

Ніколаєнко С.О.

Сумський державний педагогічний університет
імені А.С.Макаренка

ОСОБЛИВОСТІ ГІПНОТЕРАПІЇ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ

Анотація

У сучасній психотерапії на перший план виходять короткострокові методи терапії. Гіпнотерапія є одним з найбільш перспективних напрямків короткострокової психотерапії ПТСР. У статті реалізований симптоматичний підхід до гіпнотерапії посттравматичного стресового розладу. Виявлено адекватні методи гіпнотерапії для роботи зі специфічними групами симптомів в структурі посттравматичного стресового розладу. Для цього можуть бути використані методи експозиційної терапії, систематичної десенсибілізації, когнітивної гіпнотерапії, гіпноусугестивної терапії.

Ключові слова: посттравматичний стресовий розлад, методи гіпнотерапії, експозиційна гіпнотерапія, систематична десенсибілізація, когнітивні методи, пролонгований гіпнотичний сон.

Nikolaenko S.A.

Sumy State Pedagogical A.S. Makarenko University

FEATURES HYPNOTHERAPY PTSD

Summary

In modern psychotherapy to the fore short term methods of therapy. Hypnotherapy is one of the most promising areas of short-term psychotherapy for PTSD. The article concern a symptomatic approach to hypnotherapy of PTSD. Revealed adequate hypnotherapy techniques to work with specific groups of symptoms in the structure of post-traumatic stress disorder. This may be used methods of exposure therapy, systematic desensitization, cognitive hypnotherapy hypnosuggestive therapy.

Keywords: post-traumatic stress disorder, hypnotherapy techniques, exposure hypnotherapy, systematic desensitization, cognitive techniques, roll over hypnotic sleep.

УДК 159.923:004.738.5

ДОСЛІДЖЕННЯ САМОПРЕЗЕНТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В ІНТЕРНЕТІ (НА ОСНОВІ АНАЛІЗУ ЇЇ АВАТАРІВ)

Скуловатова О.В.

Київський національний торговельно-економічний університет

Здійснено аналітичну роботу з класифікації та систематизації видів аватарів, які використовуються в соціальних мережах та на тематичних форумах. Досліджено, що аватар, як самопрезентація «я» особистості в Інтернеті, має безпосередній зв'язок з рисами її характеру. Їх вибір є не випадковим. За змістом використаного зображення можливо робити висновки про індивідуально-характерологічні особливості особистості. З'ясовано, що зображення на аватарах мають низький кореляційний зв'язок з темпераментом особистості. Проведене дослідження дозволяє стверджувати психодіагностичні можливості методу аналізу самопрезентації особистості в Інтернеті на основі аналізу її аватарів.

Ключові слова: аватар, характер, особистісні смисли, символ, особистість.

Постановка проблеми. Сучасне життя значною мірою змістилося в мережу Інтернет. Значна кількість соціальних дій реалізується не при безпосередньому контакті, а у віртуальному просторі. Існування в Інтернеті дозволяє не тільки лишатися відносно-анонімним, але й обирати ту самопрезентацію, яка виявляється найбільш придатною для вираження актуального емоційного стану людини, її настанов, стереотипів, бажань, потреб, прагнень та образу власного «я». Одним з засобів самовираження особистості виступає аватар, як стислий, символічний образ ретрансляції власного «я».

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Спроби розв'язання поставленої в нашому дослідженні проблеми регулярно здійснюються на профанському рівні в науково-популярних блогах, але лише незначна кількість публікацій заслуговує на наукове визнання та може вважатися авторитетними дослідженнями. Серед таких можливо виділити гіперкнигу John Suler, Ph.D. Психологія кіберпростору, в якій кілька розділів присвячені безпосередньо проблемі, що аналізується [1]. Також заслуговує на увагу розділ з книги Психологія та маркетингу написаний J.-F. Bélisle та H. Onur Bodur присвячений безпосередньому

враженню яке справляє аватар людини при налагодженні міжособистісної комунікації [2].

Серед вчених пострадянського простору, які активно займаються розробкою проблеми існування особистості в Інтернеті можливо виділити роботи А. Бегоян, А. Войскунського, Л. Вілкова, Г. Гринкевич, Р. Кондратенко.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. У сучасних дослідженнях присвячених безпосередньо аватарам намітилось два напрями, один з яких трактує його як спосіб самовираження особистості, а інший наголошує на психотерапевтичній функції даного зображення, метою якого є не самовираження як таке, а скоріше спосіб творення та моделювання власного ідеального «я» [1]. На наш погляд, необхідно застосовувати синтетичний підхід, що враховує обидві точки зору, як складові цілісної проблеми. Тобто, з одного боку людина обирає зображення, намагаючись повніше виразити своє я, з іншого, у цьому актуалізованому «я» проявляються її уявлення про ідеал.

Не зважаючи на великий масив даних та спроб узагальнення та класифікації символічних зображень особистості в Інтернеті, на даний час відсутні емпіричні дослідження присвячені поставленій проблемі.

Мета статі продемонструвати психодіагностичні можливості, які відкриває детальне вивчення символічних та реальних зображень людини, які вона обирає в якості самопрезентації в Інтернеті.

Виклад основного матеріалу дослідження. Аватари в Інтернеті виступають візуалізацією образу власного «я», але ніколи не передають всієї цілісної картини такого багатогранного утворення як особистість. Цей факт значно обмежує їхню психодіагностичну функцію, проте робить можливою інтерпретацію. Вони безпосередньо пов'язані з індивідуальними характерологічними рисами особистості. До того ж, вони є проекцією особистісних змістів, тому на наш погляд, для їхнього детального дослідження є можливим використання методів аналізу, що застосовується у проєктивних методиках. Аватар, на символічному рівні, є «обличчям» людини, тим образом який вона хоче презентувати оточуючим [3]. Користувач може встановлювати різні аватари, на різних ресурсах, що дає більш широке поле для аналізу. Зазначимо, що з точки зору психологічного символізму аватар, виступає своєрідним тотемом, покликаним захищати власника.

З метою глибокого психологічного аналізу аватарів та їхньої систематизації нами було створено класифікацію їх видів методом контент-аналізу. Матеріали для аналізу було взято з соціальних мереж Facebook та Вконтакті та п'яти популярних тематичних форумів різних напрямів. Було визначено, що всі аватари можливо розподілити на статичні та динамічні; реальні (в основному фотографічні) та символічні зображення.

Після детальної класифікації аватарів за видами та підвидами, було створено вибірку з 360 чоловік, по 20 чоловік з кожним видом аватару та запропоновано їм пройти психодіагностичні методики спрямовані на визначення особливостей темпераменту та характеру. Серед них: 16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла,

ІТО (Індивідуальний типологічний опитувальник Л. Собчек), Тест на визначення типу темпераменту Г. Айзенка. Додатково з метою уточнення особистісного змісту, який надавала людина використаному зображенню, застосовувався метод онлайн-інтерв'ю. Всі методики досліджувані проходили в режимі он-лайн, що дозволило зберегти відносну анонімність, та значно спростило процедуру обстеження.

Отримані дані аналізувалися методом контент-аналізу, факторного та кореляційного аналізу. Статистичні дані обраховувалися за допомогою програми SPSS.

В результаті було виділено особистісні характеристики, що можливо вважати типовими для людей, що обрали певний вид аватара для презентації власного профілю в соціальних мережах та на форумах. Як загальну тенденцію можливо визначити домінування реальних зображень в соціальних мережах та символічних на форумах, що пояснюється можливістю підвищення анонімності останніх.

Отримані дані надають широке поле для аналізу, результати якого неможливо викласти в рамках однієї публікації. Тому в цій статті ми наводимо лише узагальнений результат здійсненої роботи. Кореляційний аналіз дав низькі показники (0,02) зв'язку типу зображення на аватарі з Тестом на визначення типу темпераменту

Г. Айзенка, що дозволяє стверджувати відсутність відчутного зв'язку між темпераментом та вибором зображення для самопрезентації. Найвищий показник кореляції в нашому дослідженні (0,72) ми отримали з Методикою ІТО (Л. Собчек). 16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла показав середню кореляцію (0,61).

Отримані дані дозволяють стверджувати наявність зв'язку між індивідуально-характерологічними властивостями людини та різновидом картинки, яку вона обирає для презентації образу власного «я» в Інтернеті. На основі проведеного аналізу можемо узагальнити наступні характеристики власників типових аватарів:

1. Фото-портрети – для людей які мають зображення такого типу притаманний діловий стиль спілкування. Вони презентують власника як зайняту людину, але достатньо відкриті для соціального контакту та спілкування. Демонструючи своє реальне фото, людина ретранслює повідомлення: «Ось я, мені нічого приховувати, я готовий до діалогу». Ці люди мають високі показники за шкалою екстраверсії та ригідності (ІТО). Методика Кетела дає високі значення по факторах незалежність, заклопотаність та твердість.

2. Фото, чи зображення хобі – показують власника зайнятого улюбленою справою, чи символи цієї справи. Притаманні людям, які схильні захоплюватись, перетворювати власне життя на служіння улюбленій справі. Людина з таким аватаром може недостатньо віддаватися обраній професії. Для неї робота, на даному етапі життя, не стане сенсом існування. Також таке фото може бути ознакою демонстративної особистості. Їй притаманна висока екстраверсія та спонтанність (ІТО); відкритість, незалежність, безтурботність та твердість (Кетел).

3. Фото відпочинку – людина з таким аватаром, на даному етапі життя, не є трудоголиком.

Вона не здатна жертвувати власними інтересами заради роботи. У власників подібних аватарів також прослідковуються демонстративні тенденції в особистісному профілі, висока екстраверсія та спонтанність (ІТО); відкритість, незалежність, безтурботність, твердість та чутливість (Кетел).

4. Фото з коханою людиною – є ствердженням власної повноцінності, виражає бажання підкреслити соціальний статус, означає статево ідентичність, демонструє стосунки і пов'язано з несвідомою тенденцією отримати схвалення оточуючих. Висока екстраверсія та лабільність (ІТО). За Методикою Кетела високі значення по факторам: відкритість, емоційна нестабільність, підпорядкування думці оточуючих, чутливість, безтурботність.

5. Фото з дітьми, або фото власних дітей, символічні зображення сімейних цінностей, ідеалізованих картинок спільного сімейного проведення часу – означає ті ж несвідомі психологічні тенденції, що і попередні аватари, але притаманні людям більш дорослого віку. Для жінок такі зображення є ствердженням власного статусу, підкресленням дорослості та повноцінності. Висока екстраверсія та лабільність (ІТО); відкритість, емоційна стабільність, підпорядкування думці оточуючих, заклопотаність, чутливість (Кетел).

6. Типове селфі – захопленість цим різновидом фото, що проявляється в двох і більше аватарах в цьому стилі, є свідченням інфантильності, самозакоханості, в деяких випадках проявом нарцисичного характеру. Висока екстраверсія та спонтанність (ІТО); відкритість, емоційна нестабільність, підпорядкування думці оточуючих, безтурботність (Кетел).

7. Фото «скривленого» обличчя, зображення, що містять емоції, заливка тоном одного кольору – такі зображення вимагають додаткового якісного аналізу з оглядом на емоції які передаються. В загальному, може означувати бажання продемонструвати власне почуття гумору. У деяких випадках, за викривленим обличчям приховується несвідоме прагнення до самознищення, ненависті до себе, власної зовнішності, або відраза до інших людей. Високі показники за шкалою екстраверсія, спонтанність, тенденція до агресивності та сензитивності, тривожність (ІТО); незалежність, безтурботність, чутливість (Кетел).

8. Фото, чи зображення частин тіла – складна проекція. В деяких випадках може означувати несвідоме прагнення до демонстрації, що придушується почуттям сором'язливості, чи провини. Екстраверсія, спонтанність, тривожність (ІТО); відкритість, емоційна нестабільність, безтурботність, чутливість (Кетел).

9. Фото та зображення відвертого, еротичного змісту – означають тенденцію до демонстративності. Проблеми в сфері статевої ідентифікації, спробу самоствердження. Екстраверсія, спонтанність (ІТО); відкритість, емоційна нестабільність, підпорядкування думці оточуючих, безтурботність, чутливість (Кетел).

10. Чорно-білі фото символізують художній смак, прагнення до ексклюзивності та несвідоме бажання повернути минуле, тугу за втраченим. Фото з власного дитинства – є вираженням ностальгії за минулим, бажання позбутися тягаря відповідальності, незадоволеність теперішнім. Ін-

троверсія, регідність, тривожність, лабільність, емоційна стабільність (ІТО); незалежність, заклопотаність та чутливість (Кетел).

11. Нестандартні фото, на яких люди перебувають в незвичних позах, вбранні тощо, шокуючі аватари, аватари з претензією на ексклюзивність, неповторність, гумористичні аватари – використовуються з метою підкреслити власну індивідуальність. Вони свідчать про креативність мислення, творчий підхід та прагнення до ствердження власної унікальності. Власникам таких зображень притаманні спонтанність, агресивність, тривожність (ІТО); незалежність, безтурботність, чутливість (Кетел).

12. Зображення милих, симпатичних істот, тварин – демонстрація прагнення отримати турботу, ласку, позитивне ставлення, любов, повернутися в дитинство. Тривожність, лабільність (ІТО); емоційна нестабільність, підпорядкування думці оточуючих, заклопотаність, чутливість (Кетел).

13. Персонажі мультфільмів, комп'ютерних ігор, герої художніх творів та фільмів – дуже широка категорія, яка вміщує велику кількість змістів, через високу варіативність зображень. Загальною тенденцією для власників таких аватарів є висока сензитивність (ІТО) та емоційна нестабільність виражена тією, чи іншою мірою (Кетел).

14. Супер-герої, обличчя відомих особистостей, аватари, що демонструють успіх виражають тенденцію до самореалізації. Їх обирають люди, які відчувають, що не знайшли власного призначення в житті, вони мрійливі та схильні до прожекторства. Часто такі аватари в своїх профілях використовують особи невпевнені в собі та власних силах, або люди які побоюються критики оточуючих, схильні зважати на авторитети та «створювати собі кумирів». Їм притаманна висока тривожність (ІТО) та емоційна нестабільність, підпорядкування думці оточуючих, заклопотаність та чутливість (Кетел).

15. Зображення живої природи (тварин, птахів, комах тощо), має символічний зміст, що передається за принципом асоціацій, виражаючи домінуючу рису того, чи іншого зображення. У частини осіб з таким аватаром простежується тенденція до агресивної поведінки, тривожність та висока сензитивність (ІТО).

16. Значки, символи, піктограми, логотипи, абстрактні картини не є поширеним різновидом аватару, їх використання може свідчити про оригінальність мислення, нестандартний підхід, самоповагу, образне мислення, інтроверсію, агресивність, сензитивність, лабільність (ІТО); незалежність, заклопотаність та чутливість (Кетел).

17. Релігійні теми та символи віри – не часто зустрічаються в мережі. На форумах не пов'язаних з релігійною тематикою. Інтерпретуючи таке зображення необхідно виходити зі змісту яке воно передає. Загальною тенденцією є високі показники агресивності, регідності, сензитивності, тривожності, лабільності (ІТО), емоційної нестабільності (Кетел).

18. Зображення неживої природи (пейзажі), будівлі (замки, будинки тощо), техніка – характерні для людей замкнених, не схильних до публічного прояву почуттів, з високими показниками по шкалам: інтроверсія, сензитивність,

тривожність (ІТО). Їм притаманні замкнутість, емоційна стабільність, незалежність, заклопотаність, твердість (Кетел).

19. Відсутність аватара може бути певним символічним посланням. Аватар відсутній на певному ресурсі може означати, що людина не вважає своє перебування там постійним явищем. Як що аватар відсутній на новому профілі, можливо, що користувач ще не визначився з тим, як він хоче себе презентувати і чи буде це робити взагалі. Як що користувач на жодному ресурсі не має аватара – можливі різні варіанти інтерпретації. В першому варіанті – він ділова зайнята людина, яка не вважає за потрібне витратити час. В другому випадку – користувач погано володіє комп'ютером і не розібрався з функцією встановлення аватарів. В третьому випадку – людина хоче лишитися анонімною, приховати себе, своє «я» від оточуючих, не прагне розкритись.

Висновки і пропозиції. Узагальнюючи результати проведеного дослідження, можемо сказати про наявність прямого зв'язку між аватаром який обирає людина в якості презентації власного «я» в мережі Інтернет та її індивідуальними характерологічними особливостями. Тобто аналіз символічного малюнка дозволяє робити висновки про суб'єкта аналізу, виступаючи додатковим психодіагностичним інструментом, що не виключає застосування інших методів психодіагностики і не може вважатися самостійною методикою. З іншого боку, глибинне трактування значення використаного в аватарі зображення не можливо без урахування його символічного рівня, тобто того особистісного сенсу, що несе зображення як таке. Тому в перспективі подальшого дослідження цієї наукової проблематики вивчення аватарів в якості проєктивних зображень та створення системи їхньої глибинної інтерпретації.

Список літератури:

1. John Suler, Ph.D. Psychology of cyberspace / John Suler, Ph.D. – режим доступу до джерела: <http://www-usr.rider.edu/~suler/psycyber/psycyber.html>
2. Bélisle J.-F. Avatars as information: Perception of consumers based on their avatars in virtual worlds [Text] / J.-F. Bélisle, H. Onur Bodur // Psychology & Marketing. – 2010. – Vol. 27. – Iss. 8. – P. 741–765.
3. Скуловатова О.В. Використання даних, отриманих з Інтернету, для психологічного аналізу особистості // Скуловатова О. В. / Науковий вісник Херсонського державного у-ту. Серія «Психологічні науки». – Херсон, 2016. – Випуск 1, Том 2. – С. 106–111.

Скуловатова Е.В.

Киевский национальный торгово-экономический университет

ИССЛЕДОВАНИЕ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ИНТЕРНЕТЕ (НА ОСНОВЕ АНАЛИЗА ЕЕ АВАТАРОВ)

Аннотация

Осуществлена аналитическая работа по классификации и систематизации видов аватаров, которые используются в социальных сетях и на тематических форумах. Исследовано, что аватар, как самопрезентация «я» личности в сети Интернет, имеет непосредственную связь с чертами ее характера. Их выбор не случаен. По содержанию использованного изображения возможно делать выводы об индивидуально-характерологических особенностях личности. Выяснено, что изображение на аватарах имеют низкую корреляционную связь с темпераментом личности. Проведенное исследование позволяет утверждать психодиагностические возможности метода анализа самопрезентации личности в Интернете на основе анализа ее аватаров.

Ключевые слова: аватар, характер, личностные смыслы, символ, личность.

Skulovatova O.V.

Kyiv National University of Trade and Economics

THE STUDY ON SELF-PRESENTATION OF PERSONALITY IN THE INTERNET (BASED ON THE ANALYSIS OF ITS AVATARS)

Summary

The analytical work of classification and systematizing of avatar kinds used in social networks and thematic forums was performed. The research showed that an avatar as self-presentation of «I» personality in the Internet has a direct connection with the features of its character. Their choice is not accidental. On the content of the used image the conclusions about individual and characterological personal features can be made. It was found that images on avatars have low correlation with the personality temperament. The accomplished study allows to state psychognostic possibilities of the method of the analysis of personality self-presentation in the Internet by analyzing its avatars.

Keywords: avatar, character, personal sense, symbol, personality.