

Созависимость как возможная угроза психологическому здоровью субъекта

Н. Г. АРТЕМЦЕВА

(Институт психологии РАН),

Т. В. ГАЛКИНА

(Институт психологии РАН, Московский гуманитарный университет)

Статья посвящена осмыслению новых и крайне актуальных проблем современного общества, связанных с безопасностью психологического здоровья. Выделяются и описываются характерные особенности психологического здоровья человека и его связь с поведенческими паттернами. Значительное внимание уделяется рассмотрению феномена созависимости как угрозы психологического здоровья. Подчеркивается, что психологическое здоровье и созависимость являются сложными системными образованиями, для адекватного исследования которых необходимо применение основных принципов системного подхода.

Созависимость определяется как поведение, мотивированное какой-либо зависимостью от значимого другого. В статье показано, что созависимость имеет более общий характер, чем принято считать в большинстве исследований по этой проблеме: в современном быстро меняющемся обществе все люди оказываются так или иначе созависимыми: от любимых, родных, детей, клиентов, начальства, СМИ, рекламы и т. д. Созависимый человек часто забывает о том, что перед ним другой человек, воспринимает его радости и беды как свои собственные, как бы забывая о себе. И в результате у созависимого человека теряется «самость», искажается картина реальной жизни.

Понимание причин возникновения и возможность предотвращения появления созависимых отношений в жизни каждой личности делает изучение механизма созависимости особенно актуальным. Освобождение от созависимых паттернов поведения приводит к психологическому здоровью.

Анализируются различные подходы к определению понятия «психологическое здоровье». Показано, что среди критериев психологического здоровья присутствуют те же аспекты, что и у свободного от созависимости субъекта. Действительно, гармоничность, консолидированность, уравновешенность и адекватность — крайне важные составляющие психологического здоровья, а именно этих качеств и лишен созависимый человек.

Созависимость трудно поддается осознанию, но именно процесс осознания собственной созависимости является первым шагом на пути к исцелению и психологическому здоровью.

В статье обобщен новый материал по исследуемой теме и показана необходимость детального изучения и дальнейших экспериментальных исследований рассматриваемой проблемы.

Ключевые слова: системный подход, психологическое здоровье, созависимость, осознание, субъект, духовность, адекватность, значимый другой, исцеление, психологическая безопасность.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность психологических исследований, связанных с различными аспектами здоровья человека, не вызывает сомнения. Об этом свидетельствует не только социальный запрос и возникновение такой отрасли психологической науки, как психология здоровья, но и сам факт практически одновременного выхода в свет фундаментальных трудов с одноименным названием (Ананьев, 2006; Васильева, Филатов, 2005; Никифоров, 2006; Секач, 2005). В 2002 г. на одном из заседаний Всемирной организации здоровья (ВОЗ) в докладе ее генерального директора госпожи Брундтланд, объединившем информацию из многих стран мира, сообщалось, что наиболее опасные риски для здоровья современных людей обусловлены следующими факторами: высоким давлением крови и высоким уровнем холестерина

в ней, чрезмерным употреблением табака и алкоголя, переяданием и недостаточной физической активностью (The World Health Report ... , 2002: Электр. ресурс). Нетрудно заметить, что основные проблемы здоровья связаны с особенностями поведения человека, не соответствующими его физиологии. Изучение психологических аспектов возникновения таких особенностей поведения и их последствий для развития и функционирования субъекта — чрезвычайно важная и актуальная задача современной психологической науки, и одним из направлений, занимающихся этими вопросами, является именно психология здоровья. Отметим, что особенности поведения самого человека оказывают воздействие не только на его собственное здоровье, но и на здоровье окружающих его близких людей. Мы все в той или иной степени оказываем своим поведением воздействие на других людей, а они — на нас. Вопрос только в том, насколько такое воздействие, зависимость от поведения и привычек другого могут повлиять на здоровье человека, сделать его несчастным и даже больным, изменить его собственные потребности, интересы, ценностные ориентации, характер. Психологическая наука занимается изучением этого вопроса, обозначив эту психическую реальность как феномен созависимости. Феномен созависимости многолик, и его влияние на человека как субъекта жизни чрезвычайно широко (Артемова, 2012), но мы в данной работе сосредоточим свое внимание на роли места созависимости в психологическом здоровье личности. Для этого сначала проведем теоретическое исследование проблем созависимости и психологического здоровья, а также концептуально-терминологический анализ этих понятий.

СОЗАВИСИМОСТЬ

В области исследований созависимости в психологии сложилась непростая ситуация. С одной стороны, все чаще и чаще встречаются описания этого феномена представителями различных профессий в области медицины, психиатрии, психологии, консультирования, социальных служб и др., что свидетельствует об актуальности и необходимости изучения этой проблемы. С другой стороны, современные авторы не идут дальше описаний, свидетельствующих лишь о том, что такое явление существует, и попыток объявить это явление новой парадигмой в системе психологического знания. Экспериментальные исследования практически отсутствуют, нет описаний каких-либо эмпирических данных. Даже описания поведенческих проявлений и критериев диагностики следуют из психотерапевтических практик, а не из специальных научных исследований. В итоге созависимость остается одним из наименее изученных явлений в психологии (там же). Как особая психологическая реальность *co-dependence* (созависимость) была выделена в психологии сравнительно недавно. Никто точно не знает где, когда и кто впервые употребил этот термин. Но феномен зависимости ближайшего окружения от поведения других зависимых от чего-либо или кого-либо (алкоголиков, наркоманов и др.), его динамика были замечены еще в конце XIX в. Однако только в 1986 г. в Америке появились первые анонимные группы для *co-dependents* — созависимых, а в 1990 г. был создан Национальный совет по созависимости — NCC (*National Council on Co-dependence*).

Несмотря на то что в современной психологии созависимость в последнее время всесторонне исследуется, в этой области по-прежнему есть много нерешенных вопросов. До сих пор, в частности, остается открытым вопрос об определении понятия созависимости. Современные авторы ограничиваются лишь описаниями этого явления, пытаются объявить его новой парадигмой в системе психологического знания, не разрабатывая методологической базы для его специального научного исследования. Нам представляется, что системный подход к анализу основных источников и причин возникновения созависимых состояний личности и влияния этого феномена на психологическое состояние и здоровье личности

весьма перспективен. Системный анализ этого сложного многофакторного явления, включенного во всеобщую взаимосвязь психических процессов, влияющих на поведение субъекта, помогает выделить общие, типологические и индивидуальные составляющие этой психологической реальности. Результаты проведенных нами исследований показывают, что созависимость является проблемой межличностного общения, присуща в той или иной степени или в латентной форме практически каждому человеку и теснейшим образом связана с его психологическими состояниями, благополучием, здоровьем. Поведение, мотивированное какой-либо зависимостью от *значимого зависимого другого*, принято называть созависимостью, а созависимым — того, кто, с одной стороны, позволяет поведению *другого человека* влиять на свою жизнь, а с другой — пытается контролировать это поведение. Этот *другой человек* может быть собственным ребенком, близким взрослым, мужем/женой, сестрой, родителями, клиентом или лучшим другом. Он/она может быть алкоголиком, наркоманом, душевно или физически больным человеком или просто подверженным частым депрессиям. Но дело не в том, *другом человеке*, который болен и зачастую знает об этом. Дело в том, кто находится рядом с ним. Именно ему труднее всего осознать свое поведение как болезнь, именно он/она расплачивается часто всю свою жизнь за чью-то зависимость от алкоголя, наркотиков, работы, депрессии и т. д., страдая физически, психически, эмоционально и духовно (там же).

Таким образом, можно сказать, что созависимость в отличие от других явлений затрагивает не только физическую и ментальную (психическую) сферы человеческого существования, но и выходит на более высокий уровень — духовный, который находится в симбиозе с первыми двумя, а это уже непосредственно связано с состоянием психологического здоровья человека в целом.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Проблема психологического здоровья связана с более широкой проблемой здоровья человека и является одной из важнейших областей в исследованиях психологии здоровья как относительно новом направлении психологической науки. В середине 1990-х годов в рамках практической психологии образования И. В. Дубровина и ее коллеги, осмысливая содержательную суть психологической службы, почувствовали необходимость введения в научный психологический лексикон нового термина — «психологическое здоровье» (Дубровина, 1998). Этот термин (*Psychological Health*) ранее (начиная с 1950-х годов) уже использовался в зарубежной психологии. И. В. Дубровина показала отличие термина «психологическое здоровье» от уже давно и прочно существовавшего в психологии и смежных с ней науках термина «психическое здоровье» и дала его определение (Дубровина, 1998).

Можно сказать, что именно с этого момента началось исследование психологических аспектов «территории здоровья», а не каких-либо других (медицинских, социологических, философских). И. В. Дубровина пишет, что термин «психическое здоровье» имеет отношение прежде всего к отдельным психическим процессам и механизмам, тогда как термин «психологическое здоровье» относится к личности в целом. Он находится в тесной связи с высшими проявлениями духа и позволяет выделить собственно психологический аспект проблемы психического здоровья (там же: 39–40).

Отметим, что существует определенная сложность в разработке и анализе проблемы психологического здоровья человека. Связано это, в частности, с тем, что ученые и практики часто не разграничивают понятия «психологическое» и «психическое» здоровье и не дают им в своих работах определений, употребляют в качестве синонимов психологического здоровья такие термины, как «душевное», «духовное», «личностное», «нравственное» здоровье. Все это чрезвычайно затрудняет анализ проблемы психологического здоровья. Однако в ря-

де работ современных отечественных психологов все же представлено целостное видение сущности того, что обозначается терминами «психическое здоровье» и «психологическое здоровье» (это исследования И. В. Дубровиной, Б. С. Братуся, Г. С. Никифорова, В. И. Слободчикова, Е. И. Исаева, А. В. Шувалова, А. Б. Холмогоровой, Л. Д. Деминой и И. А. Ральниковой и др.).

Находясь на позициях системного подхода, мы полагаем, что психологическое здоровье следует рассматривать не как однородное образование, а как системный феномен, имеющий сложное уровневое строение и пересекающийся в определенной своей части с таким образованием, как психическое здоровье. Идея системности в толковании понятия здоровья пронизывает книгу «Психология здоровья» под редакцией Г. С. Никифорова, что позволяет не только дать определения различным видам здоровья, но и выделить их критерии (Психология здоровья, 2006). Однако, с нашей точки зрения, выделяя критерии психического здоровья, Г. С. Никифоров среди них упомянул и критерии психологического здоровья, и наоборот, говоря о психологическом здоровье, упомянул характеристику психического здоровья, например адекватность поведения. Тем самым автор еще раз подтвердил существующую в исследованиях проблем психического и психологического здоровья тенденцию смешивать и четко не определять границы этих понятий. Так, Никифоров указывает, что психически здоровой личности принадлежит гармоничность, консолидированность, уравновешенность, а также такие составляющие ее направленности, как духовность, ориентации на саморазвитие, обогащение своей личности. Но ведь именно последние качества, особенно духовность, относятся, с нашей точки зрения, скорее к психологическому здоровью личности. Отметим, что Г. С. Никифоров говорит и о «душевном здоровье» (по всей видимости, имея в виду «психологическое здоровье»), которое он рассматривает как *характеристику человека, определяющую его способность справляться со сложными (главным образом неблагоприятными) обстоятельствами своей жизни, сохраняя оптимальный эмоциональный фон и адекватность поведения*. Однако нам кажется, что способность к адаптации и адекватности поведения можно отнести не только к душевному, но и к психическому здоровью. Продолжая свою мысль, Никифоров подчеркивает, что *душевное здоровье — это прежде всего гармония человека с самим собой*. Концепция душевного здоровья Г. С. Никифорова опирается на разработанную Б. Г. Ананьевым теорию индивидуальности, где индивидуальность — это относительно замкнутая система, встроенная в открытую систему взаимодействия человека с миром (Ананьев, 1980). Никифоров подчеркивает, что именно *согласованность мотивов, целей и ценностей человека с требованиями окружающей среды и его внутренними возможностями можно рассматривать как условие душевного (= психологического) здоровья* (Психология здоровья, 2006).

Окружающие условия оказывают существенное влияние на развитие личности, закрепляя и поддерживая в ней те или иные особенности, благодаря различным условиям существования. Об этом писал еще В. М. Бехтерев (Бехтерев, 1991). Известно, что одной из особенностей социализации человека является не только усвоение социального опыта, но и преобразование его в собственные ценности, установки, ориентации.

СОЗАВИСИМОСТЬ КАК УГРОЗА ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ ЗДОРОВЬЮ СУБЪЕКТА

Рассматривая феномен созависимости, мы можем констатировать, что созависимый человек начинает переживать потребности, желания *другого как свои собственные*, забывая о том, что перед ним другой человек, и воспринимая *его* радости и беды как *свои собственные* (Артемцева, 2012). Индивид, страдающий созависимостью, фактически забывает о *себе* и *своих* потребностях, целях, ценностях, и тем более он не соотносит их со своими внутренними возможностями. В результате теряется «самость» человека и фактически нарушается

одно из важнейших условий душевного (= психологического) здоровья (см. выше); искажается реальная картина жизни, и, совершенно естественно, что в такой ситуации человек не может быть психологически (а часто и психически) здоровым.

Созависимый человек не может быть в гармонии с самим собой, поскольку он потерял себя, свою самость, «растворился» в другом человеке. Созависимый теряет интерес к жизни, потому что не живет своей жизнью; он не может принимать решения, потому что не знает, чего же в действительности *он сам* хочет; если трудности возрастают, его может захлестнуть ощущение нереальности — обостренное выражение его постоянного состояния, где он не реален для самого себя. Чтобы понять это состояние, нужно осознать, что пелена нереальности, окутывающая внутренний мир созависимого человека, имеет тенденцию распространяться и на внешний мир (там же). Вряд ли нужно пояснять, как искажается при этом картина реальной жизнедеятельности индивида, исчезают возможности для конструктивной постановки и решения многих насущных проблем, разрушается способность справляться со сложными обстоятельствами своей жизни, сохраняя при этом оптимальный эмоциональный фон и адекватность поведения (что характерно, в частности, по мнению Г. С. Никифорова, для психологически здоровых людей). Как результат, у созависимой личности возникают пессимистические, а порой и депрессивные состояния. О каком же душевном, психологическом (и даже психическом и физическом) здоровье здесь может идти речь? При созависимости постепенно разрушается вся система *собственных* мотивов, целей и ценностей человека, нарушается их согласованность с требованиями окружающей среды и внутренними возможностями самого индивида, а это, как было показано выше, нарушает одно из необходимых условий психологического здоровья человека.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЗНАЧИМОСТЬ И ВЫВОДЫ

Вероятно, у созависимого человека существует свое собственное представление о психологическом здоровье. Однако, как показывает опыт консультирования созависимых, эти представления связаны исключительно с жизнью значимых других, в то время как психологически здоровый субъект несет ответственность в первую очередь за свою жизнь. Как известно, созависимость трудно поддается *осознанию*, а именно процесс осознания собственной созависимости (самостоятельно или с помощью психолога, психотерапевта) и является первым шагом на пути к исцелению и психологическому здоровью. Путь исцеления — это всегда духовный путь; болезнь, страдание, тяжелые эмоциональные переживания — это знаки для человека о чем-то задуматься, что-то *осознать* в себе, переосмыслить свое поведение и поведение другого человека, тем самым встать на путь восстановления своей цельности. Цельность — это и есть здоровье, понимаемое в самом широком смысле как психологическое, психическое и физическое. Цельность личности — это верная их иерархия (Галкина, 2013). У зависимого, созависимого субъекта происходит нарушение этой цельности. Будущая болезнь, зависимость, созависимость, как правило, начинаются с нарушений именно в духовной, нравственной сферах личности, т. е. с проблем в психологическом здоровье, а уже затем начинают страдать и психическое, и физическое здоровье. Важно помнить, что духовно-нравственная составляющая является системообразующим фактором психологического здоровья личности. Психологическая, психотерапевтическая работа с созависимыми должна всегда быть ориентирована на восстановление их психологического здоровья. Успех работы в этой сфере повлечет за собой и позитивные изменения как в психическом, так и в физическом состоянии созависимого.

Подводя итог, подчеркнем, что созависимость можно рассматривать как одну из реальных и возможных угроз психологическому (а зачастую, и психическому, и физическому) здоровью субъекта.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Ананьев, Б. Г. (1980) Избранные психологические труды : в 2 т. М. : Педагогика. Т. 1. 232 с.
- Ананьев, В. А. (2006) Основы психологии здоровья : в 2 кн. СПб. : Речь. Кн. 1. Концептуальные основы психологии здоровья. 384 с.
- Артемцева, Н. Г. (2012) Феномен созависимости: психологический аспект. М. : РИО МГУДТ. 223 с.
- Бехтерев, В. М. (1991) Объективная психология. М. : Наука. 480 с.
- Васильева, О. С., Филатов, Ф. Р. (2005) Психология здоровья. Феномен здоровья в культуре, в психологической науке и обыденном сознании. М. : Мини Тайп. 479 с.
- Галкина, Т. В. (2013) Психологическое здоровье личности: духовно-нравственный аспект // Человек, субъект, личность в современной психологии : материалы Междунар. науч. конф., посвящ. 80-летию А. В. Брушлинского / отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко. М. : Институт психологии РАН. Т. 2. 502 с. С. 398–402.
- Дубровина, И. В. (1998) Введение в практическую психологию образования // Практическая психология образования : учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений / под ред. И. В. Дубровиной. 2-е изд. М. : ТЦ «Сфера». 528 с. С. 5–116.
- Психология здоровья (2006) : учебник для вузов / под ред. Г. С. Никифорова. СПб. : Питер. 607 с.
- Секач, М. Ф. (2005) Психология здоровья : учеб. пособие для вузов. М. : Академический проект ; Гаудеамус. 190 с.
- The World Health Report 2002. Reducing Risks, Promoting Healthy Life (2002) [Электронный ресурс] // World Health Organization. URL: http://www.who.int/whr/2002/en/whr02_en.pdf [архивировано в WebCite] (дата обращения: 19.05.2014).

Дата поступления: 30.08.2014 г.

*CODEPENDENCE AS A POSSIBLE THREAT
FOR A SUBJECT'S PSYCHOLOGICAL HEALTH
N. G. ARTEMTSEVA
(INSTITUTE OF PSYCHOLOGY, RUSSIAN ACADEMY OF SCIENCES),
T. V. GALKINA
(INSTITUTE OF PSYCHOLOGY, RUSSIAN ACADEMY OF SCIENCES,
MOSCOW UNIVERSITY FOR THE HUMANITIES)*

The article presents the outcomes of our study of some novel and very topical issues in psychological security, defining and describing some typical features of psychological health in its connection with behavioral patterns. Considerable attention is paid to examining the codependence phenomenon as a possible threat for a subject's psychological health. It is important to emphasize that psychological health and codependence are complex systemic formations and their adequate study requires the use of the basic principles of system approach.

Codependence is defined as behavior motivated by a dependence on the significant other. The article shows that codependence has a more general character than most researchers tend to think. In rapidly changing modern society all persons find themselves in some way co-dependent on somebody: their loved ones, relatives, children, clients, superiors, the media, advertising, etc. A codependent person often forgets that he/she is in contact with another human being and perceives their joy and misery as his/her own, as if forgetting about oneself. As a result, codependent people lose their selves and their picture of real life becomes distorted.

Understanding the causes of codependent relations and being able to prevent their rise in one's own life are the factors that make the study of the codependence mechanism particularly urgent. Setting oneself free from codependent behavior patterns leads to psychological health.

We have examined various approaches to defining psychological health. The study has shown that the features of a codependence-free subject and the criteria of psychological health largely overlap.

Indeed, internal harmony, consolidation, emotional balance and adequacy are both extremely important components of psychological health and the features of a codependence-free person.

Codependence is hard to reflect on, but recognizing and admitting this condition in oneself is the first step towards getting rid of it and achieving psychological health.

The article summarizes the new material on the subject and argues for a detailed study and further experimental investigations of the problem of codependence as a threat for a subject's psychological health.

Keywords: system approach, psychological health, codependence, awareness, subject, spirituality, adequacy, significant other, healing, psychological security.

REFERENCES

Ananiev, B. G. (1980) *Izbrannye psikhologicheskie trudy* [Selected Psychological Works] : in 2 vols. Moscow, Pedagogika Publ. Vol. 1. 232 p. (In Russ.).

Ananiev, V. A. (2006) *Osnovy psikhologii zdorov'ia* [Foundations of Health Psychology] : in 2 books. St. Petersburg, Rech' Publ. Book 1. Kontseptual'nye osnovy psikhologii zdorov'ia [Conceptual Foundations of Health Psychology]. 384 p. (In Russ.).

Artemtseva, N. G. (2012) *Fenomen sozavisimosti: psikhologicheskii aspekt* [The Codependency Phenomenon: The Psychological Aspect]. Moscow, RIO MGUDT [Printing and Publication Department, Moscow State University of Design and Technologies Publ.]. 223 p. (In Russ.).

Bekhterev, V. M. (1991) *Ob'ektivnaia psikhologiya* [Objective Psychology]. Moscow, Nauka Publ. 480 p. (In Russ.).

Vasilieva, O. S. and Filatov, F. R. (2005) *Psikhologiya zdorov'ia. Fenomen zdorov'ia v kul'ture, v psikhologicheskoi nauke i obydenom soznanii* [Health Psychology. The Phenomenon of Health in Culture, Psychological Science and in Everyday Consciousness]. Moscow, Mini Taip Publ. 479 p. (In Russ.).

Galkina, T. V. (2013) Psikhologicheskoe zdorov'e lichnosti: dukhovno-nravstvennyi aspekt [Psychological Health of the Person: The Spiritual and Moral Aspect]. In: *Chelovek, sub'ekt, lichnost' v sovremennoi psikhologii : Materialy Mezhdunarodnoi nauchnoi konferentsii, posviashchennoi 80-letiiu A. V. Brushlinskogo* [Human Being, Subject, Person in Contemporary Psychology : Proceedings of the International conference devoted to the 80th anniversary of A. V. Brushlinsky] / ed. by A. L. Zhuravlev and E. A. Sergienko. Moscow, Publishing House of the Institute of Psychology of the RAS. Vol. 2. Pp. 398–402. (In Russ.).

Dubrovina, I. V. (1998) *Vvedenie v prakticheskuiu psikhologiyu obrazovaniia* [Introduction to the Practical Psychology of Education]. In: *Prakticheskaiia psikhologiya obrazovaniia* [Practical Psychology of Education] : a textbook for students at higher education institutions and vocational schools. 2nd edition / ed. by I. V. Dubrovina. Moscow, Sfera Publ. 528 p. Pp. 5–116. (In Russ.).

Psikhologiya zdorov'ia [Health Psychology] (2006) : a textbook for higher education institutions / ed. by G. S. Nikiforov. St. Petersburg, Piter Publ. 607 p. (In Russ.).

Sekach, M. F. (2005) *Psikhologiya zdorov'ia* [Health Psychology] : A manual for higher education institutions. Moscow, Akademicheskii proekt Publ. ; Gaudeamus Publ. 190 p. (In Russ.).

The World Health Report 2002. Reducing Risks, Promoting Healthy Life. (2002) *World Health Organization* [online] Available at: http://www.who.int/whr/2002/en/whr02_en.pdf [archived in WebCite] (accessed 19.05.2014).

Submission date: 30.08.2014.

Артемцева Наталия Георгиевна — кандидат психологических наук, научный сотрудник лаборатории познавательных процессов и математической психологии Института психологии РАН. Адрес: 129366, Россия, г. Москва, ул. Ярославская, д. 13. Тел.: +7 (495) 682-05-22. Эл. адрес: natulya2797@post.ru

Галкина Татьяна Викторовна — кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории психологии личности Института психологии РАН, доцент кафедры общей психологии Московского гуманитарного университета. Адрес: 129366, Россия, г. Москва, ул. Ярославская, д. 13. Тел. +7 (495) 683-53-40. Эл. адрес: galkina@list.ru

Artemtseva Natalia Georgievna, Candidate of Psychology, Research Associate, Laboratory of Cognitive Processes and Mathematical Psychology, Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Postal address: 13 Yaroslavskaya St., Moscow, Russian Federation, 129366. Tel.: +7 (495) 682-05-22. E-mail: natulya2797@post.ru

Galkina Tatiana Viktorovna, Candidate of Psychology, Senior Research Associate, Laboratory of Psychology of the Personality, Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences; Associate Professor, Department of General Psychology, Moscow University for the Humanities. Postal address: 13 Yaroslavskaya St., Moscow, Russian Federation, 129366. Tel: +7 (495) 683-53-40. E-mail: galkina@list.ru