

Содержание

Введение	3
Глава 1. Экзистенциальная проблематика уверенности – неуверенности и депрессии	8
1.1. Понятие онтологической неуверенности Р. Лэйнга.....	8
1.2. Подход к онтологической уверенности Н.В.Коптевой.....	15
1.3. Концепции депрессии. Депрессия и онтологическая неуверенность	21
1.4. Постановка проблемы исследования.....	31
Глава 2. Организация и методики исследования	35
2.1. Организация исследования.....	35
2.2. Методики исследования	35
2.3. Методы статистической обработки	40
Глава 3. Анализ результатов исследования и их обсуждение	42
3.1. Структура онтологической уверенности	42
3.2. Структура аспектов депрессии по А. Беку и Е.В. Распопину	44
3.3. Взаимосвязи и структура уровней онтологической уверенности (как переживания бытийных опор и как переживания автономии/связанности) и депрессии по А. Беку и Е.В.Распопину	47
3.3.1 Взаимосвязи уровней переживания онтологической уверенности и депрессии по А. Беку.....	47
3.3.2. Взаимосвязи уровней переживания онтологической уверенности и депрессии по Е.В. Распопину	50
3.3.3. Структура уровней переживания онтологической уверенности и депрессии по А. Беку и Е.В.Распопину	53
3.4. Группы, различающиеся выраженностью общих показателей онтологической уверенности обеих уровней.....	55
3. 5. Эффекты онтологической уверенности на измерения депрессии	56
Список литературы	60
Приложение	64

Введение

Понятие онтологической уверенности предложено британским экзистенциальным психиатром Р. Лэйнгом в книге «Расколотое Я» («The Divided Self. An existential study on sanity and madness», 1965), благодаря которой он получил признание в научном мире. Однако в своей книге он останавливается на другом полюсе данного феномена – онтологической неуверенности шизоидов и шизофреников. Поэтому его концепцию лучше определить как концепцию онтологической неуверенности.

Употребление общеизвестных понятий «уверенность – неуверенность» с эпитетом «онтологический» указывает на то, что они имеют отношение к бытию-в-мире. В составе индивидуального бытия Р. Лэйнг различает две принципиально различные «составляющие». Первая – это его центральный анклав Я. Тело как «ядро истинного Я» составляет вместе с ментальным Я средоточие собственного бытия человека. «Стороны бытия личности за пределами анклава Я» обозначаются как «Другой», «Мир», «не-Я». Их объединяет то, что, входя в состав бытия-в-мире, они не являются его необходимой частью.

Экзистенциальные положения уверенности – неуверенности связаны со структурированием индивидуального бытия в мире, составляющих его вышеназванных элементов.

Особенность тела как элемента бытия-в-мире заключается в том, что оно явно занимает «двусмысленное» переходное положение между «мной» и миром. С одной стороны, оно является сердцевинной моего мира, а с другой – оно есть объект в мире других. Оппозиция экзистенциальных положений уверенности – неуверенности у Р. Лэйнга подразумевает воплощенность (ментального Я в теле) «обычного» человека, который считает свое тело продолжением ментального Я, – невоплощенность шизоида, шизофреника, противопоставляющих внутреннее истинное ментальное Я, ложному Я,

ядром которого является тело. При этом тело Р. Лэйнг понимает и как физическое тело и в экзистенциальном смысле – как телесность, мир, сросшийся с Я. Соответственно воплощенность предполагает целостность человека как бытия – в – мире, а невоплощенность - отчуждение (от самого себя, собственного тела, людей и мира).

Н.В. Коптева, изучая общепсихологическую часть континуума онтологическая уверенность, воплощенность - неуверенность, невоплощенность, вслед за Р.Лэйнгом соотносит эти экзистенциальные положения с глобальными переживаниями: на положительном полюсе – «надежности бытия в этом первичном эмпирическом смысле», ощущение самого себя как бытия в своем праве, на отрицательном – «жизни без ощущения жизни». Переживание онтологической уверенности она рассматривает как корень целой системы переживаний, в которой выделяет два уровня:

-уровень более дифференцированных переживаний онтологической уверенности –неуверенности: переживания личностью автономии (дефицита автономии) и связанности с людьми и миром (изоляция от них и/ или слияния);

-уровень «неспецифических» менее дифференцированных переживаний онтологической уверенности - неуверенности: переживания бытийных опор в собственном Я (ментальном Я и теле) и за его пределами (значимой ценности, мире и людях). Эти бытийные опоры объединяют общие переживания близости, ценности и комфорта.

Соответственно, операционализируя конструкт онтологической уверенности (ОУ), Н.В. Коптева рассматривает его в качестве двухуровневой системы. Этим уровням соответствуют методики ОУ (СД), основанная на принципе семантического дифференциала, и психометрическая ОУ (ПМ)

В числе возможных антиподов онтологической уверенности в диссертации Н.В. Коптевой рассматривалась депрессия (2012). Известны

психоаналитический, бихевиоральный и когнитивный подходы к депрессии. В. Франкл усматривал непосредственную связь между депрессией и смыслоутратой, ноогенным неврозом, выходящим за рамки патопсихологии. А. Лоуэн считал угнетенного депрессией человека утратившим веру (Лоуэн А., 2002). С учетом мнения о депрессии как патологии, имеющей шизоидную природу, она, вероятно, является антагонистом онтологической уверенности. Гантрип (2010) отмечает, что депрессию понимают слишком широко, относя к ней как истинную депрессию, в симптоматике которой доминирует чувство вины; так и шизоидные проявления, обнаруживающие себя в чувстве апатии, ослабления жизнеспособности, тщетности жизни, смыслоутрате.. Последний вариант «депрессии» является более распространенным в современном обществе и далеко выходит за пределы психопатологии

Среди выполненных на факультете психологии ПГГПУ ВКР, есть только две, в которых, в частности была представлена проблематика онтологической уверенности и депрессии. В 2011 году М. Тепелиной была защищена ВКР, в которой ею изучался только один уровень конструкта ОУ, соответствующий методике «ОУ (СД)» в связи с депрессией и различными проявлениями дезадаптации (2011). В ВКР И. Суменкова (2012) двухуровневый конструкт ОУ рассматривался в связи с феноменами депрессии, одиночества и эгоизма. Во всех названных исследованиях ОУ рассматривалась в связи с депрессией по А. Беку, как глобальным недифференцированным феноменом (методика «Опросник депрессивности Бека», 2001).

Проблема исследования обусловлена отсутствием исследований, в рамках двухуровневого конструкта онтологической уверенности, позволяющих придать его измерениям определенное эмпирическое содержание, в частности, установить соотношение онтологической уверенности, с различными симптомами депрессии.

Новизна нашего исследования заключается в том, что в нем впервые использован расширенный конструкт депрессии, принадлежащий Е.В.

Распопину (Опросник симптомов и глубины депрессии, 2011), позволяющий дифференцировать относимые к ней различные симптомокомплексы, в том числе как те, которые по Гантрипу характеризуют истинную депрессию, так и характеризующие скорее смыслоутрату.

Актуальность ВКР заключается в том, что в ней раскрывается «потенциал» онтологической уверенности как проявления психологического здоровья, снижающего депрессию.

Объект исследования: онтологическая уверенность.

Предмет исследования: онтологическая уверенность в связи с глубиной и симптоматикой депрессии.

Цель: продолжение серии эмпирических исследований, выполненных в рамках двухуровневого конструкта онтологической уверенности, позволяющих придать его измерениям определенное эмпирическое содержание: выявление соотношения онтологической уверенности, с различными симптомами депрессии.

Гипотезы исследования:

1. Симптомы депрессии можно разделить на относящиеся к истинной депрессии, соотносимые с чувством вины и соотносимые со смыслоутратой.
2. Онтологическая уверенность как феномен психологического здоровья
 - снижает проявления депрессии в ее основных компонентах (когнитивно-аффективном и соматическом), а также симптоматику по МКБ-10,
 - избирательна в отношении симптоматики депрессии, в большей мере снижает проявления депрессии, соотносимые со смыслоутратой, и в меньшей мере – проявления истинной депрессии, соотносимые с чувством вины.

Задачи исследования:

- 1) выявить структуру уровней ОУ, различающихся дифференцированностью переживаний в общей выборке;
- 2) выявить структуру аспектов депрессии по А. Беку и симптомов депрессии по Е.В. Распопину;
- 3) выявить взаимосвязи уровней ОУ (более и менее дифференцированных переживаний) с симптомами депрессии по Е.В. Распопину и аспектами депрессии по А. Беку.
- 4) выявить структуру уровней ОУ (более и менее дифференцированных переживаний) с симптомами депрессии по Е.В. Распопину и аспектами депрессии по А. Беку.
- 5) выявить группы, различающиеся уровнем выраженности ОУ
- 6) выявить эффекты онтологической уверенности на депрессию и ее измерения

Глава 1. Экзистенциальная проблематика уверенности – неуверенности и депрессии

1.1. Понятие онтологической неуверенности Р. Лэйнга

О.А. Власова отмечает, что книга Р.Лэйнга «Расколотое Я», посвященная онтологической неуверенности по самобытности взглядов в чем-то даже превосходит исследования Dasein-аналитиков [7, с.125]. Блестящее описание внутреннего мира душевнобольных Р.Лэйнгом по уровню понимания природы шизофрении сопоставляют с фрейдовской теорией истерии. На Западе ее определяют как одно из наиболее «солидных» произведений Р. Лэйнга и одновременно как бестселлер, благодаря которому он прослыл человеком, постигшим безумие. Достоинством книги является ее общепсихологический потенциал, до сих пор остающийся нераскрытым [18, с.394].

Концепция Р.Лэйнга – феноменологическая, он предпочитает описывать клинические случаи и избегает теории. В исследовании Н.В.Коптевой представлена реконструкция системы понятий, с помощью которых может быть описана общепсихологическая часть континуума онтологической уверенности – неуверенности (табл. 1) [Коптева, 2013].

Эпитет, с которым употребляется привычное слово «уверенность», предполагает обращение к тому, что представляет собой, с точки зрения Р. Лэйнга бытие-в-мире. В составе индивидуального бытия Р. Лэйнг различает две принципиально различные между собой «составляющие». Первая – это его «центральный анклав» – Я, вместе с ментальным Я, к нему относится тело как «ядро истинного Я». Особенность тела как элемента бытия-в-мире заключается в том, что оно «явно занимает двусмысленное переходное положение между «мной» и миром. С одной стороны, оно является сердцевинной и центром моего мира, а с другой – оно есть объект в мире

других [27, с.140]. «Стороны бытия личности за пределами анклава Я» – обозначаются как «Другой», «Мир», «Не-Я». Их объединяет то, что, входя в состав бытия-в-мире, они не являются его необходимой частью.

Существенный аспект бытия составляют отделенность, автономия и одновременно связанность человека с Другими (Другим). Приведенные характеристики описывают «идеальную форму» структуры бытия-в-мире, которая не отменяет наличия у человека собственной «схемы всего сущего».

Онтологическая уверенность – неуверенность и (если следовать логике Р. Лэйнга) все точки, расположенные в границах этого континуума определяются им как основополагающие экзистенциальные положения, позиции (existential position, basic existential position). Представляется, что смысл экзистенциальных положений уверенности – неуверенности может быть прояснен посредством другой оппозиции экзистенциальных положений (basic existential settings, position in life): воплощенности (ментального Я в теле, понимаемом и как физический объект и в экзистенциальном смысле, как телесность, мир, в единстве с Я) «обычного» человека – невоплощенности шизоида, шизофреника (embodid – unembodid self) [27, с.186].

Воплощенность можно соотнести с идеями «присутствия», «единства человека и бытия и вовлеченности в это единство в той или иной манере», сопряженности человека с миром, способности «отдаваться» миру, захваченности, невоплощенность – с невовлеченностью, отчуждением человека от бытия [22, с.112].

Онтологическая уверенность (воплощенность) – неуверенность (невоплощенность) как экзистенциальные позиции, предполагающие определенную систему отношений человека с самим собой и миром, способ структурирования бытия, находят свое выражение в глобальных «онтологических чувствах», образующих общий корень целой системы частных «онтических» переживаний, соотносимых с основными составляющими бытия-в-мире (Я – Другой или Я – Мир, Я – не-Я). В этой

системе можно выделить уровень более дифференцированных переживаний (личностной автономии, отделенности и связанности) и уровень менее дифференцированных переживаний (реальности, субстанциональности, ценности, надежности и т.д.), которые не являются специфическими для элементов бытия- в- мире (ментальное Я, тело, мир, вещи, природные процессы, другие люди), а выражают их общий смысл для человека. В своих истоках этот смысл имеет отношение к телу, ощущение которого человеком в качестве реального, субстанционального, живого, ценного, задает надежные личные временные и пространственные координаты. Наделяя других людей теми же характеристиками, что и себя, онтологически уверенная личность переживает себя «вместе с остальными», распространяя их на мир – чувствует себя в нем «как у себя дома» [26, с.85].

Таблица 1 - Реконструкция системы понятий Р. Лэйнга, характеризующих континуум «онтологическая уверенность – неуверенность»

Элементы бытия - в –мире	Я (ментальное Я и тело)	Не-Я (другие люди, мир)
Экзистенциальные положения, соответствующие конфигурации элементов бытия-в-мире		
Онтологическая уверенность – неуверенность	–	воплощенность ("я"/тело) – другой – невоплощенность ментального Я в теле, "я" (тело-другой), "я" (тело-мир)
Переживания онтологической уверенности – неуверенности и их производные		
Более дифференцированные, характеризующие отделенность и связанность Я и не-Я (1 уровень)	личностная автономия– дефицит автономии	непосредственные связи с людьми и миром – изоляция и/или слияние
Менее дифференцированные, неспецифические, общие для различных элементов бытия в мире (2 уровень)	реальность– нереальность, субстанциональность– несубстанциональность, подлинность–неподлинность и т.д.	

Связь понятий, представленных в таблице 1, дополняет их связь в генетическом плане. Онтологическая неуверенность имеет природные предпосылки, относящиеся к невоплощенности ментального Я в теле: ослабление единства ментального и поведенческого аспектов инстинкта, из-за чего основополагающие оральные побуждения ребенка не находят выражения «через каналы телесной деятельности», явно голодный ребенок

не сосет энергично, не достигает насыщения. Другой не менее важной предпосылкой онтологической неуверенности является отношение матери, чувствительность которой к потребностям ребенка, возможно, могла бы поддержать едва намечающееся автономное самобытие подобного ребенка. Однако матерям шизоидных пациентов не свойственно «первичное и самообоснованное» переживание своих детей в качестве личностей. Они пренебрегают постоянной неудовлетворенностью ребенка, обращаются с ним по своему усмотрению, как с куклой, по сути, отрицая, что он живой [30, с.102].

Онтологически неуверенный безропотный, не проявляющий собственной активности ребенок, является живым только физически, но не экзистенциально, он представляет собой полную противоположность действительно живого требовательного, доставляющего хлопоты ребенка. В дальнейшем действия контроля над собственным телом, раннее развитие которых наблюдается у шизофреников, Р. Лэйнг также считает поставленными матерью, сам ребенок в них отсутствует. Как выражение чужой воли, может впоследствии формироваться и остальное его поведение.

Отсутствие действий, продиктованных изнутри, пролагающих свои собственные пути, делает ребенка похожим на дистанционно управляемый, программируемый механизм [27, с.145].

Онтологическая неуверенность, невоплощенность взрослого в простой форме мало чем отличается от детской, ввиду ничтожности собственного ментального Я, она взрослым человеком так же не осознается, не имеет собственного языка, не «высказывает» себя. Р. Лэйнг описывает людей, чье поведение формируется помимо их собственного Я. Близкие люди (и даже предметы, напоминающие о них) противоестественным образом превращаются в необходимую часть бытия, подтверждая его, определяя, что нужно делать. Ни автономия, ни отношения с людьми, основанные на взаимности не складываются [27, с.147].

Симптоматика, внешне выглядящая как обычная фобия, скрывает панику встречи с «ничто» собственного Я (например, в окружении чужих людей, не побуждающих к каким-либо действиям). Под сложными случаями подразумевается онтологическая неуверенность шизоидов. Ребенок, испытывая недостаток автономии, чувствуя, что его телом «завладели» взрослые, прибегает к расщеплению как защитному способу организации бытия внутри себя. Шизоид пытается превратить себя в субъекта без какой-либо объективной экзистенции, переступить пределы этого мира, отделив внутреннее Я от воплощенного (в теле), доступного взорам и влиянию других. Тело становится ядром системы ложного Я (false self system), личиной, маской, состоящей из аспектов бытия, которые внутренним Я отвергнуты как чуждые.

Среди множества Я, каждое из которых могло бы развиваться в самостоятельную личность, имеются как вынужденные, так и обдуманно разработанные для сокрытия истинного ментального Я. Ложное Я, ссылаясь на Кьеркегора [16], Д. Винникота [6] Р. Лэйнг определяет как один из способов не быть собой, один из способов неподлинной жизни [27].

Соответственно, онтологическая неуверенность в сложной форме характеризуется развитыми проявлениями ложного Я, отчуждения, невоплощенности, неподлинности бытия, богатством соответствующей им феноменологии, обязанной своим происхождением рефлексии шизоида.

Расщепленность ментального Я и тела – шаткое основание, которое шизоид пытается компенсировать жесткостью возводимой на нем надстройки. Онтологически уверенная личность, напротив, имеет возможность построить на твердом фундаменте воплощенности более гибкое сооружение. Р. Лэйнг приводит формулы бытия обычного человека («я»/тело) - другой, и шизоида «я» - (тело-другой) или «я» - (тело-мир) [26, с.52].

Можно в единой логике связать особенности структур бытия-в-мире, соответствующие им экзистенциальные позиции онтологической

уверенности (воплощенности) – неуверенности (невоплощенности) и переживания элементов бытия-в-мире. Специфические переживания автономии (ее дефицита), связей человека с миром и людьми (дефектов этих связей) разворачиваются в спектре менее эксплицитных, неспецифических ценностных переживаний, в которые как в «болевые точки» метят особые формы тревоги: поглощения (engulfment), деперсонализации, окаменения (petrification), разрывания (implosion) [26, с.55].

Поглощено может быть только меньшее (большим), в сравнении с усеченным, невоплощенным ментальным Я, не-Я всегда «имеет больший масштаб», «большую шкалу». Обычные жизненные условия, контакты, не вызывающие затруднений у большинства людей, воспринимаются как угрожающие самому существованию, непереносимыми становятся как личностные, так и широко представленные в повседневной жизни формальные отношения, при которых один человек является не более чем объектом в глазах другого.

Одновременно тревоги поглощения, деперсонализации и разрывания выступают как «производные» ощущения дефицита автономии, которая может быть утрачена любым из трех способов. К этим угрозам причастны также дефектные отношения с миром и людьми. Таким образом, таблица 1 может быть дополнена рисунком 1, в соответствии с которым описание онтологической уверенности – неуверенности можно начать с любого из звеньев, изображенных на циклической диаграмме.

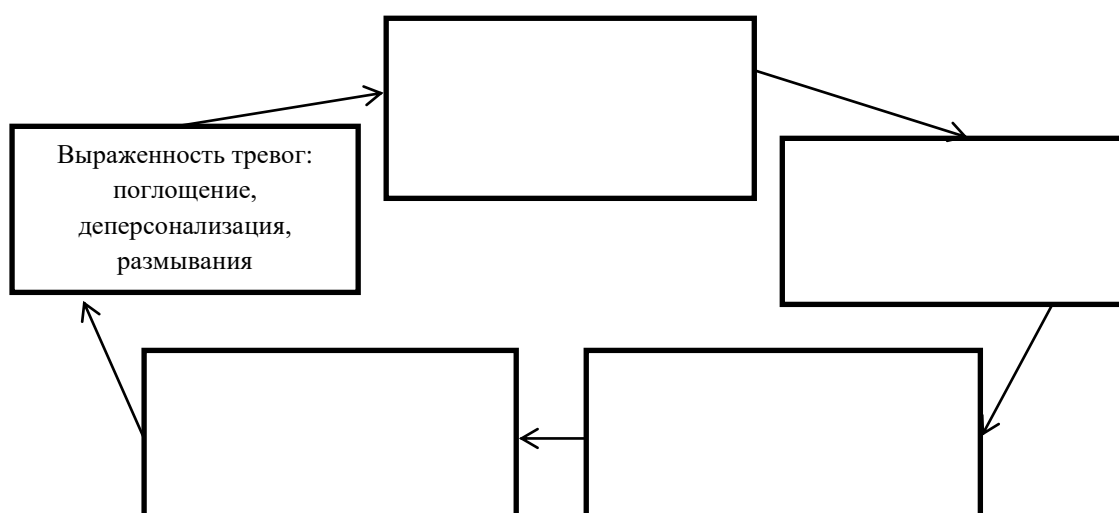


Рис 1. Взаимосвязь понятий, характеризующих континуум «онтологическая уверенность – неуверенность» [21, с.45]

Обсуждаемый понятийный аппарат может быть положен в основание общепсихологического исследования. В соответствии с ним можно выделить категории людей, различающихся с точки зрения меры онтологической уверенности (воплощенности), способа структурирования бытия, выраженности переживаний онтологической уверенности, психологического здоровья (табл. 2) [29, с.144].

Общепсихологический тип представлен «обычным» относительно онтологически уверенным, частично воплощенным как в собственном физическом теле, так и в поведении, поступках человеком. В качестве аналога присущей ему простой клинической формы онтологической неуверенности можно идентифицировать массовые неврозы выходного дня, на которые указал В. Франкл, а сложной – не менее массовую в наши дни депрессию [44]. Соответственно этот тип лишь отчасти может быть признан психологически здоровым. Собственно онтологически уверенный, воплощенный человек – скорее идеальный предел осуществления «бытийствующего сознания», чем реальный тип – соотносится с психологическим здоровьем.

Таблица 2 - Экзистенциальные положения онтологической неуверенности – уверенности по Р. Лэйngu [22, с.113]

Типы личности с точки зрения онтологической уверенности	Шизоид, онтологически неуверенная личность	«Обычный», онтологически уверенный человек	Онтологическая уверенность как идеальный предел
Воплощенность, как мера подлинности бытия	Частично воплощенная личность, «несчастное сознание»	Личность, воплощенная в собственном теле и отчасти за его пределами	Воплощенная личность, «бытийствующее» сознание
Автономия	Дефицит автономии	Большая или меньшая мера автономии	Автономия

продолжение таблицы 2

Связи с миром и людьми	Альтернатива изоляции – слияния	Более или менее прямые, спонтанные, естественные, непосредственные, диалектические, приносящие удовольствие, определенная мера участия в жизни,	Лишенные тревоги витальные контакты, творческие, «индивидуальная встреча с миром посредством неотъемлемой самости», «изначальный союз Я и Ты», отношение привязанности, основанное на подлинной взаимности, обмен между двумя бытиями, «конгениальными» друг другу, соучастие без потери бытия, переживание себя «вместе с остальными людьми», ощущение «меня -и- тебя-вместе», «мыйности», дуальный модус бытия в мире.
Отношение к психологическому здоровью	Частная форма человеческой трагедии	Относительное психологическое здоровье	Психологическое здоровье

Согласно принципам экзистенциальной психологии вопрос о психологическом здоровье – это вопрос собственного выбора и ответственности человека за него, в частности за меру воплощенности, как меру реального участия в жизни.

1.2. Подход к онтологической уверенности Н.В.Коптевой

Н.В. Коптевой проведена систематизация и уточнение понятия онтологической уверенности и его «производных», на основе их смысловой близости к известным категориям и концепциям [18, с.395].

Остановимся на основных пунктах, по которым уточняется понятие.

Уточнение «набора» элементов бытия-в-мире (объектов онтологической уверенности).

Глобальные трактовки экзистенциально мыслящими У. Джемсом [10], Э. Эриксоном [45], Д.В. Винникоттом [6] идентичности, Я, «областей», составляющих Я, границ Я и не-Я, внутренних расколов, диффузии, особенностей переживания идентичности, типов, различающиеся

масштабами идентичности, предвосхищают проблематику структурирования индивидуального бытия.

Согласно У. Джемсу идентичность, Я включает чистое Я, эмпирическое Я (me), составленное физической, социальной и духовной личностями и перетекающее в мое [10]; в подходах Э. Эриксона предполагает организмическое, психологическое, социальное измерения [45]. Д.В. Винникотт в трехуровневой схеме объяснения человеческой природы выделяет мир наружный, мир внутренний и промежуточную зону непосредственного опыта, в которой эти миры «встречаются» [6]. Приведенные деления находят свое продолжение в модусах бытия-в-мире, в элементах бытия-в-мире Р. Лэйнга Я (ментальное Я и тело), «Не-Я» («Другой», «Мир»).

К идентичности У. Джемс дополнительно относит особые содержания эмпирического Я (в частности творения собственных рук и ума), обращая внимание на то, что их утрату человек воспринимает как умаление Я [10].

Сходный смысл у Д. Винникотта придается отмеченным печатью творчества и индивидуальности переходным феноменам. Наличие подобных содержаний в индивидуальном бытии отмечал Л. Бинсвангер, указывая, что в структурировании миропрокта главенствующее место может занять любая категория, господству которой подчинено все, что делает мир значимым, поддерживающая «мир» и бытие» [6].

Уточнение спектра переживаний онтологической уверенности (воплощенности).

В феноменологическом плане переживания онтологической уверенности близки к переживаниям эмпирического Я, по словам Л.С. Выготского, «блестящему самонаблюдению» [8], У. Джемса: внутренней активности, принадлежности, теплоты, «неостывшей живости», «жизненности», близости, знакомости, родственности, интимности, «нежнейшего чувства привязанности», симпатии, ценности, непрерывности переживания своего существа в целом [10]; Винникотт: «жизненно важный»,

«значимый», «ценный», приносящий удовольствие, предполагающий связь по принципу взаимоотношений (феномен перехода, в ходе развития становится все более рассеянным и растягивается на широкую территорию между психической реальностью и внешним миром) [6].

У. Джемс, формулируя переживания идентичности, указывал на их связь с телом «Моя настоящая личность ощущается мною с оттенком родственности и теплоты. В этом случае есть тяжелая теплая масса моего тела, есть и ядро моей духовной личности – чувство внутренней активности. Без одновременного сознавания этих двух объектов для нас невозможно реализовать собственную личность [10]. Всякий предмет, находящийся в отдалении, если он удовлетворяет этим условиям, будет сознаваться нами с таким же чувством теплоты и родственности».

Позитивные смыслы, в которые человек облакает реальность, сохраняют эту связь, насыщены переживаниями, имеющими отношение к телу. При этом речь идет о связанности Эго, целостности бытия, но не в смысле непрерывности, слияния, как в случае физического тела, а близости (Д. Винникотт) [6].

Д.А. Леонтьев отмечает присущую всем европейским языкам семантическую оппозицию «родной – чужой», которая, по мнению исследователей объединяет термины, подразумевающие отчуждение. В этой оппозиции отчуждению соответствует невоплощенность [25]. Представляется, что ее противоположность – воплощенность, в узком смысле подразумевающая воплощенность в теле, а в широком – мир, сросшийся с телом, предполагает переживания в его отношении родства и близости.

Уточнение экзистенциальных позиций воплощенности – невоплощенности.

В психологии проблематика отчуждения, связывается с исследованиями Э. Фромма, который рассматривал отчуждение в отношениях человека с природой, с другими людьми, с обществом, с самим собой преимущественно в социально–психологическом аспекте. Концепция

онтологической неуверенности Р. Лэйнга, принадлежит к числу немногих собственно психологических исследований отчуждения, черты которого предельно заостряет феноменология клинических случаев. Другая, столь же малоизвестная отечественной науке психологическая концепция отчуждения, принадлежит учителю Р. Лэйнга Д.В. Винникотту, затрагивающему вопрос о ложной самости, присущей «нормальным» «как бы личностям» [22, с.113].

Уточнение характеристик экзистенциальных позиций онтологической уверенности – неуверенности.

В качестве предшественника экзистенциальных состояний (позиций) онтологической уверенности – неуверенности, соответствующих структуре элементов бытия в мире, можно рассматривать невротические позиции (шизоидно-параноидную, депрессивную) в подходе М. Кляйн, которые являются однополюсными (хотя им можно противопоставить условную позицию «здоровья»). Известные оппозиции идентичности, элементов витальной личности: доверие – недоверие, автономия стыд, сомнения, собственно идентичность – диффузия идентичности в концепции Э. Эриксона именуется по-разному: формы идентичности, элементы витальной личности, компоненты ментальной витальности, автор называет их также альтернативными базисными установками. Установка как аналог экзистенциальной позиции присутствует и в целом ряде других определений Я, Я-концепции: «совокупность установок на себя, установочная система, установочное образование и т.д.[22, с.114]

В оппозициях, которыми Э. Эриксон характеризует идентичность, полюса не могут рассматриваться однозначно, как «позитивные» и «негативные» [45]. В оптимальном варианте развития формы эго-идентичности сохраняют в себе их баланс, соответствующий конкретным социальным, культурным требованиям. В эпигенетической модели идентичности каждая из восьми оппозиций составляет самостоятельную линию развития, последовательно вплетающуюся в общий ансамбль идентичности как многоуровневой структуры, конфигурация которой

меняется на каждой стадии. До критического периода своего становления любая из форм эго-идентичности уже присутствует, но в экзотическом, неразвитом виде.

Онтологическую уверенность – неуверенность можно отнести к той же парадигме, что и следующие экзистенциальные характеристики (позиции, состояния):

- экзистенциальная слабость – экзистенциальное богатство, сила;
- сила – невинность;
- мужество быть – отчаяние, экзистенциальная тревога;
- воля к смыслу – смыслоутрата [21, с.85].

Все приведенные экзистенциальные оппозиции на негативном полюсе подразумевают отчуждение, но в качестве «фоновой» категории. Соответствующую феноменологию намечает только оппозиция Л. Бинсвангера. Экзистенциальное богатство характеризует автономия, уверенность в себе и мире, «настроенность» на мир, означающая спонтанно текущие чувства, непосредственность переживаний, жизненное тепло, огонь, жар, благодаря которым мир открывается в полноте своей реальности. Слабости сопутствует дефицит автономии, разрыв связей с людьми, утрата Я, экзистенциальная тревога, ощущение призрачности, бессодержательности мира, не демонстрирующего материального покрова. Однако в отличие от Р. Лэйнга в творчестве Л. Бинсвангера проблематика экзистенциальной силы – слабости занимает достаточно скромное место [18, с.398].

П. Тиллих выделяет в качестве подлинного антипода мужества быть – отчаяние, рассматривая более сложные отношения онтологических категорий мужества и тревоги, не сводимые к оппозиции. Мужество принимает в себя экзистенциальную тревогу, в отличие от отчаяния и обыденного фрагментарного мужества, избегающих конфронтации с ней [41]. В отличие от Э. Эриксона и П. Тиллиха, у которых «позитивный полюс» оппозиции несет в себе «элемент небытия». Представляется, что в отношении онтологической уверенности вопрос об оценке может решаться с учетом

различия ее оснований. В частности они не остаются неизменными на протяжении жизни человека. Позиция онтологической уверенности формируется в детстве, но, вероятно, подобно доверию, автономии, инициативе и др. поочередно входящим в состав переживаний идентичности, может утверждаться в контексте новых линий развития. Аналогично позициям экзистенциального, богатства, силы, мужества быть, направленности на смысл, позиция онтологической уверенности, в конечном счете, является результатом свободного выбора человека, вопреки неблагоприятным предпосылкам, благодаря новым возможностям, которые открывает развитие.

Понимание онтологической уверенности (воплощенности) – неуверенности (невоплощенности) в духе идей Э. Фромма, как феномена развивающегося исторически, позволяет предполагать наличие экзистенциальных состояний, базирующихся на первичных узах, неразвитости самостоятельного индивида; состояний, фундамент которых составляют вторичные, злокачественные узы, исключаящие автономную личность; и, в оптимальном варианте, позиций в полном смысле этого слова, занимая которые человек объединяется с миром и людьми без утраты индивидуальности [20, с.89].

Автономия – связи с людьми и миром как характеристика онтологической уверенности – неуверенности. Онтологическая уверенность, согласно Р. Лэйngu, предполагает сочетание переживания собственной автономии и одновременно родства с людьми и миром.

Стадии парциальных детских форм идентичности, завершает становление первой целостной формы идентичности. Согласно П. Тиллиху, разъединенность самоутверждения и утверждения собственного мира – того, что должно быть единым, характеризует фрагментарное мужество. Он выдвигает несколько абстрактный идеал мужества безусловной веры, преодолевающего ограниченность мужества быть частью и мужества быть собой [41, с.56].

Безусловная вера трансцендирует любые формы теизма, предполагает в духе М. Хайдеггера подлинность бытия как захваченность его силой. У Р. Мэя силе как экзистенциальной характеристике соответствует проявление самоутверждения в формах, не разрушающих общение. Отдавая должное связям, вне которых человек не существует, он все же ведущую роль оставляет силе, самоутверждению [20, с.91].

В таблице 3 приведен уточненный Н.В. Коптевой гипотетический конструкт онтологической уверенности., положенный в основу созданных ею на основании подхода Р.Лэйнга.

Таблица 3 - Уточненный гипотетический конструкт общепсихологической части континуума онтологической уверенности – неуверенности

Элементы бытия- в- мире	Я (ментальное Я и тело), не-Я (другие люди, мир)	
Экзистенциальные позиции	Онтологической уверенности (воплощенности) – онтологической неуверенности (невоплощенности, отчужденности)	
Уровни, аспекты (виды) переживания онтологической уверенности	Уровень (специфических) переживаний отделенности и связанности:	
	личностной автономии	связанности с людьми и миром
	Уровень (неспецифических) переживаний элементов бытия-в-мире в качестве бытийных опор	
	Близости, принадлежности, ценности, эмоциональной расположенности, комфорта	
	Аспекты (виды онтологической уверенности)	
Уверенность в Я: в ментальном Я, в теле	Уверенность в не-Я: в людях, в мире, в значимом (индивидуальной ценности)	

Таким образом, в интерпретации Н.В. Коптевой, онтологическая уверенность в единстве ее (видов) аспектов, в первую очередь соотносится с целым рядом феноменов, характеризующих обобщенное отношение к действительности, свидетельствующих о психологическом благополучии.

1.3. Концепции депрессии. Депрессия и онтологическая неуверенность

До настоящего времени среди психологических концепций депрессии сохраняют актуальность три основные теоретические модели, к которым в той или иной степени тяготеет большинство эмпирических исследований: психоаналитическая, бихевиористская и когнитивная.

Согласно Э. Крепелину симптомы депрессивных расстройств относят к различным сферам, объединяя феноменологически разнородные проявления: пониженное настроение, умственно-речевое торможение и моторную заторможенность. В связи с тем, что некоторые признаки имеют не абсолютное значение (например, депрессия может выражаться также в двигательном возбуждении, тревоге и/или апатии), возникают серьезные трудности в однозначной квалификации основного дефекта при депрессивном расстройстве [23].

Психоаналитическая концепция депрессии.

В самом общем виде психоаналитический подход к депрессии сформулирован в классической работе З. Фрейда «Печаль и меланхолия». По мнению З. Фрейда, существует феноменологическое сходство нормальной реакции траура и клинически выраженной депрессии. Функция траура заключается во временном переключении либидинозного влечения с утраченного объекта на себя и символической самоидентификацией с этим объектом [31, с.295].

Дальнейшее развитие психоаналитических представлений о механизмах формирования депрессивных реакций связывалось с поисками нарушений психосексуального развития на ранних фазах онтогенеза, обусловленных сепарацией от матери. Предполагалось, что предрасположенность к страданию закладывается на оральной стадии развития младенца, в период максимальной беспомощности и зависимости. Утрата реального или воображаемого объекта либидо приводит к регрессивному процессу, при котором Эго переходит из своего естественного состояния в состояние, при котором доминирует инфантильная травма оральной стадии развития либидо. Возникновение депрессии связано не с

реальным, а с внутренним объектом, чьим прообразом является мать (или даже материнская грудь), удовлетворяющая витальные потребности младенца. Травмирующие переживания, связанные с отнятием от груди, могут формировать грубые расстройства самооценки, в результате чего пациенту не удается достичь самоуважения, и в конфликтных ситуациях по регрессивным механизмам он возвращается к своей амбивалентной зависимости от матери.

Однако до настоящего момента психоаналитическая концепция депрессии остается недостаточно дифференцированной по отношению к различным типам и вариантам аффективных расстройств, сводя их по сути дела к единообразной реакции на депривацию.

Клейн предложила дифференцировать «депрессивную позицию», являющуюся основой для формирования аффективных расстройств. Депрессивная позиция представляет собой особый тип связи с объектом, устанавливающийся в возрасте около четырех месяцев и последовательно усиливающийся в течение первого года жизни. Хотя депрессивная позиция является нормальной фазой онтогенетического развития, она может активироваться у взрослых при неблагоприятных условиях (длительный стресс, утрата, траур), приводя к депрессивным состояниям [15, с.85].

Направление, развиваемое Клейн, получило дальнейшую разработку в работах Д. Винникота. Индивид, утратив объект привязанности, «включает» его в собственное Я и начинает испытывать к нему ненависть. В периоде депрессии возможны «светлые промежутки», когда к человеку возвращается способность испытывать положительные эмоции и даже быть счастливым. В этих эпизодах интроецированный объект как бы оживает во внутреннем плане индивида, однако ненависти к объекту всегда оказывается больше, чем любви, и депрессия возвращается [6, с.78].

Индивид считает, что объект виноват в том, что покинул его. В норме с течением времени включенный в Я объект освобождается от ненависти, а к индивиду возвращается способность испытывать счастье вне зависимости от

того, «ожил» интернализированный объект или нет. Любая реакция на утрату сопровождается побочными симптомами, например нарушениями коммуникации. Могут возникать также антисоциальные тенденции (особенно у детей). В этом смысле воровство, наблюдаемое у делинквентных детей, является более благоприятным знаком, чем ощущение полной безнадежности.

К преимуществам психоаналитического подхода можно отнести последовательную проработку идеи «ядерного» депрессивного расстройства, детальное феноменологическое описание субъективных ощущений пациентов, особой структуры эмоциональности и самосознания, являющихся «производными» этого дефекта. Однако многие постулаты психоанализа не отвечают критериям объективного знания и, в принципе, не могут быть ни верифицированы, ни фальсифицированы. Всегда остается возможность «еще не найденного» детского конфликта, который может объяснить имеющиеся психические изменения. Несмотря на изобретательность и неординарность интерпретации депрессивных расстройств с позиций психоанализа, содержательное обсуждение данного подхода возможно лишь с позиций «веры» [13, с.96].

Бихевиористская концепция депрессии (обученная беспомощность).

Бихевиористская модель депрессии, как и психоаналитическая, относится к этиологическим моделям. Однако в отличие от психоаналитической бихевиористская модель основана на базовом методологическом позитивистском требовании исключения из рассмотрения всех объективно не верифицируемых феноменов. Феноменология депрессивных расстройств в рамках данного подхода сведена к совокупности объективных (в первую очередь внешних, поведенческих) проявлений.

В качестве центрального звена депрессии используется понятие «обученной беспомощности» - операционального конструкта, предложенного М. Зелигман [11] для описания устойчивого поведенческого

стереотипа отказа от любых действий, направленных на избегание травмирующих событий. Смысл этого отказа заключается в том, что в силу ряда предшествующих развитию депрессии событий у человека формируется устойчивая неспособность поверить в то, что его собственный ответ мог бы быть удачным и позволить ему избежать негативного развития ситуации.

Поскольку в бихевиористских исследованиях феномены, описанные на животных, и собственно человеческие феномены принципиально не различаются; основные исследования, результаты которых экстраполированы на депрессию у человека, выполнены на животных.

По мнению М. Зелигман, обученную беспомощность можно рассматривать как аналог клинической депрессии, при которой человек снижает контроль над усилиями по сохранению своего устойчивого положения в окружающей среде. Ожидание отрицательного результата, к которому приводит попытка контролировать происходящее (безнадежность, беспомощность, бессилие), приводит к пассивности и подавлению ответов (клинически проявляющихся как пассивность, моторная, вербальная и интеллектуальная заторможенность) [11, с.65].

В целом хронические воздействия, вызывающие отрицательные переживания, снижение адаптивных способностей, потеря контроля над ситуацией, состояние беспомощности и безнадежности, возникающее при нарушении социальной приспособленности, являются для исследователей бихевиористского направления частично совпадающими понятиями, описывающими клиническую структуру депрессивных расстройств.

Систематическая десенсибилизация, целью которой является снижение тревоги или тренировка настойчивости, предназначена для того, чтобы вернуть индивиду контроль над межличностными отношениями [7, с.44].

Использование бихевиористской модели депрессии достаточно убедительное для узкого класса невротических депрессивных расстройств и расстройств адаптации, оказывается недостаточным при попытке интерпретации (и терапии) эндогенных аффективных нарушений или особых

вариантов депрессии, например экзистенциальной и пр. Кроме того, сведение аффективной патологии к поведенческому компоненту, причем не имеющему никакой собственно человеческой специфичности, явно обедняет реальную клиническую картину.

Когнитивная модель депрессии

Эта модель относится к более современным психологическим концепциям. Основу данного подхода составляет предположение о доминирующем влиянии когнитивных процессов на структуру самосознания человека. При построении концепции депрессии основатель данного подхода А. Бек [4] исходит из двух основополагающих гипотез: теории бессознательных умозаключений, возникшей в США в послевоенные годы, подробно исследовавшее связь когнитивных и аффективных процессов) идеи детерминации эмоциональной оценки стимула когнитивным контекстом его предъявления.

По мнению А. Бека, депрессивные симптомы являются следствием своеобразных ложных «бессознательных умозаключений». Выделяется пять групп основных депрессивных симптомов:

- 1) аффективные - печаль, подавленный гнев, дисфория, плаксивость, чувство вины, чувство стыда;
- 2) мотивационные - потеря положительной мотивации, нарастание избегающих тенденций, возрастание зависимости;
- 3) поведенческие - пассивность, избегающее поведение, инертность, нарастание недостаточности социальных навыков;
- 4) физиологические - расстройства сна, нарушения аппетита, снижение влечений;
- 5) когнитивные - нерешительность, сомнения в правильности принятого решения, или неспособность принять какое-либо решение из-за того, что каждое из них содержит нежелательные последствия и не является идеальным, представление любой проблемы как грандиозной и непреодолимой, постоянная самокритика, нереалистичные самообвинения,

пораженческие мысли, абсолютистское мышление (по принципу «все или ничего») [4, с.223].

Наблюдающиеся при депрессии поведенческие симптомы (паралич воли, избегающее поведение - это отражение нарушения мотивационной сферы, являющегося следствием активации негативных когнитивных стереотипов. В депрессии человек видит себя слабым и беспомощным, ищет поддержки у окружающих, постепенно становясь все более зависимым от других. Физикальные симптомы сводятся А. Бекем к общей психомоторной заторможенности, вытекающей из отказа от активности вследствие полной уверенности в бесперспективности любых начинаний [4].

Психологическая концепция депрессии А. Бек включает в себя три параметра: когнитивная триада, когнитивные схемы, когнитивные ошибки.

Когнитивная триада основных стереотипов депрессивного самосознания: негативный образ себя («из-за дефекта я ничтожен»); негативный опыт («мир предъявляет ко мне непомерные требования, выдвигает непреодолимые препятствия»; любые взаимодействия интерпретируются в терминах победы - поражения); негативный образ будущего («мои страдания будут длиться вечно»).

Когнитивная депрессивная триада определяет направленность желаний, мыслей и поведения депрессивного больного. Любому принятию решений, по А. Бек, предшествует «взвешивание» внутренних альтернатив и способов действия в форме внутреннего диалога. Этот процесс включает в себя несколько звеньев: анализ и исследование ситуации, внутренние сомнения, споры, принятие решений, логически приводящих к вербально формулируемым «самокомандам», относящимся к области организации и управления поведением. Самокоманды относятся как к настоящему, так и к будущему, т.е. соответствуют представлениям об актуальном и долженствующем Я. При депрессиях самокоманды могут принимать форму сверхтребований, самоуничужения, самоистязания [4].

Депрессия есть дисфункция концептуализации ситуаций, соответствующая неадекватному, искаженному восприятию собственной личности, жизненного опыта и пр. Депрессивные схемы по принципу генерализации могут активироваться большим количеством внешних стимулов мало связанных с основными переживаниями логически, в результате чего индивид теряет произвольный контроль над процессом мышления и не способен отказаться от негативной схемы в пользу более адекватной, что объясняет нарастающую ригидность элементов когнитивной депрессивной триады [3, с.84].

По мере утяжеления депрессии негативные схемы начинают доминировать; в тяжелых депрессивных состояниях это проявляется персевераторными, неотвязными, стереотипными негативными мыслями, которые серьезно затрудняют произвольную концентрацию внимания.

Когнитивные ошибки представляют собой психологический механизм формирования и подкрепления негативных концептов и носят систематический характер.

Депрессивному мышлению свойственны незрелость и примитивность. Содержание сознания у пациента с депрессией имеет черты категоричности, полярности, негативности и оценочности. Напротив, зрелое мышление оперирует скорее количественными, чем качественными, релятивными, а не абсолютными множественными категориями [7, с.92].

Каждая из рассматриваемых моделей (психоаналитическая, бихевиористская, когнитивная) депрессии обладает некоторыми, иногда довольно значительными достоинствами, предлагая адекватное объяснение тех или иных реально существующих депрессивных симптомов. Недостатки обнаруживаются при попытке распространить отдельно взятую концепцию на всю область психопатологии аффективных расстройств. При этом нередко используемые термины употребляются в различных значениях. Так, под «депрессией» подразумевают клинический синдром, нозологическую единицу, депрессивную личность, тип эмоциональной реакции.

Сложность исследования аффективных расстройств заключается в «трудноуловимости» объекта изучения, поскольку эмоции и аффекты представляют собой специфическую окраску содержания сознания, особое переживание явлений, самих по себе эмоцией не являющихся, и возможности эмоционального «переключения», взаимодействия и «наслоения», так что одна эмоция может становиться предметом для возникновения последующей.

Можно предположить, что классические типы депрессии определяются не нарушением аффективной составляющей вообще, а преимущественным расстройством той или иной функции эмоций или их сочетания при том, что «основной» дефект всегда связан с патологией аффективности (апатическая депрессия - с расстройством функции побуждения и регуляции, тоскливая и тревожная - функции отражения, экзистенциальная - функции смыслообразования) [7, с.96].

В сущности, каждая из представленных моделей достаточно адекватно описывает отдельный класс депрессивных нарушений.

Одним из наиболее представительных антиподов онтологической уверенности является депрессия. Приведенные выше научные трактовки депрессии позволяют говорить, что структура депрессии как психологического феномена, во многом схода со структурой онтологической неуверенности, а именно, на двух уровнях.

На базовом уровне менее дифференцированных, неспецифических для различных элементов бытия-в-мире переживаний, имеющих ценностный характер (депрессия как отсутствие близости, комфорта, эмоциональной расположенности, ценности), восходящих к переживанию собственного Я в единстве с телом. На уровне более дифференцированных негативных переживаний человеком автономии (отделенности) от людей и мира и одновременно связанности с ними.

Таким образом, подводя итоги теоретической главы, необходимо сделать следующие выводы.

Онтологическая уверенность – нечто большее, чем традиционные для психологических исследований самоуважение, самооценка, принятие себя, уверенность в себе; она имеет отношение к структуре элементов бытия-в-мире.

Онтологическая уверенность – неуверенность, а также все точки в границах этого континуума, представляют собой экзистенциальные позиции, положения соотносимые со способом структурирования бытия-в-мире. Эта оппозиция конкретизируется через другую оппозицию экзистенциальных положений воплощенности – невоплощенности ментального Я в теле, которое Р. Лэйнг понимает и как физический объект и в экзистенциальном смысле, как мир в единстве с Я. Невоплощенность, таким образом, сближается с отчуждением, а воплощенность – с вовлеченностью, причастностью человека к другим людям и миру.

Онтологическая уверенность как онтологическое чувство представляет собой глобальное недифференцированное нерасчлененное переживание воплощенности, надежности собственного бытия. В этом переживании можно выделить два уровня.

Первый составляют переживания автономии (отделенности) от людей и мира и одновременно связанности с ними, в различных градациях проявлений, от вполне обыденных до экстраординарных (удовольствие от общения, участие в жизни, витальный контакт, индивидуальная встреча с миром посредством неотъемлемой самости, «изначальный союз Я и Ты», ощущение «меня-и-тебя-вместе»).

Второй уровень составлен «дискретными» переживаниями онтологической уверенности, имеющими ценностный характер, отправной точкой которых является переживание своего ментального Я в единстве с телом. Будучи «разнесены» по разным элементам бытия-в-мире (Я, мир, вещи, природные процессы, другие люди), они придают последним смысл бытийных опор.

Онтологическая неуверенность в описании Р.Лэйнга сближается с депрессией. Депрессивные синдромы представляют собой закономерные комбинации эмоциональных, когнитивных, двигательных и вегетативных расстройств. Они проявляются в подавленном состоянии, интеллектуальной и моторной заторможенности, блокаде инстинктов и жизненной активности.

1.4. Постановка проблемы исследования

В числе возможных антиподов онтологической уверенности в диссертации Н.В. Коптевой рассматривалась депрессия (2012).. К наиболее известным конструктам депрессии можно отнести принадлежащий А. Беку и положенный в основание «Опросника депрессивности Бека». Он использовался в выполненных на факультете психологии ПГГПУ ВКР. В 2011 году М. Тепелиной была защищена ВКР, в которой ею изучался только один уровень конструкта ОУ, соответствующий методике «ОУ (СД)» в связи с депрессией наряду с различными проявлениями дезадаптации (2011). В ВКР И. Суменкова (2012) двухуровневый конструкт ОУ рассматривался в связи с феноменами депрессии, одиночества и эгоизма.

Проблема исследования обусловлена отсутствием исследований, в рамках двухуровневого конструкта онтологической уверенности, позволяющих придать его измерениям определенное эмпирическое содержание, в частности, установить соотношение онтологической уверенности, с различными симптомами депрессии.

В отличие от конструкта А. Бека, в котором депрессия выступает в качестве глобального нефференцированного феномена Е.В. Распопин предлагает расширенный конструкт депрессии (Опросник симптомов и глубины депрессии, 2011), позволяющий дифференцировать относимые к ней различные симптомокомплексы.

Гантрип (2010) отмечает, что депрессию понимают слишком широко, относя к ней как истинную депрессию, в симптоматике которой доминирует чувство вины; так и шизоидные проявления, обнаруживающие себя в чувстве апатии, ослабления жизнеспособности, тщетности жизни, смыслоутраты.

Последний вариант «депрессии» является более распространенным в современном обществе и далеко выходит за пределы психопатологии.

Методика Е.В.Распопина позволяет условно выделить

- симптомы, которые по Гантрипу характеризуют истинную депрессию и те,
- которые характеризуют скорее шизоидность, смыслоутрату,
- а также группу симптомов, которые могут иметь отношение как к истинной депрессии, так и к проявлениям шизоидности

Представим в таблице симптомы по Е.В.Распопину, которые можно соотнести с разными видами депрессии:

Симптомы, которые		
скорее относятся к истинной депрессии	скорее характеризуют смыслоутрату	могут иметь отношение как к истинной депрессии, так и к проявлениям шизоидности
– Идеи виновности и самоуничужения – Сниженные самооценка и чувство уверенности в себе	–Утрата интересов и способности получать удовольствие –Мрачное и пессимистическое видение будущего	–Сниженное настроение –Идеи или действия, направленные на саморповреждение или суицид –Снижение энергичности и повышенная утомляемость –Сниженная способность к сосредоточению и вниманию –Нарушенный сон Сниженный аппетит

Гипотезы исследования:

1. Симптомы депрессии можно разделить на относящиеся к истинной депрессии, соотносимые с чувством вины и соотносимые со смыслоутратой.
2. Онтологическая уверенность как феномен психологического здоровья
 - снижает проявления депрессии в ее основных компонентах (когнитивно-аффективном и соматическом), а также симптоматику по МКБ-10,

- избирательна в отношении симптоматики депрессии, в большей мере снижает проявления депрессии, соотносимые со смыслоутратой, и в меньшей мере – проявления истинной депрессии, соотносимые с чувством вины.

Задачи исследования:

- 1) выявить структуру уровней ОУ, различающихся дифференцированностью переживаний в общей выборке;
- 2) выявить структуру аспектов депрессии по А. Беку и симптомов депрессии по Е.В. Распопину;
- 3) выявить взаимосвязи уровней ОУ (более и менее дифференцированных переживаний) с симптомами депрессии по Е.В. Распопину и аспектами депрессии по А. Беку.
- 4) выявить структуру уровней ОУ (более и менее дифференцированных переживаний) с симптомами депрессии по Е.В. Распопину и аспектами депрессии по А. Беку.
- 5) выявить группы, различающиеся уровнем выраженности ОУ
- 6) выявить эффекты онтологической уверенности на депрессию и ее измерения

Актуальность настоящего исследования обусловлена необходимостью проведения эмпирического исследования раскрывающего «потенциал» онтологической уверенности как проявления психологического здоровья, снижающего широко распространенные феномены психопатологии обыденной жизни, связанные с депрессией. В связи с чем, в настоящем исследовании выдвинута гипотеза о том, что онтологическая уверенность как феномен психологического здоровья снижает в большей мере проявления

депрессии, соотносимые со смыслоутратой; в меньшей мере – проявления истинной депрессии, соотносимые с чувством вины.

Глава 2. Организация и методики исследования

2.1. Организация исследования

Организация данного исследования включала в себя несколько этапов:

1) подготовительная часть экспериментального исследования включала изучение литературы по проблеме онтологической уверенности, депрессии, что соответствовало целям и задачам данной работы.

2) формирование выборки и проведение психологической диагностики.

3) обработка результатов диагностики;

4) интерпретация полученных результатов и формулирование выводов.

Исследование проводилось в 2015г. Выборку составили 50 человек. В процессе формирования выборки были соблюдены принципы ее однородности и равности по полу (25 юношей и 25 девушек в возрасте от 21 до 26 лет).

2.2. Методики исследования

Выбор психодиагностического инструментария осуществлялся в соответствии с поставленными задачами исследования. Были использованы методики, связанные с изучением аспектов онтологической уверенности, депрессии.

В качестве первой использована методика «Онтологическая уверенность» (основанная на принципе семантического дифференциала), соответствующая уровню неспецифических переживаний онтологической уверенности базового уровня Коптевой Н.В. (Коптева Н.В., 2009) (приложение 3).

Цель: оценка различных объектов самоидентификации с точки зрения уверенности в каждом из них.

Область применения: с юношеского возраста.

Материал: бланк с утверждениями и вариантами ответов;

Организация: индивидуальная и групповая.

Процедура исследования: стандартная.

Конкретная форма методики была подсказана методикой Ж. Нюттена, созданной по принципу семантического дифференциала и направленной на определение установок по отношению к психологическому времени. Эта методика в адаптации К. Муздыбаева выявляет установки по отношению к прошлому, настоящему и будущему с помощью трех индексов (эмоционального и ценностного отношения, личностного контроля), в соответствии с которыми подобраны 15 оппозиций прилагательных. Испытуемый оценивает по этим оппозициям каждое из времен, при обработке данных вычисляются три индекса для прошлого, настоящего и будущего.

В итоговый вариант методики вошли два собственно пространственных критерия (индекса), близость и комфорт, и два, совпадающих с индексами К. Муздыбаева, эмоциональное и ценностное отношение, для которых был разработан свой набор оппозиций прилагательных.

Всего в методике в настоящее время используются 5 оппозиций прилагательных. Она включает всего 25 пунктов, образующих 5 первичных шкал: 1) «уверенность в собственном Я», 2) «уверенность в теле», 3) «уверенность в мире», 4) «уверенность в людях», 5) «уверенность в значимом». Участникам предлагалось оценить возможные объекты уверенности по выраженности предлагаемых оппозиций прилагательных (прежде чем оценивать «значимое», в соответствующем пункте теста они подчеркивали что-то из предложенного списка: человек, предмет, дело, интерес, занятие, событие или дописывали свое). На основе этих 5-ти шкал формировалась одна суммарная, агрегированная шкала онтологической уверенности.

При обработке данных подсчитывалась сумма баллов, которой оценивался уровень уверенности в каждом из объектов самоидентификации.

Интерпретация шкал

Онтологическая уверенность (интегральный показатель) характеризует отношения человека с миром, отношение к другому как к себе, распространение отношения к собственному Я на других людей, мир в целом, на то, что является значимым в мире «переживание личностью своего мира и самое себя», «переживание человеком самого себя вместе с другими в его мире»; переживание, пронизывающее образ Я в мире, переживание своей единоприродности с миром, людьми, с тем, что составляет индивидуальную ценность; переживание причастности к миру, переживание поддержки извне, бытийных опор – ресурсное чувство, придающее ощущение силы, безопасности.

Онтологическая уверенность в собственном Я (уверенность в Я и теле): переживание внутреннего единства, целостности внутренней гармонии, собственной ценности, позитивное отношение к телу, переживание воплощённости в теле, переживание тела как надежного, как опоры, переживание собственного тела как ценности, ощущение телесного комфорта.

Онтологическая уверенность в том что составляет Не Я (уверенность в мире, людях, значимом): позитивное отношение к миру, переживание единства с миром, единоприродности миру, мира как ценности, комфортное расположение в мире, переживание мира как бытийной опоры, ощущение поддержки извне, позитивное отношение к людям, переживание родства с ними, отношение к другим как к ценности, комфорт в отношениях, удовольствие от отношений, переживание поддержки, бытийной опоры в других людях, близко к тому, что А.Адлер называл социальный интерес, братская любовь переживание своей сущности в качестве общей всем людям, позитивное отношение к значимому (индивидуальной ценности), родство, единство с ним, переживание того, что является наиболее важным, значимым в мире в качестве бытийной опоры.

В качестве второй использована методика «Онтологическая уверенность» (психометрическая) Н.В. Коптевой. (Коптева Н.В., 2012) (приложение 4).

Методика ОУ (ПМ) включает четыре шкалы.

Интерпретация шкал

Онтологическая уверенность (общий показатель): характеризуется переживанием личностной автономии и связей с людьми и миром.

Частные шкалы:

Автономия: по своему смыслу шкала близка к шкалам автономии других методик (САТ, СЖО, субъективного благополучия К. РИФа и др.): предполагает переживание себя в качестве независимой личности, как способной к самостоятельному выбору, воплощенность (переживание собственного тела как продолжения внутреннего Я).

Витальные (жизненные, живые, диалектические) контакты с миром: предполагают удовлетворенность жизнью, переживание своего мира как надежного. Метафоры этого переживания дают Л. Бинсвангер «твердо стоять обеими ногами на земле», Э. Фромм, Р.Лэйнг «чувствовать себя в этом мире как дома» (они вошли в тест в качестве пунктов методики).

Витальные контакты с людьми: предполагают интерес, любовь к людям, переживание себя «вместе с другими людьми в этом мире» (Р.Лэйнг) удовольствие от общения, опыт диалогического общения «Я–ТЫ» (метафора подобного опыта Э. Эриксона «чувство благословенного присутствия», основания для которого закладываются уже в общении с матерью в младенчестве).

«Ложное Я»: характеризует отчуждение, которое обнаруживается в переживаниях неподлинности существования, разрыва между своей внутренней сущностью и маской, ролью, поведением, разобщенности с людьми и миром. Ощущение внутренней пустоты. Переживания передают метафоры «Мир - тюрьма без решеток» (Р.Лэйнг), «ходить по тонкому льду»

(Бинсвангер). Невоплощенность, как переживание отстраненности от собственного тела и поведения

Возрастной диапазон применения методики— от 18 лет (не имеется опыта диагностики лиц, моложе этого возраста).

Для диагностики депрессии использовалась методика «Опросник депрессивности Бека» (Beck Depression Inventory — BDI) (Тарабрина Н.В., 2001) (приложение 1).

Эта методика предназначена для оценки наличия депрессивных симптомов у обследуемого на текущий период.

Опросник основан на клинических наблюдениях и описаниях симптомов, которые часто встречаются у депрессивных психиатрических пациентов в отличие от не депрессивных психиатрических пациентов.

Систематизация этих наблюдений позволила выделить 21 утверждение, каждое из которых представляет собой отдельный тип психопатологической симптоматики и включает следующие пункты: 1) печаль; 2) пессимизм; 3) ощущение невезучести; 4) неудовлетворенность собой; 5) чувство вины; 6) ощущение наказания; 7) самоотрицание; 8) самообвинение; 9) наличие суицидальных мыслей; 10) плаксивость; 11) раздражительность; 12) чувство социальной отчужденности; 13) нерешительность; 14) дисморфофобия; 15) трудности в работе; 16) бессоница; 17) утомляемость; 18) потеря аппетита; 19) потеря в весе; 20) озабоченность состоянием здоровья; 21) потеря сексуального влечения.

Выделенные шкалы дают возможность выявить степень выраженности депрессивной симптоматики, так как каждая из них представляет собой группу вопросов, состоящую из четырех утверждений, соответственно оцениваемых в баллах от 0 до 3. Максимально возможная сумма — 63 балла.

В настоящее время «Опросник депрессивности Бека» широко применяется в клиничко-психологических исследованиях и в психиатрической практике для оценки интенсивности депрессии.

Когда суммарный балл по шкале меньше 9, это рассматривается как отсутствие депрессивных симптомов; сумма баллов от 10 до 18 характеризуется как «умеренно выраженная депрессия», от 19 до 29 баллов — «критический уровень» и от 30 до 63 баллов — «явно выраженная депрессивная симптоматика».

Как показали многочисленные исследования (Fairbank et al., 1983 и др.), проведенные на участниках военных действий во Вьетнаме и Корее, уровень депрессивности по шкале Бека у ветеранов с ПТСР был значимо выше, чем ее значения у здоровых испытуемых, вошедших в контрольную группу.

BDI применялся в комплексном исследовании, которое проводилось лабораторией психологии посттравматического стресса и психотерапии ИП РАН.

В качестве четвертой методики использована методика «Взаимосвязь уровней переживания онтологической уверенности и симптомов, глубины депрессии» по Е.В. Распопину (приложение 2).

Предлагается 72 вопроса и таблица отвечаешь «+» или «-». Обработка ведется по шкалам: снижения настроения; утрата интересов и способность получать удовольствие; снижение энергетичности и повышение утомляемости; снижение способности к сосредоточению и вниманию; сниженные самооценка и уверенность в себе; идеи виновности и самоунижения; мрачное и пессимистическое видение будущего; идеи или действия направленные повреждения или суицид; нарушенный сон; снижение аппетита; агровация/симуляция; скрытность/диссимуляция.

2.3. Методы статистической обработки

Первичные данные были подвергнуты статистической обработке с помощью программы Statistic 6.0 for Windows с использованием следующих методов: корреляционный анализ по К. Пирсону использовался для

выявления меры взаимосвязей показателей методик «ОУ (СД)» и «ОУ (ПМ)» с депрессией по А.Беку и Е.В.Распопину.

Факторный анализ (метод главных компонент) проведен для

- выделения структуры уровней переживания ОУ, (неспецифических и специфических) представленных показателями методик «ОУ (ПМ)» и «ОУ (СД)»,
- а также для выявления структуры компонентов депрессии по А.Беку и симптомов депрессии по Е.В.Распопину
- уровней переживания ОУ, (неспецифических и специфических) и депрессии по А.Беку и Е.В.Распопину.

Кластерный анализ был использован для выявления групп, различающихся выраженностью общих показателей онтологической уверенности.

Дисперсионный анализ был использован проверки значимости различия между средними с помощью сравнения дисперсий. (для выявления эффектов ОУ на депрессию).

Глава 3. Анализ результатов исследования и их обсуждение

3.1. Структура онтологической уверенности

Структура уровней переживания ОУ, представленных показателями методик «ОУ (ПМ)» и «ОУ (СД)» раскрыта в таблице 4.

Факторный анализ проводился по методу главных компонент с последующим Varimax normalized - вращением. В группе выделилось два наиболее значимых фактора.

Первый фактор, объясняет 26,7% доли объяснимой дисперсии. В данный фактор с отрицательным знаком вошли следующие компоненты: ложное Я (-0,712); с положительным знаком вошли следующие компоненты: в мире (0,787), в значимом (0,683), в людях (0,641), уверенность в ментальном Я (0,514).

Таблица 4.

Структура уровней переживания ОУ, представленных показателями методик «ОУ (ПМ)» и «ОУ (СД)» в общей выборке (N=50)

Уровни переживания ОУ		Факторы (после вращения)	
		1	2
ОУ (СД) ОУ (ПМ)	в значимом	0,683	0,513
	в Я	0,514	0,364
	в теле	0,122	0,859
	в людях	0,641	-0,038
	в мире	0,787	0,126
	Витальные контакты с миром	-0,261	0,522
	Витальные контакты с людьми	-0,121	-0,279
	Автономия	0,192	0,857
	Ложное Я	-0,712	-0,012
Собственные числа		2,403	2,236
Доля объяснимой дисперсии %		26,7	24,8

В факторе представлены бытийные опоры невоплощенного (ментального) Я. Показателем уверенности в теле в фактор со значимым весом в фактор не вошел. На проблемный характер бытийных опор невоплощенного Я указывает наличие на одном полюсе и с ними ложного Я.

Переживание неподлинности существования, разобщенности с людьми и миром противоречиво сочетаются с переживаниями уверенности в мире, людях и индивидуальной ценности. Эти переживания принадлежат ложному Я.

Второй фактор, объясняет 24,8% доли объяснимой дисперсии. В данный фактор с положительным знаком вошли следующие показатели: уверенность в теле (0,859), автономия (0,857), витальные контакты с миром (0,522), уверенность в Я (0,364) и уверенность в значимом (0,513).

В данном случае переживание собственного тела как продолжения внутреннего Я предлагает переживание собственной ценности в качестве независимой личности, своего мира как надежного. Обозначим фактор «Воплощенное автономное Я».

Переживание целостного воплощенного Я предполагает *автономию*. Соответствующая шкала методики «ОУ (ПМ)» своему смыслу более или менее близка к шкалам интернальности, локализации контроля, автономии методики САТ, СЖО, Шкалы психического благополучия К. Рифф и др., предполагающих переживание себя в качестве независимой личности, способной к самостоятельному выбору.

Обсуждая полученные факторы, можно отметить, что оба они составлены лишь отдельными измерениями онтологической уверенности обоих уровней. Поскольку онтологическая уверенность как и все проявления психологического здоровья, представляет собой скорее идеал, а у нас речь идет о выборке «обычных» людей, можно говорить в обоих случаях о неполноте онтологической уверенности.

Причем в первом из факторов со значимым факторным весом присутствует только уверенность в ментальном Я, а во втором факторе – как уверенность в ментальном Я (с самым низким факторным весом), так и уверенность в теле (с наибольшим факторным весом). Переживания бытийных опор характерные для невоплощенного, ментального Я в первом факторе лишь снижают проявления онтологической неуверенности –

ложного Я. Во втором факторе воплощенное Я предполагает автономию и показатель ОУ, свидетельствующий о витальных (живых, жизненных) контактах с миром.

Выводы:

Обнаружены факторы, составленные отдельными измерениями онтологической уверенности, соответствующие двум вариантам онтологической уверенности, имеющим свои сильные и слабые стороны.

В первом факторе мы видим, какие переживания бытийных опор характерны для **невоплощенного, ментального Я**, а также то, что они снижают проявления онтологической неуверенности – ложного Я (1 фактор «Переживания бытийных опор невоплощенным Я, снижающие проявления ложного Я»)

В другом факторе представлено **воплощенное Я** (причем доминирует уверенность в теле), которому из измерений ОУ соответствует лишь автономия и уверенность в теле (2 фактор «Переживания воплощенного Я, предполагающие автономию и уверенность в теле»).

3.2. Структура аспектов депрессии по А. Беку и Е.В. Распопину

Структура аспектов депрессии, представленных показателями депрессивности по опроснику А. Бека (Beck Depression Inventory, BDI) и симптомов и глубины депрессии по опроснику Е.В. Распопина раскрыта в таблице 5.

Выделилась структура, включающая 3 фактора - доля объяснимой дисперсии 52,6%. Первый фактор объясняет 25,9% доли дисперсии. В данный фактор с положительным знаком вошли следующие компоненты: снижение сосредоточенности (0,723), снижение аппетита (0,689), снижение энергии (0,676), снижение социальности (0,454). Таким образом, фактор свидетельствует о структурной соподчиненности соматических (аппетит, энергия) и социальных детерминант депрессии. В данном случае негативный когнитивный опыт социальных контактов, взаимодействия с миром

детерминирует ухудшение психофизиологических процессов организма, что, в свою очередь, также влияет на качество социальных контактов с миром, формируя снижение интереса к общению, взаимодействию, перцепции.

Обозначим фактор «Когнитивно-аффективные и соматические проявления депрессии и их симптоматика в Международной классификации болезней (МКБ-10): сниженная способность к сосредоточению и вниманию и сниженные аппетит, энергичность, при повышенной утомляемости».

Таблица 5.

Структура аспектов депрессии, представленных показателями депрессивности по опроснику А. Бека (Beck Depression Inventory, BDI) и симптомов и глубины депрессии по опроснику Е.В. Распопина в общей выборке (N=50)

Шкалы		Факторы		
		1	2	3
Симптомы депрессии по Е.В.Распопину	Скрытность /диссимуляция	0,364	-0,063	-0,127
	Аггравация /симуляция	-0,075	-0,372	-0,453
	Сниженный аппетит	0,689	0,206	0,099
	Нарушенный сон	0,119	0,454	-0,070
	Идеи или действия, направленные на самоповреждение или суицид	-0,182	-0,055	0,752
	Мрачное и пессимистическое видение будущего	-0,034	0,497	0,172
	Идеи виновности и самоуничужения	0,441	0,743	-0,082
	Сниженные самооценка и чувство уверенности в себе	0,454	-0,586	0,010
	Сниженная способность к сосредоточению и вниманию	0,723	-0,073	0,020
	Снижение энергичности и повышенная утомляемость	0,676	0,006	-0,043
	Утрата интересов и способности получать удовольствие	0,230	-0,522	0,624
	Сниженное настроение	0,422	0,476	0,531
Компоненты депрессивности (по А. Беку)	Когнитивно-аффективный	0,841	0,113	0,171
	Соматический	0,806	0,352	0,115
Собственные числа		3,631	2,178	1,555
Доля объяснимой дисперсии %		25,9	15, 6	11,1

Второй фактор, объясняет 15,6% доли объяснимой дисперсии. Ядром является показатель – идеи виновности и самоуничтожения (0,743). На этом же полюсе в фактор вошли мрачное и пессимистическое видение будущего (0,497), сниженное настроения (0,476). На другом полюсе фактора в его состав с отрицательным знаком вошли следующие компоненты: сниженная социальность (-0,586), утрата интересов (-0,522).

Из рисунка следует, то с ростом симптомов истинной депрессии, симптоматика связанная со смыслоутратой, напротив, снижается. Фактор можно назвать «Симптомы истинной депрессии, снижающие симптомы смыслоутраты»

Идеи виновности и самоуничтожения ↑	Сниженная самооценка и чувство уверенности в себе ↓
Мрачное и пессимистическое ↑ видение будущего	Утрата интересов и способность получать удовольствие ↓
Снижение настроения ↑	
= Проявления истинной депрессии растут	= Проявления смыслоутраты снижаются

Рисунок 2.

Третий фактор, объясняет 11,1% доли объясняемой дисперсии. Фактором был обозначен «идеи или действия направленные на самоповреждение или суицид», поскольку его ядром является показатель – идеи или действия направленные на самоповреждение (0,752). В состав фактора с положительными знаками входят следующие компоненты: утрата интересов (0,624), сниженное настроение (0,531). Обозначим фактор «Симптоматика депрессии самоповреждающей или суицидальной направленности, предполагающая симптоматику смыслоутраты».

Выводы:

Подводя итоги анализа, следует отметить наличие у респондентов выборки депрессивных состояний, имеющих сложную структуру, в которой

симптомы истинной депрессии и симптомы смыслоутраты как противостоят, так и сопутствуют друг другу.

Установлена симптоматика МКБ-10, соответствующая когнитивно-аффективным и соматическим проявлениям депрессии: Фактор 1 «Когнитивно-аффективные и соматические проявления депрессии и их симптоматика в Международной классификации болезней (МКБ-10), прежде всего, соответственно сниженная способность к сосредоточению и вниманию и сниженные аппетит, энергичность, при повышенной утомляемости».

Нашла подтверждение гипотеза о различии истинной депрессии и часто отождествляемых с ней проявлений смыслоутраты: Фактор 2 «Симптоматика истинной депрессии (идеи виновности и самоуничужения), снижающая проявления, скорее характеризующие смыслоутрату (утрату интересов, сниженная самооценка, уверенность в себе)».

Установлен фактор «Симптоматика депрессии самоповреждающей или суицидальной направленности, предполагающая симптоматику смыслоутраты».

3.3. Взаимосвязи и структура уровней онтологической уверенности (как переживания бытийных опор и как переживания автономии/связанности) и депрессии по А. Беку и Е.В.Распопину

3.3.1 Взаимосвязи уровней переживания онтологической уверенности и депрессии по А. Беку

Взаимосвязи уровней переживания ОУ показателей методик «ОУ (ПМ)» и «ОУ (СД)» и депрессии по А. Беку представлены в таблице 6.

Общий показатель ОУ (СД) отрицательно связан:

- С когнитивно-аффективным компонентом депрессии (-0,76, при $p < 0,001$)
- С соматическим компонентом депрессии (-0,66, при $p < 0,001$)

Таблица 6

Взаимосвязи уровней переживания ОУ показателей методик «ОУ (ПМ)» и «ОУ (СД)» и показателями опросника депрессивности А. Бека в общей выборке (N=50)

	Компоненты депрессии(А.Бек)	
	Когнитивно-аффективный	Соматический
Уверенность в значимом	-0,49***	-0,54***
Уверенность в Я	-0,58***	-0,42**
Уверенность в теле	-0,51***	-0,35*
Уверенность в людях	-0,49***	-0,34*
Уверенность в мире	-0,48***	-0,57***
ОУСД	-0,76***	-0,66***
Витальные контакты с миром	-0,17	-0,11
Витальные контакты с людьми	-0,07	0,12
Автономия	-0,54***	-0,51***
Ложное Я	0,47***	0,53***
ОУПМ	-0,64***	-0,53***

Примечание: в таблице коэффициенты корреляции по К. Пирсону при $p < 0,05$ отмечены – *, при $p < 0,01$ – **, при $p < 0,001$ – ***

В результате проведенного корреляционного анализа нами также были выделены высокие отрицательные корреляции *шкалы когнитивно-аффективного компонента депрессии* со всеми частными показателями онтологической уверенности как переживания бытийных опор в собственном Я и за его пределами, а именно с:

- *уверенностью в Я* (-0,58; $p < 0,001$);
- *уверенностью в теле* (-0,51; $p < 0,001$);
- *уверенностью в людях* (-0,49; $p < 0,001$);
- *уверенностью в значимом* (-0,49; $p < 0,001$);
- *уверенностью в мире* (-0,48; $p < 0,001$);

Наиболее тесные обратные связи этот компонент депрессии обнаружил с уверенностью в Я (*теле и ментальном Я*). Это может соответствовать представлению о негативном отношении к себе как об одном из основных когнитивных паттернов депрессии: вполне естественно, что с ростом уверенности в Я, выраженность когнитивно-аффективного компонента депрессии снижается.

Высокая обратная связь *шкалы когнитивно-аффективного компонента депрессии* была выявленная с таким аспектом онтологической уверенности, как *уверенность в людях*, что может служить подтверждением слов Р. Лейнга о том, что онтологическая неуверенность (а соответственно, депрессия) может быть ослаблена за счет «дозы» других людей.

Депрессия также может ослабляться за счет наличия бытийной опоры в мире и в индивидуальной ценности, но в меньшей степени, на что указывает связь с *уверенностью в мире и значимом*.

В результате проведенного корреляционного анализа выявлены также отрицательные взаимосвязи соматического компонента депрессии с частными показателями ОУ (СД):

- уверенность в значимом (-0,54, при $p < 0,001$);
- уверенность в ментальном Я (-0,42 при $p < 0,01$);
- уверенность в теле (-0,35 при $p < 0,05$);
- уверенность в людях (-0,34 при $p < 0,05$);
- уверенность в мире (-0,57 при $p < 0,001$).

Таким образом, соматические проявления депрессии минимальные, если человек ощущает переживания своей единоприродности с миром, другими людьми, поддержку извне.

Выводы:

Установлено, что онтологическая уверенность как феномен психологического здоровья снижает проявления депрессии в единстве составляющих ее компонентов, но в большей степени когнитивно-аффективный компонент, чем соматический.

3.3.2. Взаимосвязи уровней переживания онтологической уверенности и депрессии по Е.В. Распопину

Взаимосвязи уровней переживания онтологической уверенности и симптомов глубины депрессии по Е.В. Распопину представлены в таблице 9.

Как видно из таблицы, общий показатель ОУ (СД) отрицательно взаимосвязан со следующими симптомами глубины депрессии: со снижением аппетита (-0,62 при $p < 0,001$), с идеями виновности и самоунижения (-0,31 при $p < 0,05$), со снижением самооценки и уверенности в себе (-0,43 при $p < 0,01$), со снижением способности к сосредоточению и вниманию (-0,48 при $p < 0,001$), со снижением энергичности и повышением утомляемости (-0,53 при $p < 0,001$), со снижением настроения (-0,49 при $p < 0,001$), с общей депрессией (-0,53 при $p < 0,001$).

В результате анализа выявлены следующие отрицательные взаимосвязи частных показателей ОУ (СД) и симптомов глубины депрессии:

- уверенность в значимом со снижением аппетита (-0,44 при $p < 0,01$), со снижением самооценки и уверенности в себе (-0,31 при $p < 0,05$), со снижением способности к сосредоточению и вниманию (-0,36 при $p < 0,01$), со снижением энергичности и повышением утомляемости (-0,33 при $p < 0,05$), со снижением настроения (-0,34 при $p < 0,05$);

- уверенность в ментальном Я со снижением аппетита (-0,37 при $p < 0,01$), со снижением самооценки и уверенности в себе (-0,39 при $p < 0,01$), со снижением способности к сосредоточению и вниманию (-0,40 при $p < 0,01$), со снижением энергичности и повышением утомляемости (-0,46 при $p < 0,001$), с общей депрессией (-0,41 при $p < 0,01$);

Взаимосвязи уровней переживания онтологической уверенности и
симптомов глубины депрессии по Е.В. Распопину

	Скрытность	Агрессия	Снижение аппетита	Нарушение сна	Идеи или действия напр. Словр.	Пес.буд.	Идеи виновности и самоуничтожения	Сниж.самооц	Сниж.сосред.	Сниж энерг	Утр интер	Сниж. Настр.	Общ Д
в знач	0,06	0,20	-0,44**	-0,14	0,25	0,07	-0,24	-0,31*	-0,36**	-0,33/	0,03	-0,34*	-0,27
в Я	-0,16	-0,05	-0,37**	-0,19	0,23	0,24	-0,24	-0,39**	-0,40**	-0,46***	-0,21	-0,19	-0,41**
в теле	0,10	0,20	-0,48***	-0,02	0,04	-0,15	-0,28*	0,11	-0,10	-0,26	0,11	-0,55***	-0,25
в людях	-0,27	0,13	-0,38**	-0,04	-0,22	0,20	-0,07	-0,56***	-0,33*	-0,33*	-0,37**	-0,24	-0,47***
в мире	-0,16	0,12	-0,41**	-0,02	0,22	-0,02	-0,22	-0,29*	-0,47***	-0,40**	-0,15	-0,33*	-0,39**
ОУСД	-0,14	0,18	-0,62***	-0,12	0,13	0,10	-0,31*	-0,43**	-0,48***	-0,53***	-0,18	-0,49***	-0,53***
В с М	0,02	-0,02	-0,22	-0,10	-0,03	-0,11	-0,32*	0,11	-0,06	-0,02	0,17	0,05	-0,12
В с Л	0,10	-0,28	0,14	0,17	0,05	0,16	0,12	-0,16	0,11	0,03	0,00	0,25	0,16
автон	-0,02	0,18	-0,46**	-0,22	-0,02	0,00	-0,36*	0,15	-0,26	-0,44**	0,15	-0,52***	-0,38**
Ложн Я	0,00	-0,16	0,29*	0,05	-0,09	0,06	0,23	0,37**	0,33*	0,23	0,31*	0,37**	0,36**
ОУПМ	0,04	0,03	-0,42**	-0,10	0,04	0,00	-0,41**	-0,14	-0,28*	-0,34*	0,00	-0,31*	-0,37**

- уверенность в теле со снижением аппетита (-0,48 при $p < 0,001$), с идеями виновности и самоунижения (-0,28 при $p < 0,05$), со снижением настроения (-0,55 при $p < 0,001$);

- уверенность в людях со снижением аппетита (-0,38 при $p < 0,01$), со снижением самооценки и уверенности в себе (-0,56 при $p < 0,001$), со снижением способности к сосредоточению и вниманию (-0,33 при $p < 0,05$), со снижением энергичности и повышением утомляемости (-0,33 при $p < 0,05$), утратой интересов и способности получать удовольствие (-0,37 при $p < 0,01$), с общей депрессией (-0,47 при $p < 0,001$);

- уверенность в мире со снижением аппетита (-0,41 при $p < 0,01$), со снижением самооценки и уверенности в себе (-0,29 при $p < 0,05$), со снижением способности к сосредоточению и вниманию (-0,47 при $p < 0,001$), со снижением энергичности и повышением утомляемости (-0,40 при $p < 0,01$), со снижением настроения (-0,33 при $p < 0,05$), с общей депрессией (-0,39 при $p < 0,01$).

Общий показатель ОУ (ПМ) отрицательно взаимосвязан со следующими симптомами глубины депрессии: со снижением аппетита (-0,42 при $p < 0,01$), с идеями виновности и самоунижения (-0,41 при $p < 0,01$), со снижением способности к сосредоточению и вниманию (-0,28 при $p < 0,05$), со снижением энергичности и повышением утомляемости (-0,34 при $p < 0,05$), со снижением настроения (-0,31 при $p < 0,05$), с общей депрессией (-0,37 при $p < 0,01$).

В результате анализа выявлены следующие отрицательные взаимосвязи частных показателей ОУ (ПМ) и симптомов глубины депрессии:

- витальные контакты с миром с идеями виновности и самоунижения (-0,32 при $p < 0,05$);

- автономия со снижением аппетита (-0,46 при $p < 0,01$), с идеями виновности и самоунижения (-0,36 при $p < 0,05$), со снижением энергичности

и повышением утомляемости (-0,44 при $p < 0,01$), со снижением настроения (-0,52 при $p < 0,001$), с общей депрессией (-0,38 при $p < 0,01$).

Выявлены следующие положительные взаимосвязи частных показателей ОУ (ПМ) и симптомов глубины депрессии:

- ложное Я со снижением аппетита (0,29 при $p < 0,05$), со снижением самооценки и уверенности в себе (0,37 при $p < 0,01$), со снижением способности к сосредоточению и вниманию (0,33 при $p < 0,05$), с утратой интересов и способности получать удовольствие (0,31 при $p < 0,05$), со снижением настроения (0,37 при $p < 0,01$), с общей депрессией (0,36 при $p < 0,01$).

Выявлены следующие положительные взаимосвязи частных показателей ОУ (ПМ) и симптомов глубины депрессии:

- ложное Я со снижением аппетита (0,29 при $p < 0,05$), со снижением самооценки и уверенности в себе (0,37 при $p < 0,01$), со снижением способности к сосредоточению и вниманию (0,33 при $p < 0,05$), с утратой интересов и способности получать удовольствие (0,31 при $p < 0,05$), со снижением настроения (0,37 при $p < 0,01$), с общей депрессией (0,36 при $p < 0,01$).

Выводы:

Таким образом, онтологически уверенным людям не свойственны симптомы глубины депрессии относящиеся к истинной депрессии (идеи виновности и самоуничужения, сниженные самооценка и чувство уверенности в себе), а также те, которые могут иметь отношение, как к истинной депрессии, так и к проявлениям смыслоутраты (сниженные аппетит, настроение).

Соответственно, вторая гипотеза нашла эмпирическую поддержку в части снижения симптомов депрессии с ростом онтологической уверенности как феноменом психологического здоровья. В части снижения при этом в большей мере проявлений депрессии, соотносимых со смыслоутратой, и в

меньшей мере – проявлений истинной депрессии, соотносимых с чувством вины, вторая гипотеза не подтвердилась.

3.3.3. Структура уровней переживания онтологической уверенности и депрессии по А. Беку и Е.В.Распопину

Выделилась факторная структура, состоящая из 4 факторов (доля объяснимой дисперсии 61,8 %)

Для нас представляет интерес только первый смешанный фактор, (29,6%) доли дисперсии.

Фактор составлен обоими показателями онтологической уверенности. при более высоком показателе ОУ(СД) обоими показателями депрессии по А.Беку: когнитивно-аффективным и соматическим компонентами депрессии, а также целым рядом симптомов депрессии по Е.В.Распопину..

Фактор свидетельствует о том, что с ростом онтологической уверенности обоих уровней снижаются когнитивно-аффективный и соматический компоненты депрессии, а также целый ряд ее симптомов:

- Сниженный аппетит (0,734);
- Сниженная энергичность и повышенная утомляемость (0,630);
- Сниженное настроение (0,575)
- Сниженная способность к сосредоточению и вниманию (0,528);
- Идеи виновности и самоуничтожения (0,467);
- Сниженная самооценка и чувство уверенности в себе (0,356).

Фактор можно называть « Онтологическая уверенность обоих уровней, снижающая выраженность основных компонентов и конкретной симптоматики депрессии».

Таблица 8.

Структура уровней переживания онтологической уверенности и депрессии по А. Беку и Е.В.Распопину

	1 фактор	2 фактор	3 фактор	4 фактор
ОУСД	-0,883	0,126	-0,033	-0,073
ОУПМ	-0,702	-0,116	0,053	0,101
Скрытность /диссимуляция	0,061	0,035	-0,053	0,854
Аггравация /симуляция	-0,179	-0,257	-0,494	0,142
Сниженный аппетит	0,734	0,100	0,053	0,029
Нарушенный сон	0,154	0,437	0,007	0,027
Идеи или действия, направленные на самоповреждение или суицид	-0,180	-0,106	0,756	0,090
Мрачное и пессимистическое видение будущего	-0,121	0,545	0,293	0,440
Идеи виновности и самоуничужения	0,467	0,723	0,000	0,193
Сниженные самооценка и чувство уверенности в себе	0,356	-0,624	-0,090	0,219
Сниженная способность к сосредоточению и вниманию	0,528	-0,081	0,022	0,604
Снижение энергичности и повышенная утомляемость	0,630	-0,055	-0,073	0,165
Утрата интересов и способности получать удовольствие	0,138	-0,601	0,554	0,198
Сниженное настроение	0,575	0,305	0,536	-0,189
Когнитивно-аффективный	0,884	-0,006	0,099	0,100
Соматический	0,816	0,252	0,111	0,176
Собственные числа	4,737	2,046	1,542	1,561
Доля объяснимой дисперсии %	29,6	12,8	09,6	09,8

Выводы:

Таким образом, есть основания считать, что онтологическая уверенность снижает депрессию в ее основных компонентах, когнитивно-аффективном и соматическом. Вторая гипотеза в части снижения в первую очередь симптомов смыслоутраты не нашла эмпирической поддержки. Тот факт, что из симптомов на первый план вышел симптом снижения аппетита можно отнести за счет его очевидности и заметности. Возможно, на полученных результатах сказались рефлексивные возможности

представителей выборки, а также то, что мы не делили ее в зависимости от выраженности депрессии.

3.4. Группы, различающиеся выраженностью общих показателей онтологической уверенности обоих уровней.

Для выявления эффектов онтологической уверенности на осмысленность жизни был проведен кластерный анализ K-Means Cluster выборки по общим показателям онтологической уверенности как переживания бытийных опор методики ОУ (СД), и как переживания автономии и связанности методики ОУ (ПМ). Рисунок 3.

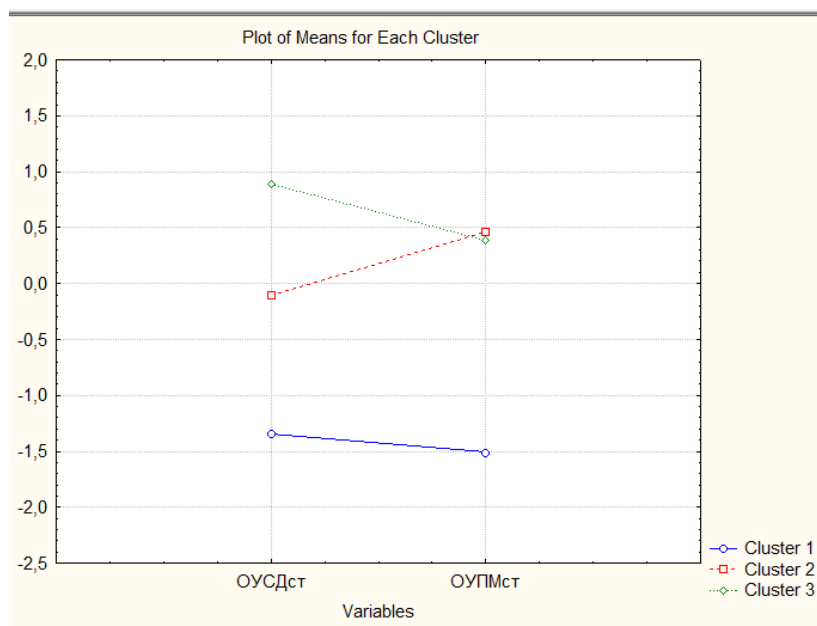


Рис.2. Группы, различающиеся уровнем выраженности общих показателей онтологической уверенности обоих уровней

Мы делили группы сразу по обоим общим показателям, поскольку на их связь указывают данные факторного анализа (образуется смешанная факторная структура, включающая общие измерения ОУ обоих уровней), а так же данные корреляционного анализа. Состав и характеристики групп представлены в таблице 8 и на рисунке 3.

Однако в результате проведенного кластерного анализа было выделено 3 кластера (группы) различающихся показателями онтологической

уверенности:., два с крайними показателями ОУ, высокими и низкими, и один со средним показателем ОУ(СД) и высоким показателем ОУ(ПМ).

-1 группа (11 человек)

-2 группа (20 человек)

-3 группа (19 человек)

**Характеристики групп испытуемых, различающихся показателями ОУ
обоих уровней. (n =98)**

Группа/ ОУ	1 кластер		2 кластер		3 кластер	
кол-во чел	11		20		19	
	средн ее	ст. откл	средн ее	ст. откл	средн ее	ст. откл
Общий показатель ОУ (СД)	3,2	0,81	4,3	0,39	5,2	0,32
Общий показатель ОУ (ПМ)	33,0	8,06	56,2	7,18	55,2	6,12

Примечания: Группы респондентов, различающиеся показателями методик ОУ(СД) и ОУ(ПМ): кластеры 1– низкие показатели ОУ, кластер 2 – показатели ОУ средний и высокий, кластер 3 – низкие показатели ОУ.

3. 5. Эффекты онтологической уверенности на измерения депрессии

В проведенном исследовании, мы впервые поставили задачу установить эффекты онтологической уверенности на обоих ее уровнях над осмысленностью жизни. Для изучения эффектов использован однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA). В нашем случае независимой переменной выступала принадлежность респондентов к одной из трех групп, различающихся выраженностью ОУ обоих уровней как переживания бытийных опор и как переживания автономии и связанности.

Аналізу подвергнуты характеристики депрессии. Обнаружились эффекты принадлежности к группе на проявление депрессии:

- общий показатель депрессии (по А.Беку);

- когнитивно-аффективный компонент депрессии (по А.Беку);
- общий показатель депрессии (по Е.В.Распопину);
- соматический компонент депрессии (по А.Беку);
- сниженный аппетит;
- сниженное настроение;
- снижение энергичности и повышенная утомляемость;
- идеи виновности и самоуничужения;
- сниженная способность к сосредоточению и вниманию

Таблица 9

Эффекты онтологической уверенности на измерения депрессии

	SS	F	p
Общий показатель депрессии (по Е.В.Распопину)	797,26	8,08	0,001
Когнитивно-аффективный компонент депрессии (по А.Беку)	857,08	46,05	0,000
Соматический компонент депрессии (по А.Беку)	552,08	52,05	0,000
Общий показатель депрессии (по А.Беку)	2784,73	87,80	0,000
Сниженный аппетит	39,92	11,59	0,000
Идеи виновности и самоуничужения	30,81	8,26	0,001
Сниженная способность к сосредоточению и вниманию	28,53	9,52	0,000
Снижение энергичности и повышенная утомляемость	34,15	10,37	0,000
Сниженное настроение	36,32	9,81	0,000

Выводы:

Обнаружены эффекты ОУ обеих уровней на общие и частные характеристики депрессии, а соответственно подтверждается гипотеза о том, что онтологическая уверенность снижает депрессию. Гипотеза в части избирательности онтологической уверенности в отношении симптомов истинной депрессии и симптомов смыслоутраты не подтвердилась. Более того, обнаружено снижение одного из важных симптомов истинной депрессии (идеи виновности и самоуничужения).

Выводы:

Нами были выдвинуты следующие гипотезы:

1. Симптомы депрессии можно разделить на относящиеся к истинной депрессии, соотносимые с чувством вины и соотносимые со смыслоутратой.
2. Онтологическая уверенность как феномен психологического здоровья
 - снижает проявления депрессии в ее основных компонентах (когнитивно-аффективном и соматическом), а также симптоматику по МКБ-10,
 - избирательна в отношении симптоматики депрессии, в большей мере снижает проявления депрессии, соотносимые со смыслоутратой, и в меньшей мере проявления истинной депрессии, соотносимые с чувством вины.

Нашла подтверждение первая гипотеза о различии истинной депрессии и часто отождествляемых с ней проявлений смыслоутраты: Симптоматика истинной депрессии снижает проявления, скорее характеризующие смыслоутрату (утрата интересов, сниженная самооценка, уверенность в себе)».

Вторая гипотеза нашла эмпирическую поддержку в части снижения симптомов депрессии, ее основных компонентов когнитивно-аффективного и соматического, а также симптоматики депрессии по МКБ-10 с ростом онтологической уверенности как феноменом психологического здоровья.

В части избирательности онтологической уверенности, снижения ею в большей мере проявлений депрессии, соотносимых со смыслоутратой, и в меньшей мере проявлений истинной депрессии, соотносимых с чувством вины, вторая гипотеза не подтвердилась.

Возможно, на полученных результатах сказались рефлексивные возможности представителей выборки, а также то, что мы не делили ее в зависимости от выраженности депрессии. Поэтому из симптомов на первый

план вышли наиболее очевидные и заметные: симптом снижения аппетита, снижения настроения, энергичности и работоспособности.

Список литературы

1. Адлер А. *Практика и теория индивидуальной психологии*. М.: Фонд «За экономическую грамотность», 1995. 296 с
2. Бек А. *Техники когнитивной психотерапии* / А. Бек // *Московский психотерапевтический журнал*. – 1996. – №3. – 92-98 с.
3. Бек А. *Когнитивная терапия депрессии [Текст]* / А.Бек, Ф.Раиш, Б.Шо, Г. Эмери.// – СПб.: Питер, - 2003, - 84-223 с.
4. Бинсвангер Людвиг. *Бытие-в-мире*. – М., 1999.
5. Братченко С.Л. *Экзистенциальная психология глубинного общения*/ С.Л. Братченко – М.: Смысл, 2001 [Электронный ресурс]. URL: <http://psylib.org.ua/books/brats01/index.htm>
6. Бурлачук Л. Ф. *Словарь-справочник по психодиагностике* / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов. – Санкт-Петербург : Питер, 2005. – 520 с.
7. Валентурова Н.Г. *Современный человек в поисках смысла* / Н.Г. Валентурова, О.А. Матвейчев.– Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2004. – 260 с.
8. Власова Ольга. *Феноменологическая психиатрия и экзистенциальный анализ: История, мыслители, проблемы* // О.А. Власова – М.: Издательский дом «Территория будущего», 2010. –258с.
9. *Вестник ЮУрГУ, № 18, 2011 с.45*
10. Винникотт Д. *Игра и реальность* / Д. Винникотт. – М.: Институт общегуманитарных исследований, -2002. 78-113с.
11. Выготский Л. С. *Собрание сочинений: в 6 т.* / Гл. ред. А. В. Запорожец. — М.: Педагогика, 1982—1984.
12. Гаррабе Ж. *История шизофрении* / Ж. Гаррабе. – М., СПб.: 2000. URL: <http://www.klex.ru/lb>
13. Гантрип Г. *Шизоидные явления, объектные отношения и самость* / – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2010.– 672 с.
14. У. Джемс. *Психология*. М.: Педагогика, поток сознания 1991, С. 56-80
15. *Депрессия. Справочник*. Сост. В.Д. Сухарева. М.: Мир, 2000. с.214.
16. Зелигман М. *Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни*. / — М.: София – 2006. – 44 – 65 с.

17. Косилова Е. В. Творчество Р. Лэйнга и антипсихиатрия : истоки явления / Е. В. Косилова // Вестник МГУ. Сер. Философия. – 2000. – № 1. – С. 97–100.
18. Критика концепции "онтологической неуверенности" Рональда Д. Лэйнга - с.113.
19. Кристева Ю. Черное солнце: депрессия и меланхолия / Ю. Кристева. – М.: «Когито-Центр», 2010. – С. 276.
20. Коптева Н.В. Методика изучения онтологической уверенности (неуверенности) / Н.В. Коптева // **Социальная компетентность и жизнестойкость личности в многополярном мире: интеграция научного знания. Исследования, практика, образование: материалы II Международной научно-практической конференции, 23-25 сентября, г. Ульяновск. – Ульяновск, 2010. – с.395.**
21. Коптева Н.В. Онтологическая уверенность и ее антипод–депрессия / Н.В. Коптева // Научное обозрение: гуманитарные исследования.– 2012.
22. Коптева, Н.В. Хронотоп онтологической уверенности / Н.В. Коптева // Вестник Орловского государственного университета. – 2012. – №7 (27). – С.123-128
23. Мэй Ролло. Смысл тревоги / Р. Мэй. – М.: Независимая фирма «Класс». – 2001а. –91с.
24. Руткевич А.М. От Фрейда к Хайдеггеру: критический очерк экзистенциального психоанализа /А.М. Руткевич.– М.: Политиздат, 1985. 175 с.
25. Тиллих Пауль. Мужество быть. — М.: Модерн, 2011
26. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. — СПб: Питер, 2001. — 272 с.
27. Леонтьев Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации // Уч. зап. каф. общ. психол. МГУ им. М.В. Ломоносова. Вып. 1. М.: Смысл, 2002. с. 56-65
28. Лоуэн А. Депрессия и тело / А. Лоуэн. – М., 2002. – 384 с.

29. Лоуэн А. Психология тела: биоэнергетический анализ тела / Пер. с англ. С. Коледа. — М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2002. — 208 с.
30. Лэйнг Р.Д. "Я" и другие / Р. Лэйнг. — М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. — 26, с с.85.
31. Лэйнг Р.Д. Расколотое "Я" / Р.Д. Лэйнг. — СПб.: Белый Кролик, 1995. — с.125.
32. Лэнгле А. Дотянуться до жизни... Экзистенциальный анализ депрессии /А.Лэнгле — М.: Генезис, 2010. —394 с.
33. Лэйнг Р.Д. Феноменология переживания; Райская птичка; О важном / Р.Д. Лэйнг. — Львов: Инициатива, 2005. — 352 с.
34. Мамардашвили Мераб. Категория социального бытия и метод его анализа в экзистенциализме Сартра / М. Мамардашвили // Как я понимаю философию. — М.: Прогресс, 1990. — С.249–294
35. Пашинский А.И. Проблема "несчастливого сознания" в экзистенциальном психоанализе Р. Лэйнга / А.И. Пашинский // Вестник МГУ. Серия 7 философия. — 1989. — №1. — С.60–69.
36. Решетников М.М. Психодинамика и психотерапия депрессий // Вестник психоанализа.— 1999.— №2.— С. 14-25
37. Роджерс К. Клиенто-центрированная терапия / К. Роджерс. — М., 1997. — С. 75 –76.
38. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. -М., 1946.-8 с.
39. Руткевич А.М. От Фрейда к Хайдеггеру: критический очерк экзистенциального психоанализа / А.М. Руткевич. — М.: Политиздат, 1985. —175 с.
40. Тхостов А.Ш. Психологические концепции депрессии. // РМЖ. - СПб, Том 1/№ 6/1998.
41. Тиллих П. Мужество быть / П. Тиллих // Избранное. Теология культуры. — М.: Юрист, 1995. — С.41 – 56 с.

42. Тепелина М.С. *Онтологическая уверенность и ее антиподы: личностные расстройства разного уровня (дезадаптация, невротизация и психопатизация)*/ М.С. Тепелина *Вып. квал. работа. - ИП ПГПУ, 2011, - 102с.*
43. З. Фрейд. *Печаль и меланхолия/ Психология эмоций. Тексты/Под ред. В.К.Виллюнаса, Ю.Б.Гиппенрейтер.-М.: Изд-во Москва ун-та, 1984. С. 295.*
44. Фрейд З. *О нарциссизме // Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности. - Мн.: 2001. -295 с.*
45. Фрейд З. *Психология бессознательного. - М., 1989.*
46. Франкл В. *Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 368с.*
47. Франкл В. *Доктор и душа / В. Франкл. – СПб.: Ювента, 1997. – 368с.*
48. Холмогорова А., Гаранян Н, *Нарциссизм, перфекционизм и депрессия/ А.Холмогорова, Н. Гаранян //Московский психотерапевтический журнал, 2004. № 1. с.18–35.*
49. Эриксон Э. *Трагедия личности / Э. Эриксон. □ М.: Алгоритм, Эксмо, 2008. – 256 с.*
50. Ялом И. *Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом. – М.: Независимая фирма «Класс», -2000. –576 с.*

Приложение 1

Опросник депрессивности Бека (Beck Depression inventory — BDI)

Ф. И. О. _____ Дата « ___ » _____ 200
__г.

ИНСТРУКЦИЯ. Вам предлагается ряд утверждений. Выберите одно утверждение в каждой группе, которое лучше всего описывает ваше состояние за прошедшую неделю, включая сегодняшний день. Обведите кружком номер утверждения, которое вы выбрали. Если в группе несколько утверждений в равной мере хорошо описывают ваше состояние, обведите каждое из них. Прежде чем сделать свой выбор, внимательно прочтите все утверждения в каждой группе.

1. 0 - Я не чувствую себя несчастным.
- 1 - Я чувствую себя несчастным.
- 2 - Я все время несчастен и не могу освободиться от этого чувства.
- 3 - Я настолько несчастен и опечален, что не могу этого вынести.
2. 0 - Думая о будущем, я не чувствую себя особенно разочарованным.
- 1 - Думая о будущем, я чувствую себя разочарованным.
- 2 - Я чувствую, что мне нечего ждать в будущем.
- 3 - Я чувствую, что будущее безнадежно и ничто не изменится к лучшему.
3. 0 - Я не чувствую себя неудачником.
- 1 - Я чувствую, что у меня было больше неудач, чем у большинства других людей.
- 2 - Когда я оглядываюсь на прожитую жизнь, все, что я вижу, это череда неудач.
- 3 - Я чувствую себя полным неудачником.
4. 0 - Я получаю столько же удовольствия от жизни, как и раньше.

- 1 - Я не получаю столько же удовольствия от жизни, как раньше.
- 2 - Я не получаю настоящего удовлетворения от чего бы то ни было.
- 3 - Я всем не удовлетворен, и мне все надоело.
5. О - Я не чувствую себя особенно виноватым.
- 1 - Довольно часто я чувствую себя виноватым.
- 2 - Почти всегда я чувствую себя виноватым.
- 3 - Я чувствую себя виноватым все время.
6. О - Я не чувствую, что меня за что-то наказывают.
- 1 - Я чувствую, что могу быть наказан за что-то.
- 2 - Я ожидаю, что меня накажут.
- 3 - Я чувствую, что меня наказывают за что-то.
7. О - Я не испытываю разочарования в себе.
- 1 - Я разочарован в себе.
- 2 - Я внушаю себе отвращение.
- 3 - Я ненавижу себя.
8. О - У меня нет чувства, что я в чем-то хуже других.
- 1 - Я самокритичен и признаю свои слабости и ошибки.
- 2 - Я все время виню себя за свои ошибки.
- 3 - Я виню себя за все плохое, что происходит.
9. О - У меня нет мыслей о том, чтобы покончить с собой.
- 1 - У меня есть мысли о том, чтобы покончить с собой, но я этого не сделаю.
- 2 - Я хотел бы покончить жизнь самоубийством.
- 3 - Я бы покончил с собой, если бы представился удобный случай.
10. О - Я плачу не больше, чем обычно.
- 1 - Сейчас я плачу больше обычного.
- 2 - Я теперь все время плачу.

3 - Раньше я еще мог плакать, но теперь не смогу, даже если захочу.

11. 0 - Сейчас я не более раздражен, чем обычно.

1 - Я раздражаюсь легче, чем раньше, даже по пустякам.

2 - Сейчас я все время раздражен.

3 - Меня уже ничто не раздражает, потому что все стало безразлично.

12. 0 - Я не потерял интереса к другим людям.

1 - У меня меньше интереса к другим людям, чем раньше.

2 - Я почти утратил интерес к другим людям.

3 - Я потерял всякий интерес к другим людям.

13. 0 - Я способен принимать решения так же, как всегда.

1 - Я откладываю принятие решений чаще, чем обычно.

2 - Я испытываю больше трудностей в принятии решений, чем прежде.

3 - Я больше не могу принимать каких-либо решений.

14. 0 - Я не чувствую, что я выгляжу хуже, чем обычно.

1 - Я обеспокоен тем, что выгляжу постаревшим или непривлекательным.

2 - Я чувствую, что изменения, происшедшие в моей внешности, сделали меня непривлекательным.

3 - Я уверен, что выгляжу безобразным.

15. 0 - Я могу работать так же, как раньше.

1 - Мне надо приложить дополнительные усилия, чтобы начать что-либо делать.

2 - Я с большим трудом заставляю себя что-либо делать.

3 - Я вообще не могу работать.

16. 0 - Я могу спать так же хорошо, как и обычно.

1 - Я сплю не так хорошо, как всегда.

2 - Я просыпаюсь на 1-2 часа раньше, чем обычно и с трудом могу заснуть снова.

3 - Я просыпаюсь на несколько часов раньше обычного и не могу снова заснуть.

17. 0 — Я устаю не больше обычного.

1 - Я устаю легче обычного.

2 - Я устаю почти от всего того, что я делаю.

3 - Я слишком устал, чтобы делать что бы то ни было.

18. 0 — Мой аппетит не хуже, чем обычно.

1 - У меня не такой хороший аппетит, как был раньше.

2 - Сейчас мой аппетит стал намного хуже.

3 - Я вообще потерял аппетит.

19. 0 — Если в последнее время я и потерял в весе, то очень немного.

1 - Я потерял в весе более 2 кг.

2 - Я потерял в весе более 4 кг.

3 - Я потерял в весе более 6 кг.

Я специально пытался не есть,

чтобы потерять в весе

(обведите кружком): Да Нет

20. 0 - Я беспокоюсь о своем здоровье не больше, чем обычно.

1 - Меня беспокоят такие проблемы, как различные боли, расстройства желудка, запоры.

2 - Я настолько обеспокоен своим здоровьем, что мне даже трудно думать о чем-нибудь другом.

3 - Я до такой степени обеспокоен своим здоровьем, что вообще ни о чем другом не могу думать.

21. 0 - Я не замечал каких-либо изменений в моих сексуальных интересах.

1 - Я меньше, чем обычно интересуюсь сексом.

2 - Сейчас я намного меньше интересуюсь сексом.

3 - Я совершенно утратил интерес к сексу.

Опросник симптомов и глубины депрессии (Е.В. Распопин)

Инструкция: Прочитайте приведенные ниже высказывания и оцените, насколько они соответствуют вашему состоянию в последнее время. Если Вы согласны с высказыванием (отвечаете «верно, согласен»), то в бланке ответов под соответствующим ему номером поставьте знак «+» (плюс). Если не согласны («неверно, не согласен»), то знак «-» (минус). Старайтесь отвечать быстро, долго не задумываясь. Если Вам трудно согласиться или не согласиться с высказыванием, то выбирайте вариант ответа, к которому Вы склоняетесь в большей степени.

Бланк ответов

№ высказывания	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Вариант ответа												
№ высказывания	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Вариант ответа												
№ высказывания	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Вариант ответа												
№ высказывания	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
Вариант ответа												
№ высказывания	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
Вариант ответа												
№ высказывания	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
Вариант ответа												
сумма												

Опросник

1. Я чувствую подавленность, тоску
2. Меня ничего не радует
3. Я чувствую себя усталым
4. Мне трудно сосредоточиться на чем-либо
5. Меня беспокоит чувство, что я в чем-то хуже других
6. Я постоянно чувствую себя в чем-то виноватым
7. Мое будущее тревожит меня

8. Моя жизнь не имеет смысла
9. Мой сон прерывистый и беспокойный
10. Я равнодушен к еде
11. Я серьезно болен
12. Я не стану рассказывать о себе все даже близкому человеку
13. У меня хорошее настроение
14. Моя жизнь доставляет мне удовольствие
15. Я чувствую себя бодрым
16. Я достаточно собран и внимателен
17. Я уверен в себе
18. Обычно я не чувствую вины, если нет на это причины
19. Я уверен в своем будущем
20. Мне хочется жить
21. Я засыпаю довольно легко и быстро
22. Мне нравится вкусно поесть
23. С нервами у меня все в порядке
24. У меня не бывает секретов от окружающих
25. Я расстроен
26. Я ко всему потерял интерес
27. Я стал вялым, медлительным
28. Я стал рассеянным
29. Я чувствую себя неудачником
30. Чувствую себя так, будто должен быть за что-то наказан
31. Мое будущее безнадежно
32. Смерть могла бы избавить меня от многих проблем и неприятностей
33. Я почти не сплю
34. У меня нет аппетита
35. Я самый несчастный человек
36. Я стараюсь не показывать вида, когда мне плохо
37. Чувствую себя жизнерадостным

38. Я живу полноценной и интересной жизнью
39. Я полон сил и энергии
40. Я легко понимаю содержание прочитанного
41. Я чувствую, что полезен и необходим
42. За свои ошибки и неудачи я виню себя не больше обычного
43. Я строю планы на будущее
44. Моя жизнь стоит того, чтобы прожить ее
45. У меня нормальный, обычный сон
46. Я ем с удовольствием
47. Мне ничто не угрожает
48. Я легко обращаюсь к другим за помощью
49. Мое настроение может ухудшиться без всякой видимой причины
50. Мне все безразлично
51. Я устаю без всяких причин
52. Мои мысли в основном сосредоточены на том, насколько мне сейчас плохо
53. Я чувствую, что по-настоящему до меня никому нет дела
54. Меня преследует чувство, будто я погряз в грехах
55. Мне нечего ждать от жизни
56. Я хотел бы свести счеты с жизнью
57. Утром я просыпаюсь раньше обычного
58. Я почти ничего не ем
59. У меня расстроена психика
60. Я предпочитаю не обсуждать свои проблемы с другими людьми
61. На душе у меня легко и спокойно
62. Я получаю удовольствие от своих обычных интересов
63. Я такой же выносливый, как и прежде
64. У меня нет ощущения спутанности или неясности в мыслях
65. Я доволен собой
66. У меня нет повода стыдиться, презирать или ненавидеть себя

67. У меня все будет хорошо

68. В моей жизни есть вещи (семья, религия, страх смерти и т.п.) которые не позволят мне совершить самоубийство

69. Утром я встаю свежим и отдохнувшим

70. Я стараюсь хорошо питаться

71. У меня нет серьезных проблем

72. Я человек открытый и общительный

Интерпретация

ШКАЛА 1 - Сниженное настроение: 1,13,25,37,49,61 (1 столбец бланка)

ШКАЛА 2 - Утрата интересов и способности получать удовольствие
2,14,26,38,50,62 (2 столбец бланка)

ШКАЛА 3 - Снижение энергичности и повышенная утомляемость
3,15,27,39,51,63 (3 столбец бланка)

ШКАЛА 4 - Сниженная способность к сосредоточению и вниманию
4,16,28,40,52,64

ШКАЛА 5 - Сниженные самооценка и чувство уверенности в себе
5,17,29,41,53,65

ШКАЛА 6 - Идеи виновности и самоуничтожения 6,18,30,42,54,66

ШКАЛА 7 - Мрачное и пессимистическое видение будущего
7,19,31,43,55,67

ШКАЛА 8 - Идеи или действия, направленные на саморповреждение или суицид 8,20,32,44,56,68

ШКАЛА 9 - Нарушенный сон 9,21,33,45,57,69

ШКАЛА 10 - Сниженный аппетит 10,22,34,46,58,70

ШКАЛА 11 - Агрессия / симуляция 11,23,35,47,59,71

ШКАЛА 12 - Скрытность / диссимуляция 12,24,36,48,60,72

За каждый ответ «+» (плюс) на утверждения 1-12, 25-36, 49-60 и ответ «-» (минус) на утверждения 13-24, 34, 48, и 61-72 начисляется один балл. Таким образом, по каждой шкале испытуемый может получить от 0 до 6 баллов. Полученная сумма вписывается в строку «сумма».

Приложение 3

«Онтологическая уверенность» (основанная на принципе семантического дифференциала) (Коптева Н.В., 2009) ОУ (ПМ)

Ф.И.О. _____ Полных лет ____ пол _____ Род занятий _____

Внимательно прочитайте утверждения и оцените степень своего согласия/несогласия с каждым утверждением, используя следующую шкалу:

1 2 3 4 5

не верно скорее не верно частично не верно скорее верно верно

1.	Я чувствую себя в этом мире как дома	1, 2, 3, 4, 5
2.	Общение доставляет мне удовольствие	1, 2, 3, 4, 5
3.	Я доверяю себе	1, 2, 3, 4, 5
4.	Всю свою жизнь я как будто бы хожу по тонкому льду, который вот-вот проломится	1, 2, 3, 4, 5
5.	В целом моя жизнь меня удовлетворяет	1, 2, 3, 4, 5
6.	Я не позволяю себе быть собой в присутствии других.	1, 2, 3, 4, 5
7.	Моя жизнь наполнена делами, приносящими мне удовлетворение	1, 2, 3, 4, 5
8.	Мне знакомо чувство «благословенного присутствия» в общении с близким человеком	1, 2, 3, 4, 5
9.	Я не пытаюсь соответствовать ожиданиям других людей	1, 2, 3, 4, 5
10.	Я боюсь быть собой и вечно играю какую-то роль	1, 2, 3, 4, 5
11.	Я могу на себя положиться	1, 2, 3, 4, 5
12.	Мне нравится, когда вокруг меня «кипит» жизнь	1, 2, 3, 4, 5
13.	Я ощущаю некоторую отстраненность от своего тела, поведения, поступков	1, 2, 3, 4, 5
14.	Я люблю жизнь	1, 2, 3, 4, 5
15.	Обычно я сам (сама) выбираю, что и как делать	1, 2, 3, 4, 5
16.	Мою жизнь можно назвать наполненной	1, 2, 3, 4, 5
17.	Мне случалось встретить родственную душу	1, 2, 3, 4, 5
18.	Я могу назвать себя личностью	1, 2, 3, 4, 5
19.	Я притворяюсь тем, кем я на самом деле не являюсь	1, 2, 3, 4, 5
20.	Люди придают мне силы.	1, 2, 3, 4, 5
21.	Меня в действительности никто не знает и не понимает	1, 2, 3, 4, 5
22.	Я всегда делаю то, что считаю нужным	1, 2, 3, 4, 5
23.	Я неплохо освоилась (освоился) в этой жизни	1, 2, 3, 4, 5
24.	Мне интересны другие люди	1, 2, 3, 4, 5
25.	Я боюсь оставаться наедине с собой	1, 2, 3, 4, 5
26.	Как правило, я принимаю решения самостоятельно	1, 2, 3, 4, 5
27.	Я твердо стою обеими ногами на земле	1, 2, 3, 4, 5
28.	У меня есть очень близкий мне человек	1, 2, 3, 4, 5
29.	Мир – тюрьма без решеток	1, 2, 3, 4, 5
30.	Мой мир вполне надежен	1, 2, 3, 4, 5

Интерпретация

1 шкала - Витальные контакты с миром. Сумма баллов по пунктам:
1,5,7,16, 23,27, 30

2 шкала - Витальные контакты с людьми. Сумма баллов по пунктам:
2,8,12,14,17,20,24,28

3 шкала - Автономия. Сумма баллов по пунктам: 3,9,11,15,18,22,26

4 шкала - ложное Я, Сумма баллов по пунктам: 4,6,10,13,19,21,25,29

5 шкала - общий показатель ОУ. Суммируются показатели по трем шкалам онтологической уверенности (Витальные контакты с миром, Витальные контакты с людьми, Автономия) Из суммы вычитается показатель онтологической неуверенности (ложное Я).

Приложение 4

Онтологическая уверенность (психометрическая) (Коптева Н.В., 2012)
ОУ (СД)

ИНСТРУКЦИЯ

1. Оцените Ваше Я по своим субъективным ощущениям, используя предложенные характеристики. Цифры обозначают степень Вашего согласия с характеристикой, приведенной слева.

7 - полностью согласен с характеристикой приведенной слева

6 - в целом согласен с характеристикой приведенной слева

5 - скорее согласен, чем не согласен с характеристикой приведенной слева

4 – затрудняюсь с ответом

3 - скорее согласен, чем не согласен, с характеристикой приведенной справа

2 – в целом согласен с характеристикой приведенной справа

1 – полностью согласен с характеристикой приведенной справа.

1	родное	7	6	5	4	3	2	1	чужое
2	безопасное	7	6	5	4	3	2	1	опасное
3	ценное	7	6	5	4	3	2	1	ничего не стоящее
4	надежное	7	6	5	4	3	2	1	ненадежное
5	родственное	7	6	5	4	3	2	1	чуждое
6	важное для меня	7	6	5	4	3	2	1	не важное для меня
7	близкое	7	6	5	4	3	2	1	не близкое

2. Оцените Ваше тело по своим субъективным ощущениям, используя предложенные характеристики:

1	родное	7	6	5	4	3	2	1	чужое
2	безопасное	7	6	5	4	3	2	1	опасное
3	ценное	7	6	5	4	3	2	1	ничего не стоящее
4	надежное	7	6	5	4	3	2	1	ненадежное
5	родственное	7	6	5	4	3	2	1	чуждое
6	важное для меня	7	6	5	4	3	2	1	не важное для меня
7	близкое	7	6	5	4	3	2	1	не близкое

3.Оцените окружающий вас мир по своим субъективным ощущениям, используя предложенные характеристики:

1	родной	7	6	5	4	3	2	1	чужой
2	безопасный	7	6	5	4	3	2	1	опасный
3	ценный	7	6	5	4	3	2	1	ничего не стоящий
4	надежный	7	6	5	4	3	2	1	ненадежный
5	родственный	7	6	5	4	3	2	1	чуждый
6	важный для меня	7	6	5	4	3	2	1	не важный для меня
7	близкий	7	6	5	4	3	2	1	не близкий

4.Оцените окружающих вас людей по своим субъективным ощущениям, используя предложенные характеристики:

1	родные	7	6	5	4	3	2	1	чужие
2	безопасные	7	6	5	4	3	2	1	опасные
3	ценные	7	6	5	4	3	2	1	ничего не стоящие
4	надежные	7	6	5	4	3	2	1	ненадежные
5	родственные	7	6	5	4	3	2	1	чуждые
6	важные для меня	7	6	5	4	3	2	1	не важные для меня
7	близкие	7	6	5	4	3	2	1	не близкие

5. Оцените что-то очень важное для вас в этом мире (человек, предмет, дело, интерес, занятие, событие)* по своим субъективным ощущениям, используя предложенные характеристики:

*подчеркните что-то из приведенного в скобках или допишите свое

1	родное	7	6	5	4	3	2	1	чужое
2	безопасное	7	6	5	4	3	2	1	опасное
3	ценное	7	6	5	4	3	2	1	ничего не стоящее
4	надежное	7	6	5	4	3	2	1	ненадежное
5	родственное	7	6	5	4	3	2	1	чуждое
6	важное для меня	7	6	5	4	3	2	1	не важное для меня
7	близкое	7	6	5	4	3	2	1	не близкое

Интерпретация

Подсчитываются средние показатели по каждой из пяти шкал:

1.уверенность в ментальном Я

2. уверенность в теле

3.уверенность в мире

4.уверенность в людях

5. уверенность в значимом как индивидуальной ценности.

Общий показатель ОУ (СД): суммируются показатели по пяти шкалам, вычисляется среднее арифметическое.

