

УДК 159.9

Ю. В. Щукина, Н. А. Сахарова, А. И. Назаров

Экспериментальное исследование психологических границ личности

Аннотация:

Несмотря на широкую известность понятия «психологическая граница», объективные индикаторы существования такой границы или ее динамики при взаимодействии партнеров отсутствуют. В данной работе была предпринята попытка выяснить возможность устранения этого пробела. Для этого проводился эксперимент, в котором некий незнакомец (в дальнейшем – ассистент), начиная с относительно большого расстояния, постепенно приближался к испытуемому, но не доходя до непосредственного контакта с ним. При этом регистрировалась кожно-гальваническая реакция испытуемого (КГР). Чтобы продлить время удаления ассистента от испытуемого на одном и том же расстоянии и тем самым иметь возможность регистрировать динамику КГР, ассистент перемещался по круговым траекториям разного диаметра. Предполагалось, что с приближением границы, отделяющей ассистента от испытуемого, КГР будет усиливаться, что можно объяснить как раз возрастающим «волнением» испытуемого в связи с вхождением незнакомца в его личное пространство. В эксперименте участвовали испытуемые разного пола и два незнакомых для испытуемых ассистента также разных полов. Результаты подтвердили основную гипотезу. Гендерный эффект также имел место, но он не достиг статистической значимости, в связи с чем требуется проведение дополнительного эксперимента.

Ключевые слова: психологическая граница, кожно-гальваническая реакция, психоанализ, культурно-историческая психология, Эго-функция

Об авторах: Щукина Юлия Викторовна, Благотворительный фонд психологической поддержки «Будущее сейчас», психолог.

Сахарова Наталия Алексеевна, кандидат психологических наук, доцент, Государственный университет «Дубна», заведующий кафедрой психологии факультета социальных и гуманитарных наук; эл. почта: sakharovanata@yandex.ru

Назаров Анатолий Иосифович, кандидат психологических наук, старший научный сотрудник, Государственный университет «Дубна», доцент кафедры психологии

факультета социальных и гуманитарных наук; эл. почта: annaz1939@yandex.ru

Введение

В научной психологии термин «психологические границы личности» встречается практически во всех психологических школах (в психоанализе, теории объектных отношений, гештальт психологии, культурно-исторической психологии) [9]. В практической психологии говорят о необходимости работы с психологическими границами, когда рассматриваются трудности взаимодействия человека с другими людьми, трудности адаптации к новым социальным группам. В психотерапии уделяют особое внимание границе контакта между терапевтом и клиентом. В действиях человека психологическая граница возникает, проявляется и развивается. Она защищает нашу психику от разрушающих внешних воздействий, а также пропускает необходимые для нас энергии. Она способствует сдерживанию и накапливанию внутренней энергии, выражению себя в мире [7].

Понятие «психологические границы» появилось в работах психиатра В. Трауска в 1912, который считал, что для формирования границ Я очень важен ранний телесный опыт [10]. В теории объектных отношений рассматривали роль телесного и эмоционального общения ребенка с матерью. При сепарации от матери происходит процесс формирования личностных границ ребенка, который начинает ощущать себя отдельным, самостоятельным индивидом. В результате Эго ребенка обретает свою идентичность [8]. Некоторые авторы говорили о телесном Эго в контексте формирования «я», включая образ тела и развитие внутреннего пространства [2]. В телесной психотерапии, в частности, в бодинамическом подходе Л. Марчер, выделяют 11 основных тем развития, которые осваиваются ребенком на протяжении всего развития и не сводятся к определенному возрасту: связь, позиционирование, центрирование, границы, заземление и тестирование реальности, социальный баланс, когнитивные навыки, управление энергией, самоутверждение (отстаивание своих прав), паттерны межличностных навыков и гендерные навыки [1]. Эти темы связаны с развитием сознания и самосознания ребенка (развитием Эго в терминологии бодинамики) и называются Эго-функциями.

Формирование границ проходит четыре стадии. Самая ранняя форма границ, которую научается чувствовать ребенок, ощущая свою кожу – физические границы. Границы личного пространства – так называемые энергетические границы – начинают развиваться в начале периода раннего детства. Способность чувствовать свое личное

пространство как отдельное от личного пространства других людей приобретает при оптимальном развитии, начиная с 2-3 лет и далее. Границы территориального пространства начинают развиваться с 3 лет, когда дети научаются распознавать и прояснять свои границы с различными предметами, географическими объектами (например, ямами, впадинами, пещерами) и различными видами собственности. Границы такого рода являются явными и очевидными, в отличие от невидимых глазом энергетических. Границы социального пространства начинают развиваться с 4-5 лет и связаны с принадлежностью к группе, с осознанием «я – это часть мы». Также в бодинамике выделяют такую подфункцию Эго-функции границ как «Создание собственного пространства», которая связана с созданием собственного пространства в социальных контактах, с способностью занимать место, заполнять его.

В бодинамике рассматривается психологическое содержание мышц, которое закрепляет тот или иной психологический опыт ребенка в момент возникновения в определенном возрасте произвольного контроля за выполнением нового движения. Новые произвольные движения ребенка расширяют его возможности познания окружающего мира. Установление границ в бодинамическом подходе понимается как способность ясного различения человеком того, «что есть я» и того, «что не я». Эта дифференциация поддерживается телесными ощущениями кожи, области пупка и мышцами (четыре части большой передней мышцы бедра – четырехглавой мышцы бедра (*Quadriceps femoris*) и мышцей, формирующая округлость плеча – дельтовидной мышцей (*Deltoidaeus*). В рамках данного подхода разработан блок телесных упражнений, направленных на исследование и изменение мышечных паттернов, отражающих состояние личных границ, в которых задействованы перечисленные мышцы [12].

Психологическая граница проявляется в активности человека и тесно связана с психической энергией. Т.С. Леви считает, что для описания психологических границ личности уместно использовать понятие функционального органа, который, согласно А.А. Ухтомскому, является энергийным образованием [6]. В.П. Зинченко пишет, что А.А. Ухтомский «выдвинул идею функционального органа нервной системы или функционального органа индивида и дал строгое определение понятия подвижного, интегрально целого функционального органа» [5, с. 347]. «С именем «органа» мы привыкли связывать представление о морфологически сложившемся, статически постоянном образовании. Это совершенно не обязательно. Органом может быть всякое временное сочетание сил, способное осуществить определенное достижение». [11, с. 61].

Функциональные органы можно рассматривать как новообразования, которые возникают в активности индивида, взаимодействующего со средой [3]. В.П. Зинченко отмечает, что «важнейшая черта функциональных органов состоит в том, что они существуют виртуально и наблюдаемы, да и то лишь частично, в исполнении, т.е. в активности, в том числе и в активном покое, в действии, в поступке» [4, с. 658].

Рассмотрение психологической границы как функционального органа означает, что те или иные ее характеристики возникают как временное сочетание сил для решения задачи осуществления конкретного взаимодействия человека с миром [6].

В лаборатории экспериментальной психологии кафедры психологии было проведено пилотажное исследование психологических границ личности. Феномен «психологических границ личности» экспериментально изучался с применением регистрации кожно-гальванической реакции (КГР) испытуемого на приближение незнакомого человека.

Под психологическими границами мы подразумеваем заметное изменение реакции испытуемого на приближение к нему другого человека (ассистента).

Гипотезы:

- 1) поведение КГР у испытуемого будет изменяться с приближением ассистента; величина амплитуды КГР связана с расстоянием, на котором находится ассистент: чем ближе подходит ассистент, тем выше амплитуда КГР;
- 2) поведение КГР изменяется в зависимости от разницы между полами испытуемого и приближающегося к нему ассистента.

Метод

Процедура. Эксперимент проводился в просторном помещении без постороннего шума. Испытуемый размещался на стуле в комфортной позе, не производя излишних движений. Регистрация КГР проводилась по стандартной методике Фере. Вокруг испытуемого была размечена траектория движения ассистента: 4 окружности с общим центром (стул испытуемого) и разными радиусами: 0,5 м, 1 м, 1,5 м и 2 м. На каждой окружности были отмечены точки, на которые должен был наступать ассистент, двигаясь по траектории круга обычным шагом. Испытуемый следил за движением ассистента, пока последний находился в поле его зрения. Переход ассистента на другой круг совершался за спиной испытуемого. Ассистентами были 2 девушки и 1 юноша, возраст 24-27 лет. Перед началом эксперимента проводился их инструктаж.

После записи фонового состояния испытуемого давалась инструкция: «Сейчас к вам будет приближаться человек. Он будет двигаться вокруг вас, касаться вас не будет. Не двигайтесь, пожалуйста, сидите спокойно, дышите как обычно».

Ассистент начинал движение из исходной точки (справа от испытуемого) и двигался обычным шагом по размеченным окружностям – от более далекого от испытуемого круга к более близкому. В момент нахождения ассистента в обозначенных точках наблюдающий экспериментатор нажимал на кнопку. Регистрация нажатий кнопки на одном из каналов регистратора позволяла соотносить амплитуды КГР с местонахождением ассистента.

С каждым испытуемым производилось 2 блока измерений с варьированием пола ассистента. Продолжительность одного эксперимента составляла в среднем 30 минут.

Аппаратно-программное обеспечение. Регистрация КГР проводилась в обычном помещении без каких-либо мер по защите от наводок. Для усиления биопотенциалов применялся усилитель GSR100C фирмы BIOPAC. Сигналы с выходов усилителя подавались на вход многоканальной системы сбора данных E-440 (фирма L-Card, РФ; <http://www.lcard.ru>), управляемой через компьютер программным пакетом PowerGraph (РФ; <http://www.powergraph.ru>). Последний позволяет осуществлять цифровую обработку аналоговых сигналов в режимах он- и офф-лайн, а также производить их обработку с помощью широкого набора математических и статистических функций. Частота квантования в PowerGraph была выбрана равной 1 кГц. Биопотенциалы отводились от поверхности кожи с помощью хлор-серебряных электродов TSD203. Активный электрод этой пары закреплялся на подушечке среднего пальца левой руки.

Контакт электродов с очищенными участками кожи обеспечивался с помощью геля GEL100 и липких дисков ADD208 (Biopac). Диаметр всех электродов – 8 мм. Ширина полосы пропускания усилителя для КГР – 1 Гц. Коэффициент усиления – $2\mu\Omega/v$. Обработка КГР производилась с помощью программного пакета PowerGraph 3.3.9.

В эксперименте приняли участие 17 человек в возрасте от 18 до 28, среди них 7 юношей и 10 девушек.

Результаты

Независимые переменные (НП): № круга (4 уровня: №1 – самое дальнее расстояние от испытуемого, №4 – самое ближнее), пол испытуемого (М и Ж) и пол ассистента (М и Ж). Зависимая переменная (ЗП) – величина амплитуды КГР. Варьируемые условия – пол ассистента, пол испытуемого. При обработке исходных данных строились графики первых производных КГР. В дальнейшем учитывались средние амплитуды этих производных для

разных условий. Пример обработанной записи приведен на рис. 1.

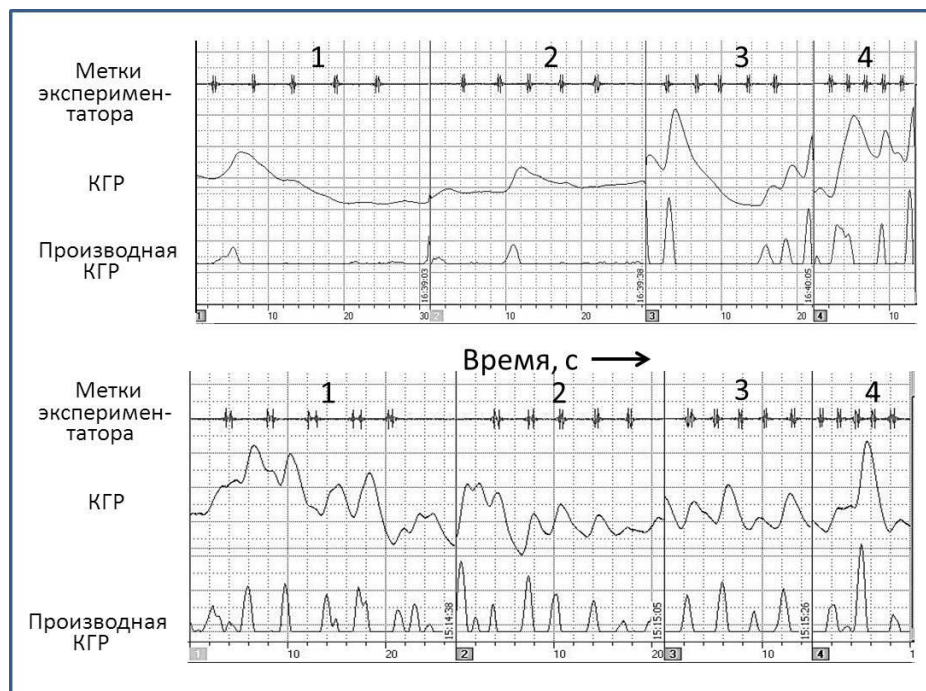


Рис.1. Примеры обработанных записей динамики КГР во время движения ассистента по кругам 1-4 разного диаметра (от наибольшего к наименьшему). График сверху – спокойная испытуемая, внизу – беспокойная

По характеру поведения КГР при фоновой записи испытуемые были выделены в 3 группы: 1- «уравновешенные» (10 человек), 2 – «неспокойные» (4 человека), 3 – «спокойные» (3 человека). В таблице 1 представлены парные сравнения различий в средних амплитудах КГР для разных темпераментов испытуемых. Здесь и далее расчеты производились в программе SPSS.

Таблица 1.

Парные сравнения величин производных КГР для разных темпераментов испытуемых

А Темперамент	Б Темперамент	Среднее различие (А-Б)	Стандартное отклонение	Уровень значимости	95% -ный доверительный интервал	
					Нижняя граница	Верхняя граница
1	2	-93,55*	27,2	0,001	-147,4	-39,7
1	3	-5,76	30,3	,849	-65,7	54,2
2	3	87,78*	35,1	0,014	18,2	157,4

* - значимые различия.

Заметны различия между Уравновешенными (1) и Непокойными (2), между Непокойными (2) и Спокойными (3) испытуемыми. Между Уравновешенными (1) и Спокойными (3) значимых различий не выявлено.

На рис. 2 представлен график средних амплитуд производных КГР испытуемых с разным темпераментом в зависимости от расстояния, на котором находится ассистент.

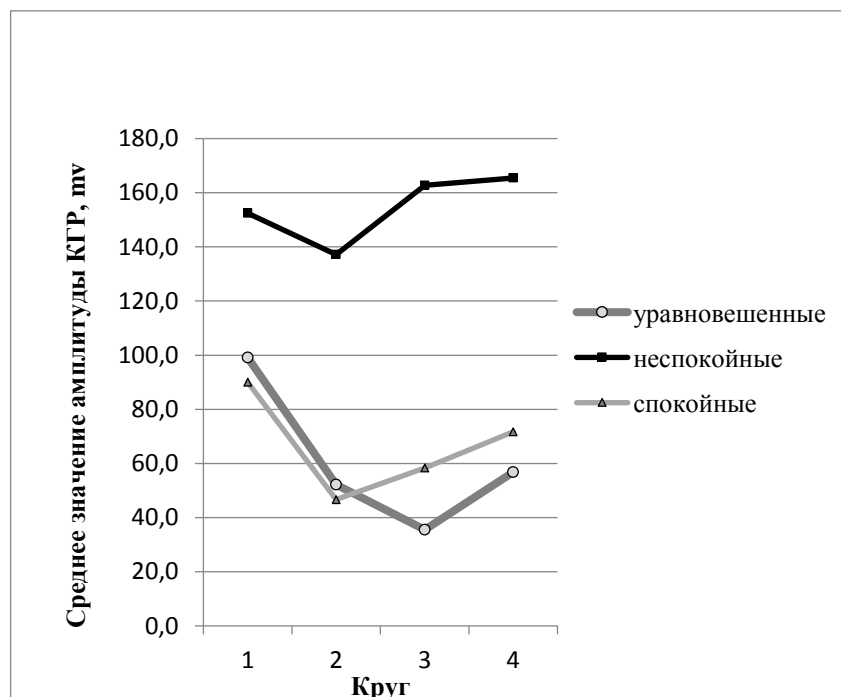


Рис. 2. Средние величины амплитуд производных КГР для разных темпераментов в зависимости от расстояния до ассистента. Круг № 1 – наибольшее расстояние, круг № 4 – наименьшее

Заметно, что поведение КГР испытуемых из группы с беспокойным темпераментом отличается высокими средними величинами амплитуд. Однако общая конфигурация кривых на участке от наибольшего (1) к наименьшему (4) кругам практически одинакова во всех трех группах – сначала происходит снижение КГР, а затем при приближении ассистента на более близкое расстояние КГР увеличивается. Снижение амплитуд при переходе от 1-го ко 2-му кругу можно объяснить угасанием ориентировочной реакции на незнакомого ассистента, который, находясь на относительно удаленном расстоянии от испытуемого, не беспокоит его. Повышение амплитуд, особенно при переходе к 4-му, ближайшему кругу, свидетельствует о нарастающем волнении испытуемого.

Рассмотрим поведение КГР для испытуемых мужского (рис.3) и женского (рис. 4) пола. Как видно на рис. 3, средние амплитуды производных КГР испытуемых-мужчин ведут себя по-разному в зависимости от пола ассистента. При приближении Ж-ассистента наблюдается угасание ориентировочной реакции испытуемого между 1-м и 2-м кругами К 4-му кругу амплитуда увеличивается – растет беспокойство от приближения Ж-ассистента на более близкое расстояние к испытуемому-мужчине.

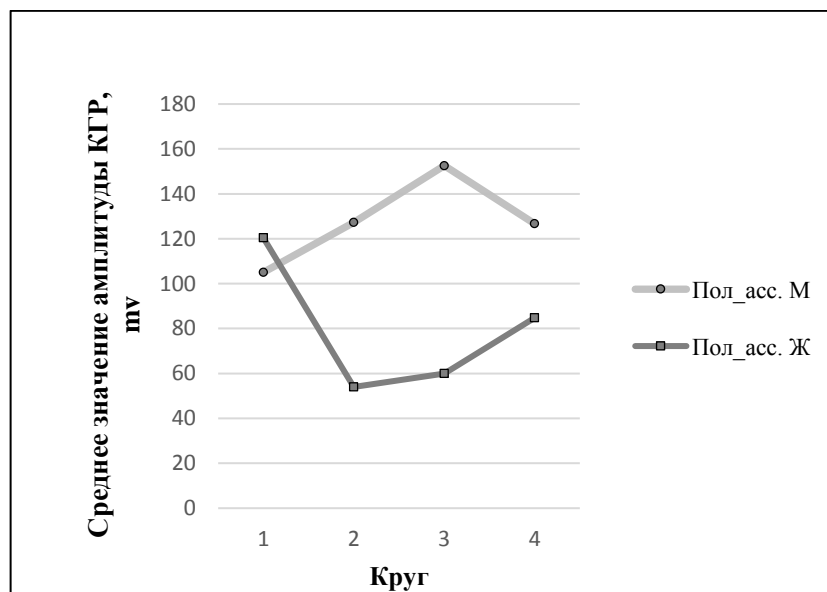


Рис. 3. Средние амплитуды производных КГР испытуемых мужского пола (7 чел.) в зависимости от пола ассистента

При приближении М-ассистента к испытуемому-мужчине наблюдаем другое поведение КГР: реакция постепенно увеличивается, и при самом близком расстоянии снижается. Мы склонны объяснить это социально обусловленным эффектом приближения мужчины к мужчине. Здесь требуется проведение более детального исследования.

На рис. 4 представлены КГР испытуемых женского пола на приближение ассистентов разного пола.

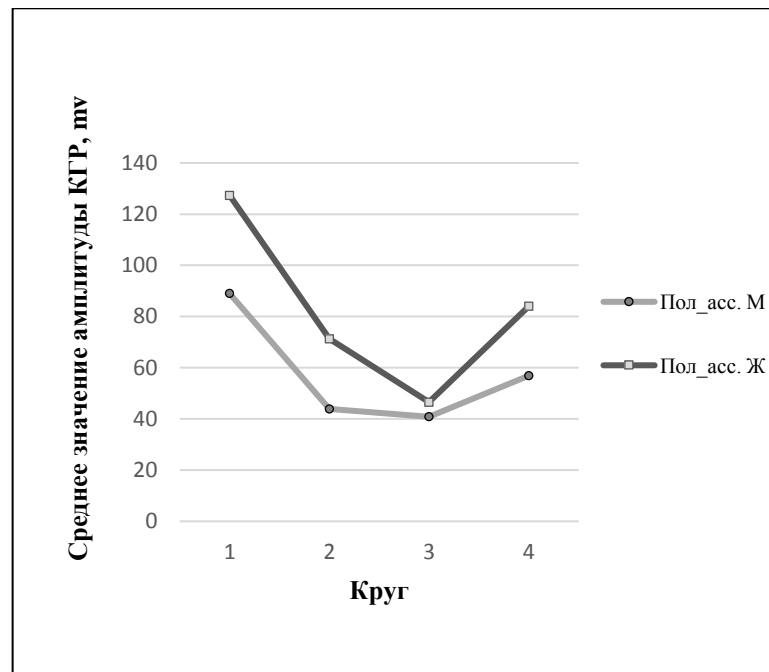


Рис. 4. Средние амплитуды производной КГР испытуемых женского пола (10 чел.) в зависимости от пола ассистента

Графики поведения КГР испытуемых-женщин при участии ассистентов мужского и женского пола похожи по траектории: от 1-го круга к 3-му происходит снижение реакции, а затем ее рост при приближении на более близкое расстояние. При этом более сильная реакция заметна на ассистентов противоположного пола.

Заметим, что при проведении парных сравнений межполовых различий в SPSS значимых различий не выявлено, поэтому при анализе графиков на рисунках 3 и 4 мы говорим о возможном объяснении такого поведения КГР. Для более точных выводов требуется увеличение выборки испытуемых.

Выводы

Для испытуемых женского пола и испытуемых мужского пола при приближении ассистента противоположного пола заметен схожий паттерн изменения КГР на приближение: сначала происходит уменьшение амплитуды КГР, мы называем это угасанием ориентировочной реакции, и затем, при приближении ассистента на самое близкое расстояние к испытуемому, происходит рост КГР. Этот эффект мы склонны называть чувствительностью к приближению к своим психологическим границам.

Сверяясь с изначальными гипотезами, можно сказать, что 1-я гипотеза подтвердилась. Для подтверждения 2-ой гипотезы требуется увеличение объема выборки и

введение некоторых дополнительных условий.

Мы склонны считать выявленный эффект роста КГР при приближении человека на более близкое расстояние после угасания ориентировочной реакции подтверждением существования психологических границ личности. В продолжении исследования планируется увеличение выборки испытуемых и анализ индивидуальных профилей испытуемых.

Библиографический список:

1. Березкина-Орлова В.Б. Телесная психотерапия. Бодинамика / Ред.-сост. В.Б. Березкина-Орлова; Пер. с англ. В.Б. Березкиной-Орловой и др. М.: АСТ МОСКВА, 2011. 409 с.
2. Винникотт Д. Игра и реальность. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2002. 290 с.
3. Зинченко В.П. Алексей Алексеевич Ухтомский и психология (к 125-летию со дня рождения) // Вопросы психологии. 2000. № 4. С. 79-97.
4. Зинченко В.П. Преходящие и вечные проблемы психологии // Аткинсон Р. и др. Введение в психологию. М.: Прайм-Еврознак, 2003. С. 649-662.
5. Зинченко В.П. Психология предметного действия / Ред.-составитель Н.В. Гордеева, научн. ред. А.Н. Назаров. М.;СПб.: ЦГИ Принт, 2018. 384 с.
6. Леви Т.С. Психологическая граница как телесный феномен // Бюллетень АТОП. 2007. № 9. С. 51-68.
7. Леви Т.С. Телесная парадигма развития личностной аутентичности. М: Издательство МосГУ, 2011. 190 с.
8. Малер М., Пайн Ф., Бергман А. Психологическое рождение человеческого младенца. М.: Когито-Центр, 2011. 416 с.
9. Сахарова Н.А., Щукина Ю.В. Феномен «психологические границы личности» в психологии [Электронный ресурс] // Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна». 2014. № 3. С. 1-9. Режим доступа: <https://www.psyanima.ru/journal/2014/3/2014n3a2/2014n3a2.pdf> (дата обращения: 07.10.2017).
10. Соколова Е.Т., Николаева В.В. Особенности личности при пограничных расстройствах и соматических заболеваниях. М.: SvR – Аргус, 1995. 360 с.
11. Ухтомский А.А. Избранные труды. Л.: Наука, 1978. 360 с.
12. Marcher L., Fich S. The Ego Function Boundaries // Body Encyclopedia: A Guide to the Psychological Functions of the Muscular System. USA: North Atlantic Books, 2010. Pp. 475-481.

Shchukina Yu.V., Sakharova N.A., Nazarov A.I. **Experimental study of the psychological boundaries of the individual**

Despite the wide popularity of the concept of "psychological border", there are no objective indicators of the existence of such a border or its dynamics in the interaction of partners. In this paper, an attempt was made to find out the possibility of eliminating this gap. To do this, an

experiment was conducted in which a stranger (later-assistant), starting from a relatively large distance, gradually approached the subject, but not reaching direct contact with him. At the same time, the skin-galvanic reaction of the subject (KGR) was registered. In order to extend the time of removal of the assistant from the subject at the same distance and thus be able to register the dynamics of KGR, the assistant moved along circular trajectories of different diameters. It was assumed that with the approach of the boundary separating the assistant from the subject, KGR will increase, which can be explained by the increasing "excitement" of the subject in connection with the entry of a stranger into his personal space. The experiment involved subjects of different sexes and two unfamiliar to the subjects assistant also of different sexes. The results confirmed the basic hypothesis. The gender effect also took place, but it did not reach statistical significance, and therefore an additional experiment is required.

Keywords: psychological border, skin-galvanic reaction, psychoanalysis, cultural-historical psychology, Ego-function