

СПИЦЬКА Л.В.¹, ЖИГАРЕНКО І.Є.²

¹ доктор психологічних наук, доцент,
професор кафедри практичної психології та соціальної роботи
Східноукраїнського національного університету
ім. В. Даля, м. Сєвєродонецьк

² доктор психологічних наук, доцент,
професор кафедри психології та соціології
Східноукраїнського національного університету
ім. В. Даля, м. Сєвєродонецьк

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ АФЕКТИВНИХ РОЗЛАДІВ ОСОБИСТОСТІ В ПЕРІОД КРИЗ

У статті розглядається можливість використання тренінгових технологій у роботі з людьми похилого віку для розвитку життєстійкості, для корекції загального сприйняття сенсу життя у похилому віці. Пропонується запровадження комплексної програми розвитку культури життя літніх людей з різними інтерактивними формами взаємодії. Наводяться результати запровадженого тренінгу з людьми похилого віку, що спрямований відкорегувати особливості самопочуття, розуміння екзистенціальних переживань, емоційного стану, усвідомлення свого життєвого шляху, розширення репертуару адаптивних стратегій та екзистенціального досвіду.

Ключові слова: *тренінгові технології, інтерактивні форми взаємодії, похилий вік, ставлення до життя*

Постановка проблеми. На сучасному етапі розвитку країни виняткового значення набуває наукове дослідження та вирішення соціально-психологічних аспектів проблеми відновлення психічного здоров'я особистості, пов'язаної зі значним зростанням розладів афективного спектру, які вкрай негативно впливають на якість життя, соціальну адаптацію людини та підвищують суїцидальний ризик, особливо в кризові періоди життя, зокрема у осіб зрілого віку [2; 4; 5]. Тому проблема визначення детермінант та чинників, що впливають на виникнення та перебіг цих розладів під час вікових криз зрілості є особливо актуальною та затребуваною у часі. При цьому цілісний та системний погляд на означену проблему залишається поза увагою дослідників [1; 3; 6].

Актуальність тематики дослідження зумовлена й неоднозначністю в поняттєво-термінологічному тлумаченні категорій психічного здоров'я та психічних розладів. Крім того, відсутність загальних науково обґрунтованих підходів до вивчення проблеми афективних розладів у осіб зрілого віку ускладнює науковий пошук і, особливо, практичне забезпечення ефективної психокорекційної та психопрофілактичної роботи в цьому напрямку. Проте, афективні розлади є важливими факторами ризику виникнення різних форм залежної поведінки (Ю. Васюк, А. Гофман, Т. Довженко, Н. Завацька, Н. Мак-

симова, К. Мілютіна та ін.), а депресивні і тривожні їх кластери виступають основними факторами ризику суїцидів (В. Войцех, Я. Говшовський, О. Лосієвська, С. Піддубняк, Ю. Поліщук, О. Сидоров, Г. Старшенбаум та ін.).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Основними методологічними засадами побудови соціально-психологічної системи корекції афективних розладів особистості зрілого віку в кризові періоди життя виступили провідні положення синергетичного (Р. Баранцев, Ю. Бохонкова, В. Буданов, В. Розін, Г. Хакен, М.-Л.А. Чепа та ін.); когнітивного (А. Бек, Дж. Брунер, А. Еліс, У. Найссер, Н. Сміт, Т. Хомуленко та ін.); екзистенціально-феноменологічного (Л. Бінсвангер, Дж. Бьюдженталь, Є. Гейко, Е. Гусерль, Ю. Джендлін, В. Турбан, К. Ясперс та ін.) підходів та гуманістичної психології (А. Маслоу, Дж. Олпорт, Ф. Перлз, К. Роджерс, К. Хорні та ін.). Теоретико-методологічною основою для її обґрунтування слугували також ключові підходи до розвитку особистості – системний підхід (Б. Ананьєв, О. Блинова, В. Ганзен, Б. Ломов та ін.); поведінковий підхід (О. Киричук, С. Рубінштейн та ін.); теорія відносин (Д. Мак-Грегор, Е. Мейо, Р. Лайкерт, Ф. Ротлісбергер та ін.); транзактна модель стресу і подолання (Р. Лазарус, С. Фолкман та ін.); теорія психологічного благополуччя особистості (Н. Бредберн, Е. Дінер, А. Коваленко, О. Кронік, К. Ріфф та ін.); концепція психічного здоров'я (І. Бурлакова, М. Корольчук, Т. Комар, В. Крайнюк, Ю. Хунов та ін.).

Соціально-психологічна система корекції афективних розладів у осіб зрілого віку в кризові періоди життя базувалася на принципах, що відповідають сучасним уявленням про організаційно-інтеракційні особливості психокорекційної роботи, зокрема щодо реалізації феноменологічної установки тут і зараз (Ю. Джендлін, Ф. Перлз), недирективності (К. Роджерс), реінтепретації прожитого досвіду з метою переорієнтації в його ключових смислових домінантах (О. Сидоренко, В. Чернобровкіна), а також взаємовідповідальність учасників за процес і результат психокорекційної роботи, підтримання стосунків, вільних від маніпуляцій (О. Бондарчук, І. Ващенко, Л. Карамушка, М. Тоба та ін.), що запобігає фіксації учасників в стані неусвідомлення власних паттернів (В. Чернобровкіна).

Мета статті – розкрити особливості соціально-психологічної корекції афективних розладів особистості в період криз.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. На формульовальному етапі дослідження до експериментальної групи (ЕГФ) увійшло 123 досліджуваних (63 чоловіка та 60 жінок) з тривожним та депресивним кластерами афективних розладів, яких було розподілено на 11 підгруп. При формуванні підгруп враховувалася відносна однорідність групи за віком (різниця не більше 3-4 років), максимальна різнорідність досліджуваних за акцентуаціями характеру (намагалися поєднувати у групи учасників з різними ти-

пами акцентуацій); чисельність груп налічувала 10-12 осіб; групи були закритими. До психокорекційних груп не входило більше двох учасників з вираженими труднощами міжособистісного спілкування, а також учасників з інтелектуальним зниженням, психопатів збудливого кола та досліджуваних з вираженими фізичними вадами. До контрольної групи (КГф) на цьому етапі дослідження ввійшло 118 респондентів (67 чоловіків та 51 жінка) з подібним спектром афективних розладів, з якими заходів формувального впливу не проводилося. Тривалість психокорекційної роботи становила 9 місяців. Підгрупи збиралися з періодичністю два рази на тиждень протягом перших шести місяців та один раз на тиждень протягом наступних трьох місяців. Після проведення контрольних вимірів учасникам експериментальної групи було запропоновано перейти до подальшої роботи у режимі груп взаємопідтримки.

Реалізація соціально-психологічної системи корекції афективних розладів особистості зрілого віку в кризові періоди життя відбувалася на *первинному рівні*, з застосуванням превентивних заходів, зокрема системи ментальної превентології, проведення яких передбачалося у фракталі предиспозиції, та встановленням психологічного контакту, забезпеченням його прийнятності до подальших впливів у межах психокорекційного процесу. Важливою умовою цього етапу було створення передумов для налагодження робочого альянсу, що досягалося, передусім, за рахунок недирективного, партнерського стилю спілкування, атмосфери довіри, яка стимулювала розширення конструктивної соціальної активності, що порушується у більшості осіб зрілого віку з афективними розладами.

На *базовому рівні* – у латентному фракталі – застосовано діагностичні заходи, спрямовані на: виявлення соціально-психологічних особливостей осіб, схильних до розвитку афективних розладів (зі слабкою і неврівноваженою нервовою системою, високим рівнем тривожності, психастенічною, астеноневротичною та істеричною акцентуаціями характеру та іншими особливостями преморбиду); удосконалення навичок оволодіння стресом, формування стресостійкості; реконструкцію моральної позиції і поведінки учасників з проведення коучінгу, терапії творчим самовираженням і саногенетичної терапії, етичного тренінгу і поведінкової психотерапії тощо. Крім того, соціально-психологічна корекція доповнювалася духовно-моральною, реалізуючи завдання переструктурування песимістично-катастрофічних установок і формування оптимістично-ресурсної життєвої позиції.

На *корекційному рівні* – у ініціальному фракталі – передбачалася кваліфікована соціально-психологічна, медико-психологічна, соціальна і духовно-моральна допомога, спрямована на подолання афективних розладів у осіб зрілого віку в кризові періоди життя. Основні завдання системи на цьому рівні полягали у розвитку навичок

самопізнання та самоприйняття, навчання способам запобігання та подолання тривоги, активізації особистісного потенціалу саморозвитку, що відбувалося за допомогою використання методів раціональної, когнітивно-поведінкової, ігрової терапії, арт- та гештальттерапії (опрацювання внутрішніх феноменів та робота на межі контактів), психотерапії міжособистісних відносин, тілесно-орієнтованої та фокусовано-центрованої терапії (фокусування на чуттєвому сенсі переживань, аутогенне тренування). Цей етап був націлений й на етико-психологічну гармонізацію сімейної сфери учасників. Так, скринінг і корекція морального клімату сім'ї здійснювалися в ході сімейної психо- і соціотерапії, що реалізували завдання етико-психологічної гармонізації міжособистісних відносин і духовно-морального розвитку дисфункціональних сімей. Модель соціальної підтримки осіб зрілого віку з афективними розладами на цьому рівні спиралася на змістовне наповнення її психологічної складової, а саме на мережу та ядро підтримки, що надають емоційне прийняття, відчуття приналежності до групи та впливають на підтримку від особисто значущої людини, сприяють самоефективності через засвоєння конструктивних копінг-стратегій та ефективних захисних механізмів.

У корекційному процесі застосовувалися психотехнології, що склалися з чисельних вправ, які було проведено як індивідуально, так і в межах груп. Основна спрямованість заходів полягала у використанні корекційних методів на блок особистісних рис, уявлень про себе, адаптованість, а також застосування оптимальної системи взаємодій і впливів на переструктурування ірраціональних переконань. Усі напрямки дії розглядалися як складові єдиної системи.

На *аналітичному рівні* – у фракталі результату – передбачалася оцінка ефективності запропонованої системи та визначення основних складових її ефективної реалізації.

Встановлено, що процес психокорекції афективних розладів у осіб зрілого віку в кризові періоди життя сприяв розвитку структурних компонентів образу-«Я»: *когнітивного* ($T=66,0$; $p=0,003$) – підвищення рівня особистісної рефлексивності, інтегруючої складності образу-«Я», його позитивної насиченості; використання абстрактних, узагальнених установок на себе; зменшення кількості негативних самохарактеристик; становлення загалом позитивної рефлексивності; *емоційно-оцінного* ($T=91,0$; $p=0,001$) – розвитку адекватного рівня самоповаги, самооцінки вольових якостей, загальної психічної активності, рівня особистісної та ситуативної тривожності; формування позитивних уявлень при формуванні моделі життєвої перспективи (образи «Я-минуле», «Я-теперішнє», «Я-майбутнє»), навичок цілепокладання, самоактуалізації; розвитку впевненості у своїх силах; зменшенню кількості неадекватних, суперечливих емоційних установок на себе; *поведінкового* ($T=14,0$; $p=0,134$) – збільшення по-

казників інтернального локусу контролю у поведінці, актуалізації самоконтролю, відповідальності за свої вчинки; намагання вирішувати складні ситуації шляхом знаходження адекватних та компромісних рішень; уникнення деструктивних форм зовнішньої поведінки, зокрема агресивності, конфліктності тощо.

Аналіз динаміки змін за результатами впровадження соціально-психологічної системи корекції афективних розладів у осіб зрілого віку в кризові періоди життя свідчить про підвищення інтернальності та ступеня самосприйняття досліджуваних. За даними методики РСК відбулося вірогідне збільшення показників у групі ЕГф порівняно з групою КГф за підшкалами загальної інтернальності ($U=924,5$; $p=0,117$), інтернальності у сфері досягнень ($U=720,0$; $p=0,118$), інтернальності у сфері невдач ($U=689,5$; $p=0,009$) та інтернальності у сфері здоров'я ($U=676,5$; $p=0,006$). Серед досліджуваних ЕГф знизилася кількість осіб з крайнім ступенем екстернальності у порівнянні з результатами I діагностичного зрізу ($T=66,0$; $p=0,003$).

Щодо контрольної групи, то за результатами I-го та II-го діагностичних зрізів зафіксовані лише незначні зміни, які в цілому істотно не змінили стан досліджуваних. Не відбулося статистично значущих змін за параметрами локусу контролю та ступеня самосприйняття досліджуваних.

Емпірично одержані дані свідчать про переважний вплив запропонованих заходів на риси, відповідальні за психічну ригідність: застрявання, збудливість, педантичність, тривожність – ступінь їх вираженості у порівнянні з результатами I діагностичного зрізу у групі ЕГф значно знизився ($T=9,5$; $p=0,007$). Крім того, емпірично встановлено вплив запропонованих психотехнологій, насамперед особистісно-орієнтованих, на підвищення вираженості параметрів самоактуалізації ($T=274,5$; $p=0,007$).

Зважаючи на отримані результати відповідно до змін у сфері самосвідомості досліджуваних, їх емоційно-вольовій та мотиваційно-ціннісній сфері зроблено висновок, що вагомим фактором у соціально-психологічній корекції афективних розладів у осіб зрілого віку в кризові періоди їх життя є соціальна підтримка.

Аналіз параметру соціальної підтримки у досліджуваних групи ЕГф свідчить, що внаслідок проведеної роботи у осіб з тривожним кластером афективних розладів значно підвищився загальний показник ($81,6 \pm 3,2$) емоційної та інструментальної підтримки, розширилась соціальна мережа підтримки ($T=295,5$; $p=0,000$). У досліджуваних з депресивним кластером афективних розладів підвищились показники емоційної підтримки, за рахунок чого підвищився загальний рівень задоволеності соціальною підтримкою. Однак, обмеженою залишилася соціальна мережа підтримки. У контрольній групі КГф в динаміці соціальної підтримки, як емоційної, так і ін-

струментальної, статистично значущих відмінностей виявлено не було.

З метою визначення ефективності задіяних заходів системного впливу та можливостей поширення складових соціально-психологічної системи корекції афективних розладів у осіб зрілого віку в кризові періоди життя було застосовано експертну оцінку фахівців (психологів, психотерапевтів, досвід практичної роботи яких із зазначеною категорією осіб становив не менше 10 років). Експерти відзначили дієвість соціально-психологічної системи корекції афективних розладів у осіб зрілого віку в кризові періоди їх життя в напрямках сприяння конструктивному копінг, соціальній адаптації за рахунок почуття приналежності до групи учасників зі схожими проблемами, взаємної підтримки, регулярності зустрічей (86,9%); можливості зняття емоційної напруги, тривоги (90,2%); включеності в особисті контакти, можливості відчувати емоційне прийняття у групі та поділитися переживаннями (81,3%); трансформації досвіду, отриманого в кризовий період життя, його рефлексії (72,4%).

Психологічними показниками ефективності запропонованої соціально-психологічної системи корекції афективних розладів у осіб зрілого віку в кризові періоди життя фахівцями-експертами було названо також зменшення загального рівня тривожності, проявів депресії; відзначався стабільно позитивний емоційний стан (36,6%); покращення соціального функціонування та застосування навичок копінг, зменшення тенденцій до усамітнення, відгородження, розвиненість складових «Я-концепції» (когнітивної, поведінкової, емоційно-оцінної) (80,5%).

Таким чином, отримані результати підтвердили ефективність впровадження соціально-психологічної системи корекції афективних розладів, зокрема тривожного і депресивного їх кластерів, у осіб зрілого віку в кризові періоди життя.

Висновки. Визначено принципи побудови та зміст соціально-психологічної системи корекції афективних розладів особистості зрілого віку в кризові періоди життя на первинному, базовому, корекційному і аналітичному рівнях (у фракталах предиспозиції, у латентному, ініціальному та результативному фракталах відповідно). За результатами апробації системи відбулося зниження емоційної напруги, тривоги; тенденцій до усамітнення; підвищився рівень емоційної стійкості, спектр соціальної активності учасників та продуктивних стратегій копінг-поведінки. Застосування системних заходів сприяло розвитку структурних компонентів Я-образу (когнітивного, емоційно-оцінного, поведінкового), становленню позитивних уявлень при формуванні моделі життєвої перспективи (образи «Я-минуле», «Я-теперішнє», «Я-майбутнє»), навичок цілепокладання; підвищенню інтернальності та ступеня самосприйняття, актуалізації самоконтролю, оптимального стилю реагування на стресові ситуації

в кризові періоди життя, конструктивному використанню особистісних ресурсів та механізмів психологічного захисту, процесу реінтерпретації особистісного досвіду. Крім того, емпірично встановлено позитивний вплив запропонованих психотехнологій, насамперед особистісно-орієнтованих, на підвищення вираженості параметрів самоактуалізації.

Зважаючи на отримані результати відповідно до змін у сфері самосвідомості досліджуваних, їх емоційно-вольовій та мотиваційно-ціннісній сфері, встановлено, що вагомим фактором у корекції афективних розладів у осіб зрілого віку в кризові періоди життя виступає соціальна підтримка, загальний показник якої значно підвищився у осіб з тривожним спектром афективних розладів, поряд із розширенням її соціальної мережі. У досліджуваних з депресивними розладами підвищилися показники емоційної підтримки, за рахунок чого підвищився загальний рівень задоволеності соціальною підтримкою. Однак, соціальна мережа підтримки здебільшого залишилася обмеженою. У контрольній групі в динаміці зазначених показників статистично значущих відмінностей не виявлено.

Отримані результати було підтверджено експертною оцінкою фахівців щодо можливості інтеграції та поширення складових соціально-психологічної системи корекції афективних розладів особистості зрілого віку в кризові періоди життя в діяльність мультидисциплінарної служби охорони психічного здоров'я.

Список використаних джерел

1. Журба А.М. Криза та її вплив на виникнення особистісних деструкцій / А.М. Журба // Психологічні засади подолання особистісних деструкцій в умовах тимчасової втрати працездатності : монографія / А.М. Журба. – Тернопіль : ТНЕУ, 2016. – С. 27 – 37.
2. Завацька Н.Є. Психологічні основи соціальної реадaptaції особистості зрілого віку: дис. ...д. психол. наук : 19.00.05 / Наталія Євгенівна Завацька. – К., 2010. – 455 с.
3. Турбан В.В. Соціально-психологічні особливості самообмеження особистості в умовах професійної кризи: автореф. дис. ...канд. психол. наук : 19.00.05 / Віталія Віталіївна Турбан. – Сєверодонецьк, 2018. – 20 с.
4. Кісарчук З.Г. Кататимно-імагінативна психотерапія: сучасний стан розвитку та перспективи застосування у вітчизняному психотерапевтичному просторі / З.Г. Кісарчук, Г.П. Лазос // Актуальні проблеми психології. – Т. III: Консультаційна психологія і психотерапія : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України / За ред. Максименка С.Д. – Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. – Лисенко М.М., 2013. – Вип. 9. – С. 5 – 33.
5. Комар Т.В. Психологічні передумови становлення та корекції особистісної зрілості / Т.В. Комар // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. – К. ; Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. – Т. IV., Вип. 11. – С. 108 – 122.
6. Попович І.С. Психологія соціальних очікувань особистості: дис. ...д. психол. наук : 19.00.05 / Ігор Степанович Попович. – Сєверодонецьк, 2017. – 541 с.

Spysok vykorystanykh dzherel

1. Zhurba A.M. Kryza ta ii' vplyv na vynyknennja osobystisnyh destrukcij / A.M. Zhurba // *Psychologichni zasady podolannja osobystisnyh destrukcij v umovah tymchasovoi' vtraty pracezdatnosti : monografija* / A.M. Zhurba. – Ternopil' : TNEU, 2016. – S. 27 – 37.
2. Zvac'ka N.Je. Psychologichni osnovy social'noi' readaptacii' osobystosti zrilogo viku: dys. ...d. psychol. nauk : 19.00.05 / Natalija Jevgenivna Zvac'ka. – K., 2010. – 455 s.
3. Turban V.V. Social'no-psychologichni osoblyvosti samoobmezhennja osobystosti v umovah profesijnoi' kryzy: avto-ref. dys. ...kand. psychol. nauk : 19.00.05 / Vitalija Vitalii'vna Turban. – Sjevjerodonec'k, 2018. – 20 s.
4. Kisarchuk Z.G. Katatymno-imagynatyvna psyhoterapija: suchasnyj stan rozvytku ta perspektyvy zastosuvannja u vitchyznanomu psyhoterapevtychnomu prostori / Z.G. Kisarchuk, G.P. Lazos // *Aktual'ni problemy psihologii'*. – T. III: Konsul'tatyvna psihologija i psyhoterapija : zb. nauk. prac' Instytutu psihologii' imeni G.S.Kostjuka NAPN Ukraïny / Za red. Maksymenka S.D. – Instytut psihologii' im. G.S. Kostjuka NAPN Ukraïny. – Lysenko M.M., 2013. – Vyp. 9. – S. 5 – 33.
5. Komar T.V. Psychologichni peredumovy stanovlennja ta korekcii' osobystisnoi' zrilosti / T.V. Komar // *Aktual'ni problemy psihologii'* : zb. nauk. prac' Instytutu psihologii' im. G.S. Kostjuka NAPN Ukraïny. – K. ; Zhytomyr : Vyd-vo ZhDU im. I. Franka, 2015. – T. IV., Vyp. 11. – S. 108 – 122.
6. Popovyh I.S. Psychologija social'nyh ochikuvan' osobystosti: dys. ...d. psychol. nauk : 19.00.05 / Igor Stepanovyh Popovyh. – Sjevjerodonec'k, 2017. – 541 s.

Spytska L.V., Zhygarenko I.Ye.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF AFFECTIVE PERSONALITY DISORDERS DURING CRISIS

The article defines the types of life choice of a person in the period of early adulthood and reveals the specificity of its dynamics. It is shown that it is advisable to determine the life choice in the period of early adulthood according to the criteria of personality spheres (value-semantic, motivational, target, limited by the experience of cognition and the organization of this experience, etc.); the level of mental regulation of behavior and activity (volitional, voluntary) of individual characteristics (physiological, ontogenetic, pathological); efficiency of choice (optimal / non-optimal) of the availability of choice alternatives; structures (dynamism, development, complexity); turnover (reverse / irreversible) and scale (in particular, global). The completeness of the choice is assessed mainly in the presence of a result, which allows you to launch the mechanism of cardinal transformation of life meanings, the source of personal transformations, the process of unfolding the life guidelines of a person and structuring their own prospects in accordance with them. The dynamics of life choice is considered in the context of the individual's confidence in his choice, the emergence of doubts about the superiority of one or another alternative. The procedural and effective characteristics of a person's life choice in the period of early adulthood are revealed. It has been established that the procedural characteristics reflect the conscious involvement of the individual, the degree of his independence and confidence in the course of making life choices (their characteristics are determined by gender, age, level of personal and social maturity during early adulthood); the productive characteristics determine the content and the spatio-temporal perspective of the choice and are expressed in the self-esteem of the respondents. It is emphasized that the characteristics of life choices in terms of their results can be diagnosed by respondents' estimates of the time to achieve the desired choice result.

Keywords: *personality, early adulthood, life choice, dynamics of life choice*

Спицька Л.В., Жигаренко І.Є.
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ
АФФЕКТИВНОЕ РАССТРОЙСТВО ЛИЧНОСТИ
В ПЕРИОД КРИЗИСА

В статье раскрыты принципы построения и содержание социально-психологической системы коррекции аффективных расстройств личности зрелого возраста в кризисные периоды жизни на первичном, базисном, коррекционном и аналитическом уровнях. По результатам апробации системы подтверждено снижение эмоционального напряжения, тревоги; тенденций к уединению; повысился уровень эмоциональной устойчивости, спектр социальной активности и продуктивных стратегий копинг-поведения. Применение системных методов способствовало: развитию структурных компонентов Я-образа (когнитивного, эмоционально-оценочного, поведенческого), становлению положительных представлений при формировании модели жизненной перспективы (образы «Я-прошлое», «Я-настоящее», «Я-будущее»), навыков целеполагания; повышению интернальности и степени самовосприятости, актуализации самоконтроля, оптимального стиля реагирования на стрессовые ситуации в кризисные периоды жизни, конструктивному использованию личностных ресурсов и механизмов психологической защиты. Кроме того, эмпирически установлено положительное влияние предложенных психотехнологий, прежде всего личностно-ориентированных, повышение выраженности параметров самоактуализации. Учитывая полученные результаты в соответствии с изменениями в сфере самосознания испытуемых, их эмоционально-волевой и мотивационно-ценностной сфере, установлено, что весомым фактором в коррекции аффективных расстройств у лиц зрелого возраста в кризисные периоды жизни выступает социальная поддержка, общий показатель которой значительно повысился у лиц с тревожным спектром аффективных расстройств, наряду с расширением ее социальной сети. У испытуемых с депрессивными расстройствами повысились показатели эмоциональной поддержки, за счет чего повысился общий уровень удовлетворенности социальной поддержкой. В контрольной группе в динамике указанных показателей статистически значимых различий не выявлено. Полученные результаты были подтверждены экспертной оценкой специалистов о возможности интеграции и распространения составляющих социально-психологической системы коррекции аффективных расстройств личности зрелого возраста в кризисные периоды жизни в деятельность мультидисциплинарной службы охраны психического здоровья.

Ключевые слова: *личность зрелого возраста, кризисные периоды жизни, аффективные расстройства, социально-психологические средства коррекции*