

ВЗАИМОСВЯЗЬ ДЕПЕРСОНАЛИЗАЦИИ И ОДИНОЧЕСТВА НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ КАК КОГНИТИВНЫХ ДЕТЕРМИНАНТОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ Я-КОНЦЕПЦИИ

Садыкова Г.Ф.

Док. (PhD), кафедра менеджмента, факультет экономики и административных наук,
Университет Кастамону, Турция
gfsadykova@gmail.com

Аннотация. В статье дается концептологический обзор взаимосвязи деперсонализации и одиночества на рабочем месте. Деперсонализация олицетворяет нарушение восприятия личностной ценности в результате дестабилизации актуальных факторов действительности. Одиночество на рабочем месте подразумевает социально-эмоциональную уязвимость, развивающуюся вследствие субъективной невозможности социального взаимодействия. Характер взаимосвязи настоящих явлений констатирует деструктивную основу профессиональной самореализации и их общность, предопределенную когнитивной базой защиты я-концепции.

Ключевые слова: деперсонализация, одиночество на рабочем месте, профессиональная самореализация, эмоциональное выгорание, самоотчуждение, профессиональная деформация, я-концепция.

THE INTERRELATION OF DEPERSONALIZATION AND WORKPLACE LONELINESS AS COGNITIVE DETERMINANTS OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION OF SELF-CONCEPT

G.F. Sadykova

Dr. (PhD), Department of Business Administration, Faculty of Economics and Administrative Sciences, Kastamonu University, Turkey
gfsadykova@gmail.com

Abstract. The article gives a conceptual overview of the interrelation between depersonalization and workplace loneliness. Depersonalization represents the violation of the perception of personal value as a result of destabilization of actual factors of reality. Workplace loneliness implies socio-emotional vulnerability, developing due to the subjective impossibility of social interaction. The nature of the relationship of these phenomena states the destructive basis of professional self-realization and their commonality, predetermined by the cognitive basis of self-concept protection.

Keywords: depersonalization, workplace loneliness, professional self-realization, emotional burnout, self-alienation, professional deformation, self-concept.

Трудовая активность индивида предполагает когнитивную реорганизацию условий профессиональной деятельности в зависимости от соотношения внутренних и внешних детерминаций личности. Сбои в интернализации личностных и профессиональных аспектов труда могут привести к дефективному искажению восприятия самости (деперсонализации) и

отсутствию удовлетворительных социальных интеракций (одиночеству на рабочем месте), провоцирующих профессиональную атрофию.

Деперсонализация – это расстройство/трансформация самосознания, которое в зависимости от степени выраженности может проявляться как в осознании потери чувства собственного «Я» и искажении восприятия собственной личности, так и в ее полной утрате [1, с. 62]; мучительное переживание отсутствия эмоциональной включенности в профессиональные отношения [2, с. 9]. Характеризуется ощущением нереальности окружающего мира и собственной личности, отсутствием или притуплением чувства любви, привязанности, тоски, гнева, жалости, голода, сна, боли, температурной, тактильной, проприоцептивной чувствительности [3, с. 70]; выступает средством защиты от чувства вины, болезненных аффектов, конфликтов, внутриличностных противоречий [4].

Искаженное самовосприятие провоцирует индивидов к бредовой интерпретации своей действительности. Люди с симптомами деперсонализации находятся в постоянном поиске «врагов», анализируют свои взаимоотношения с окружающими, совершают реальные действия с целью «освобождения» от потенциального гипнотического «воздействия». Совокупность подобных действий и реальных взаимоотношений с людьми называют «бредом воздействия». Бред воздействия перестраивает ценностную систему личности и негативно влияет на характер взаимоотношений с людьми [5, с.104].

Традиционно деперсонализацию подразделяют на аутопсихическую (нарушение восприятия своего «Я» (собственной личности)), аллопсихическую или дереализацию (искаженное восприятие внешнего мира) и соматопсихическую (искривленная перцепция своего тела и его функций) [6].

Согласно концепции трехфакторной модели эмоционального выгорания Маслаха и Джексона (1986) [7], деперсонализация выступает одной из составляющих синдрома психического выгорания и олицетворяет деформацию (обезличивание) отношений с людьми, формирование негативных, циничных, безразличных установок по отношению к коллегам, подчиненным, клиентам и

т.п. Анализ составляющих психического выгорания преподавателей высшей школы показал доминантность деперсонализации среди эмоционального истощения и редукции профессиональных достижений [2].

Перлман и Хартман (1982) определили деперсонализацию как одну из трех составляющих профессиональной деформации, отметили скрытый характер данного явления, проявляющийся во внутренне останавливаемом раздражении [8].

Деперсонализация является одним из защитных механизмов сознания от травмирующих факторов действительности, находящим выражение в дегуманизации отношения к объектам своей деятельности: холодности, формализации контактов, черствости, цинизме [9]. Возможно вывести следующие защитно-адаптационные функции деперсонализации [1, с. 64]:

- искажает, отрицает, трансформирует восприятие реальности, чтобы остановить потенциальную угрозу для человека;

- защищает идентичность личности при воздействии стрессового фактора посредством отчуждения, отстранения от собственной личности, эмоционально-ценностного компонента.

Отчужденность от трудового коллектива, отторжение средств социальной коммуникации являются компонентами одиночества на рабочем месте. Одиночество на рабочем месте – это хронический эмоциональный стресс, испытываемый на работе в случае отсутствия социальной среды, необходимой для установления эмоциональной близости, социальной интеграции [10]; состояние душевной горечи, возникающее вследствие недоступности качественных профессиональных взаимоотношений [11].

Осознание человеком своей исключительности и автономности развивается в процессе индивидуализации. Следование усвоенным идеалам и образцам, не прошедшим глубокой интериоризации, приводит к возникновению существенного рассогласования между тем, как хотелось бы поступать, и тем, как надо это делать, то есть к разрыву между «истинным Я» и «обобщенным другим». Когда человек решается на самопознание и самопринятие, то есть готов

открывать свои истинные качества, возможности, способности, он все дальше удаляется от общественного идеала и все больше рискует обнаружить себя в одиночестве. Стоит индивиду устранить «охранительные барьеры» на пути к собственному «Я», полагая, что собственная истинность и искренность обеспечат ему полноту общения с другими людьми, как он оказывается «жертвой одиночества» [12, с. 20-21].

Одиночество на рабочем месте исследуется в контексте следующих двух аспектов: эмоциональное одиночество и социальное одиночество [13]. Эмоциональное одиночество определяется как отсутствие у человека тесной эмоциональной привязанности, чувства близости по отношению к другим; находит свой выход во внутренней пустоте, тревоге, обеспокоенности. Социальное одиночество характеризуется недоступностью приемлемой социальной среды и проявляется во всевозрастающем чувстве собственной маргинальности [14]. Также выделяют следующие виды одиночества, предопределяющие факторы формирования данного феномена: 1) *maestum et praeteritum* – негативная трактовка прошлого опыта; 2) *maestum et praesentia* – отрицательное восприятие настоящего; 3) *interior causa* – личностные качества, трактуемые как причина одиночества [15, с. 2026].

Среди четырех типов одиночества, выделенных Садлером и Джонсоном (1989), космический тип одиночества, характеризующийся разрывом человека с собственным «Я», с самим собой, соприкасается с деперсонализацией. Данный тип одиночества близок к самоотчуждению, когда индивид осознает существенную неравномерность развития аспектов «Я» [16].

Одинокий человек исключительным образом сосредоточен на личностных переживаниях, проблемах и конфликтах. Установлена взаимосвязь одиночества и самооценки личности, выявлена связь одиночества с заниженной самооценкой. Низкая самооценка порождает внутреннее самоотчуждение человека, сопровождающееся установками и поведенческими тенденциями, затрудняющими межличностное общение [12]. Отчуждение человека от самого себя приводит к «разделению человеческого «Я», к деперсонализации личности.

Эта форма возникает вследствие внешней проявленности Я и ответного восприятия Другого. Данная стадия отчуждения приводит к глубокому экзистенциальному одиночеству. «Я» никто, меня не существует как «Я» [17, с. 42]. Таким образом, самоотчуждение как следственный детерминант одиночества граничит с деперсонализацией.

Устойчивая Я-концепция в сочетании с принятием собственной индивидуальности - значительный фактор психологической стабильности, отсутствия одиночества [18, с. 125] и деперсонализации. Функция Я-концепции личности заключается в познании и осознании самого себя, своего предназначения, регуляции и интеграции поведения и деятельности [19, с. 122]. Я-концепция имеет две стороны «Я», одна из которых «сознающее Я» (I), другая – «Я как объект» (Me) [20]. Деперсонализацию можно расценивать как деструктивную часть структуры «Я как объект» (Me) ввиду концепции отстраненности самовосприятия, «видения извне». Одиночество на рабочем месте может интерпретироваться как компонент «сознающего Я» (I) из-за нацеленности личности на имманентное переживание.

Я-концепция имеет когнитивный механизм защиты, поддерживающий ее целостность, стремление к самореализации и предупреждающий дезорганизацию психической деятельности и поведения. Когнитивный механизм психологической защиты включает в себя уход (прекращение контактов, взаимодействий), изгнание (вытеснение источника воздействия), блокировку (ограждение психики от внешнего воздействия), управление (контроль над процессом взаимодействия), замирение (искажение, сокрытие или сокращение информации) и игнорирование (искаженное восприятие потенциальной угрозы, исходящей из источника информации) [21]. Для деперсонализации преимущественно характерны блокировка, замирение и игнорирование; для одиночества на рабочем месте действительны уход, изгнание и игнорирование. Параллельное присутствие игнорирования объясняется системой защиты, предполагающей отрицательное подкрепление индивидуальности и нейтрализацию потенциальной внешней угрозы во имя сохранения

уникальности личности на фоне дестабилизирующих внутриличностных переживаний.

Деперсонализация и одиночество на работе являются составляющими профессиональной деформации личности и выступают взаимодополняющими защитными процессами я-концепции, включающимися в контексте минимизации отрицательных переживаний и неприятных эмоций, связанных с трудовой деятельностью.

Библиографический список

1. Богданова М.В., Городовых Э.В. Деперсонализация как защитно-адаптационный механизм, направленный на сохранение эго-идентичности // Педагогическое образование в России. 2015. № 11. - С. 61-65.
2. Сурженко Л.В. Синдром психического выгорания преподавателей высшей школы: ценностно-смысловой аспект: монография. - Краснодар: КубГАУ, 2014.
3. Королева Е.Г., Василенко О.И. Деперсонализация - дереализация в рамках невротического расстройства. Случай из практики // Журнал Гродненского государственного медицинского университета. 2011. № 2. - С. 69-70.
4. Castillo R.J. Depersonalization and meditation // Psychiatry. 1990. Vol. 53. – P. 158-168.
5. Косырев В.Н. Клиническая психология: Учеб.-метод, комплекс для преподавателей и студентов факультетов психологии. - Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г. Р. Державина, 2003.
6. Нуллер Ю.Л. Депрессия и деперсонализация. - Ленинград: Медицина, 1981.
7. Боева А.В., Руженков В.А., Москвитина У.С. Синдром эмоционального выгорания у врачей-психиатров // Научные ведомости. Серия Медицина. Фармация. 2013. № 11(154)(22). - С. 6-12.
8. Полякова О.Б. Категория и структура профессиональных деформаций // Национальный психологический журнал. 2014. № 1(13). - С. 57-64.
9. Чутко Л.С., Козина Н.В. Синдром эмоционального выгорания. Клинические и психологические аспекты. 3-е изд. - Москва: «МЕДпресс-информ», 2015.
10. Rook K. Promoting social bonding: Strategies for helping the lonely and socially isolated // American Psychologist. 1984. № 39(12). - P. 1389-1407.
11. Wright S.L., Burt C.D., Strongman K.T. Loneliness in the workplace: Construct definition and scale development // New Zealand Journal of Psychology. 2006. № 35(2). - P. 59-68.
12. Гасанова П.Г., Омарова М.К. Психология одиночества. - Киев: Общество с ограниченной ответственностью «Финансовая Рада Украины», 2017.
13. Weiss R.S. Loneliness: The experience of emotional and social isolation. - Cambridge: MIT Press, 1973.
14. Корчагина С.Г. Психология одиночества. - Москва: Московский психолого-социальный институт, 2008.
15. Колесникова Г.И. Феномен Одиночества: Понятие, Классификация, Экзистенциальный Смысл // Фундаментальные исследования. 2015. № 2 (часть 9). – С. 2024-2027.
16. Садлер У.А., Джонсон Т.Б. От одиночества к аномии // Лабиринты одиночества. Пер. с англ. /Сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровского. – Москва: Прогресс, 1989. - С. 21-52.
17. Корнющенко-Ермолаева Н.С. Одиночество и формы отчуждения человека в современном мире // Вестник Томского государственного университета. 2010. № 332. - С. 40-43.

18. Любякин А.А. Психология одиночества и проблемы адаптации личности // Известия Уральского федерального университета. Сер. 1, Проблемы образования, науки и культуры. 2015. № 4 (144). - С. 122-127.

19. Сокольская М.В., Коростелева И.К. Формирование Я-концепции личности профессионала в процессе учебно-профессиональной деятельности // Вестник Кемеровского государственного университета. 2018. № 3. - С. 121-128

20. Джеймс У. Психология – Москва: Педагогика, 1991.

21. Долгова В.И., Кондратьева О.А. Психологическая защита – Москва: Издательство Перо, 2014.