

Интернет-журнал «Мир науки» ISSN 2309-4265 <http://mir-nauki.com/>

2016, Том 4, номер 3 (май - июнь) <http://mir-nauki.com/vol4-3.html>

URL статьи: <http://mir-nauki.com/PDF/07PSMN316.pdf>

Статья опубликована 31.05.2016

Ссылка для цитирования этой статьи:

Завьялова И.Ю. Актуализация навыков рефлексии в программе психологической поддержки // Интернет-журнал «Мир науки» 2016, Том 4, номер 3 <http://mir-nauki.com/PDF/07PSMN316.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

УДК 159.923.2

Завьялова Ирина Юрьевна

ФГБОУ ВПО «Южно-Уральский государственный университет», Россия, Челябинск
Национальный исследовательский университет
Аспирант, ассистент кафедры «Психология развития»
E-mail: irinamai-5@mail.ru

Актуализация навыков рефлексии в программе психологической поддержки

Аннотация. В данной статье представлены результаты эмпирического исследования возможностей развития личности в пожилом возрасте. На основании ранее проведенных исследований нормативных кризисов зрелого и пожилого возраста была разработана программа психологической поддержки, целью которой является достижение более адаптивного и полноценного развития личности и успешной социализации пожилых людей в современном мире за счет успешного проживания нормативного возрастного кризиса, обеспечиваемого достаточно высоким уровнем рефлексии. Программа ориентирована на повышение уровня рефлексии, принятие пожилыми людьми своего возраста, их социализации, формирование навыков эмоциональной регуляции и сети социальных контактов. Субъективные показатели эффективности программы получены путем контент анализа анкет обратной связи и подтверждают позитивный эмоциональный отклик участников программы, готовность и мотивированность к дальнейшей работе над собой. Для объективного анализа эффективности программы использовались следующие методики: методика А.В. Карпова и В.В. Пономарёвой «Определение индивидуальной меры рефлексивности»; адаптированный вариант «Теста структуры эго-идентичности» (СЭИ-тест Е.Л. Солдатовой); «Методика диагностики социально-психологической адаптации» Роджерса – Даймонда в адаптации А.К. Осницкого. Формирующий эксперимент показал, что уровень развития навыков рефлексии влияет на особенности структуры эго-идентичности пожилых людей и на их уровень социально-психологической адаптации. А значит, программа эффективна и может быть рекомендована для использования в геронтологических центрах, обществах и клубах с целью создания условий для адаптивного старения.

Ключевые слова: развитие личности; нормативные кризисы; социально-психологическая адаптация; рефлексия; эго-идентичность; автономная идентичность; возрастные задачи развития; эффективность программы; благополучное старение; психологическая поддержка

На протяжении жизненного пути человек проживает ряд нормативных кризисов, при благоприятном разрешении которых в структуре личности формируются качественно новые

структуры. В кризисный период происходит интериоризации заданных в культуре возрастных стереотипов и социальных экспектаций, за счет пере структурирования всей системы личности, и представлений человека о самом себе – его идентичности [8]. Осознание изменений происходящих в кризисный период, их нормативности и в тоже время индивидуальной специфики имеет ведущее значение для благоприятного разрешения кризиса. А значит, достаточный уровень развития навыков рефлексии является одним из важнейших условий благоприятного проживания нормативного кризиса взрослости.

Наиболее выражены индивидуальные различия в жизненном пути пожилых людей. Неблагоприятное проживание нормативного кризиса пожилого возраста приводит к социальной изоляции, негативным эмоциональным состояниям (депрессия, одиночество, чувство собственной ненужности), сужению круга интересов, самооценки. В тоже время, благоприятное разрешение нормативного кризиса пожилого возраста позволяет достичь максимального личностного развития, выйти на путь личностной интеграции всей своей жизни в целом, осознания не только социального, но и исторического значения своей жизни. В качестве основных детерминант адаптивного старения выделяют: выбор стратегии сохранения себя как личности, а не индивида (А.И. Анциферова, [1]); принятия своего настоящего положения здоровья, социального статуса и внешнего вида (А.В. Рыбинская, [6]); частые социальные контакты и поддержка со стороны семьи и друзей (Jan Warren-Findlow, и др. [13]); количество социально-ролевых систем, в которые включен пожилой человек (Л.Н. Молчанова, [5]), конфликтность в ценностной сфере (Ю.Б. Дубовик, [3]), включение адекватных психологических защитных механизмов (И.И. Ворошилова, В.Н. Ефанов, [2]); альтруистические отношения с другими людьми (Stephen G. Post, [11]); интеграция жизненного опыта в контексте продуктивной деятельности (Т.В. Рюмина, И.В. Самойлов, [7]); чувство востребованности (Е.В. Харитонова, [9]), проактивность (Kahana, Kelley-Moore, [10]), отказ от своих обязанностей на предыдущих этапах жизни (Ramamurti & Jamuna, [12]). Создание условий для нормального развития личности пожилых людей является необходимым шагом в обеспечении адаптированного старения.

Организация исследования

Предварительно проведенное исследование социально-психологической адаптации людей пожилого возраста, в котором приняло участие 134 человека, позволило выявить взаимосвязь показателей социально-психологической адаптации с общим уровнем рефлексии. Что подтверждает, разработанную теоретическую модель нормативного кризиса пожилого возраста и указывает на то, что адаптивное старение, прежде всего, определяется особенностями проживания нормативного кризиса, благоприятному разрешению которого способствует высокий уровень рефлексии [1]. Для проверки влияния уровня рефлексии на особенности социально-психологической адаптации личности была разработана специальная программа психологической поддержки, направленная на осознание и интериоризацию возрастных задач развития, развитие навыков рефлексии, формирование позитивного отношения к происходящим изменениям и новому возрастному этапу. Критерием эффективности программы является изменение общего уровня рефлексии. Согласно гипотезе, он должен повлиять на изменение уровня социально-психологической адаптации личности, в качестве элементов которого можно выделить: принятие себя и других, эмоциональный комфорт, интернальный локус контроля, неведомость (авторство своей жизни), умение ставить цели в жизни и достигать их, и изменение в соотношении статусов эго-идентичности в сторону увеличения автономии.

Выборка испытуемых составила 134 человека старше 55 лет, с отсутствием ярко выраженной деменцией, диагностика была проведена с помощью теста MMSE - минимальной

оценки психического статуса M.F. Folstein, S.E. Folstein, P.R. Hugh, из них случайным образом были отобраны в экспериментальную группу 14 человек (повторную диагностику прошли 9 человек) и 9 человек в контрольную группу. Контрольная и экспериментальная группы были выравнены по показателям пола и возраста.

Методы и методики исследования

В исследовании использовались следующие методики.

1. Для диагностики уровня развития рефлексии, временной направленности личности, склонности к тупиковой рефлексии была использована методика А.В. Карпова и В.В. Пономарёвой «Определение индивидуальной меры рефлексивности».
2. Для выявления фазы нормативного кризиса и структуры эго-идентичности испытуемых, а так же особенностей переживания ими кризиса использовался адаптированный для данного исследования вариант «Теста структуры эго-идентичности» (СЭИ-тест Е.Л. Солдатовой).
3. Для выявления специфики и уровня адаптированности личности пожилых людей использовалась «Методика диагностики социально-психологической адаптации» Роджерса – Даймонда в адаптации А.К. Осницкого. Которая позволяет диагностировать следующие интегральные показатели: адаптация; самопринятие; принятие других; эмоциональный комфорт; интернальность; стремление к доминированию; эскапизм.

Методы анализа данных. Статистическая обработка данных проводилась с использованием статистического пакета IBM SPSS Statistics 20. Для выявления различий между контрольной и экспериментальной группой был проведён расчёт U-критерия Манна-Уитни, для выявления различий между первичным и повторным диагностическим срезом использовался T Критерий Уилкоксона (Вилкоксона) для связанных выборок.

Описание процедуры исследования

Исследование проводилось на базе психологического центра ЮУрГУ и Челябинской областной организации Общероссийской общественной организации - Общество «Знание». Программа психологической помощи включала в себя 3 встречи по 3,5 – 4 часа, с выполнением домашних заданий в перерывах между встречами. Перед началом программы каждый участник группы проходил индивидуальное собеседование в ходе, которого проводилась первичная диагностика, уточнялись цели и задачи программы, уточнялось отсутствие противопоказаний и наличие показаний для участия в группе. Противопоказаниями для участия в программе являются декомпенсированные хронические заболевания, острые психические расстройства, выраженные расстройства личности и поведения, аффективные нарушения, деменция. Рекомендуемыми основаниями для участия в программе являются, возраст от 55 лет, предрешенная или диффузная эго-идентичность, желание улучшить свою жизнь, достигнуть адаптивного старения.

Целью программы является достижение более адаптивного старения и успешной социализации пожилых людей в современном мире. Программа ориентирована на принятие, пожилыми людьми своего возраста, повышение уровня рефлексии, социализации пожилых людей, формирования навыков эмоциональной регуляции и сети социальных контактов.

Задачи коррекционно-развивающей программы, исходят из теоретически выявленной и эмпирически подтвержденной модели адаптивного старения:

- 1) Интериоризация возрастных задач развития.
- 2) Развитие достаточного уровня рефлексии.
- 3) Перемещение временного акцента на настоящее и будущее.
- 4) Выработка позитивной установки к происходящим изменениям.

Первый день занятий посвящен знакомству группы, установлению доверительных отношений, между участниками группы и ведущим, разъяснению целей программы и личных целей участников, уточнение психологического запроса, происходит выработка позитивной установки к происходящим изменениям. Второй день программы посвящен проработке возрастных задач развития, осознанию своей идентичности личности, повышению навыков рефлексии. На третий день происходит рефлексия участниками полученного опыта, проектирование дальнейших возможностей и целей для участников группы, обмен впечатлениями.

По итогам проведения программы оценивались объективные и субъективные показатели эффективности. В завершении программы пожилым людям было предложено дать обратную связь автору и организатору программы в форме анкеты с вопросами открытого и закрытого типа. Объективная оценка эффективности программы осуществлялась за счет сравнения результатов первичной и повторной диагностики контрольной и экспериментальной групп по вышеперечисленным методикам.

До реализации программы психологической поддержки между всеми психодиагностическими показателями в контрольной и экспериментальной группах испытуемых не было выявлено статистически значимых различий (по U критерию Манна Уитни). О значимом влиянии программы психологической поддержки на уровень рефлексии, особенности социально-психологической адаптации и представленности статусов идентичности в структуре личности можно говорить в том случае, если при сравнении результатов диагностики в экспериментальной группе есть значимые положительные изменения, в контрольной группе нет значимых различий.

Результаты эмпирического исследования

Субъективные показатели эффективности программы. Контент анализ анкет обратной связи показал, что 78,5% участников рады, что участвовали в программе, 21,5% не жалеют о посещении, 71,5% участников считают программу эффективной, 28,5% - очень эффективной, 64% участников считают приобретенные ими навыки полезными, 36% очень полезными, 93% участников хотели бы применить полученные знания на практике, из них 57% участников указали максимальный балл в данной шкале. Все участники признали нормальными темп обучения, продолжительность занятий и самой программы, обстановку обучения. 50% участников согласились с тем, что цели и задачи программы соответствовали их ожиданиям в полной мере, 50% указали на частичное соответствие. Уровень профессиональной подготовленности психолога был оценен как высокий в 71,5% случаев и очень высокий в 28,5% случаев. Все участники программы, согласно анкете, рекомендовали бы знакомым участие в программе психологической поддержки.

Среди отзывов можно выделить следующие: «Очень рада, что всплыл вопрос о психологии людей, умение владеть своими эмоциями, что может помочь в семье в наше непростое время»; «Хотелось бы продолжить встречи»; «Тренинг интересный, увлекательный»; «Хотелось бы участвовать в других подобных мероприятиях»; «Благодарна за общение с «коллегами» по возрасту, ведущей за психологическое заключение»; «В «тесном» кругу больше знаний»; «Хочется узнать по больше и больше практических

занятий»; «Есть желание продолжить тренинг, но желательно с другими членами тренинга, узнать как можно больше людей и их успехи в жизни»; «Появилось желание почитать больше книг по психологии»; «Хотелось бы больше теории, психологических особенностей возраста, у нас жажда знаний».

Субъективные показатели эффективности программы позволяют исключить вероятность некачественной реализации программы, искажающей ход эксперимента. Результаты обработки анкет указывают на позитивное отношение пожилых людей к участию в программе, рефлексию происходящих изменений, намерение изменить свою жизнь в лучшую сторону.

Объективные показатели эффективности программы. Сравнение результатов первичной диагностики показало отсутствие статистически значимых различий между контрольной и экспериментальной группами по всем диагностическим критериям (статистический критерий U Манна-Уитни). Для оценки сдвига диагностических показателей после проведения программы психологической поддержки с участниками экспериментальной группы и для анализа изменений произошедших в контрольной группе использовался T Критерий Уилкоксона (Вилкоксона) для связанных выборок. Повторная диагностика осуществлялась через 3-4 месяца, при этом в контрольной группе статистически значимых различий выявлено не было.

Программа психологической поддержки была направлена на развитие навыков рефлексии пожилых людей, динамика изменений показателей уровня рефлексии в экспериментальной группе представлена на рисунке 1. Статистическая значимость обозначена: *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$.

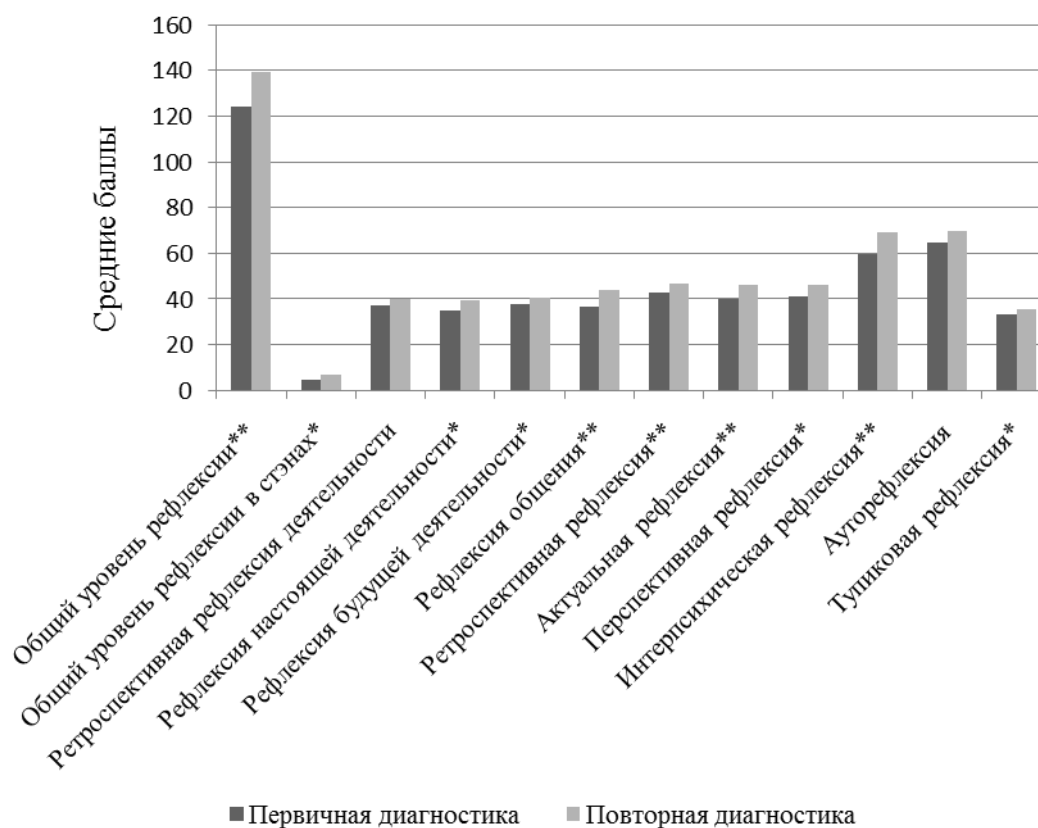


Рисунок 1. Динамика изменений показателей уровня рефлексии в экспериментальной группе

Пожилые люди, участвующие в коррекционно-развивающей программе статистически значительно повысили общий уровень рефлексии ($p \leq 0,05$), что указывает на эффективность программы психологической поддержки. Не смотря на то, что в среднем показатели уровня ретроспективной рефлексии деятельности увеличились, данные изменения статистически не значимы, что можно объяснить высокой ориентацией пожилых людей на прошлое, вне зависимости от участия в программе. В то же время, общий показатель ретроспективной рефлексии статистически значимо возрос, что связано с продуктивной рефлексией прошлого опыта организованной в рамках программы. Изменение остальных показателей рефлексивности, так же статистически значимы ($p \leq 0,05$); пожилые люди в большей мере стали задумываться о своем прошлом, социальных контактах, им стало легче анализировать свое внутреннее состояние, планировать свое будущее, ставить новые цели. В тоже время статистически значимо повысился уровень тупиковой рефлексии ($p \leq 0,05$), что скорее все связано с такими возрастными особенностями пожилых людей как ригидность, склонность к погружению в воспоминания, трудности в переключении внимания.

Согласно гипотезе, изменения уровня рефлексии пожилых людей влияют на благоприятное проживание нормативного кризиса пожилого возраста, данную гипотезу подтверждает увеличение автономии в структуре статусов идентичности личности, представленное на рисунке 2.

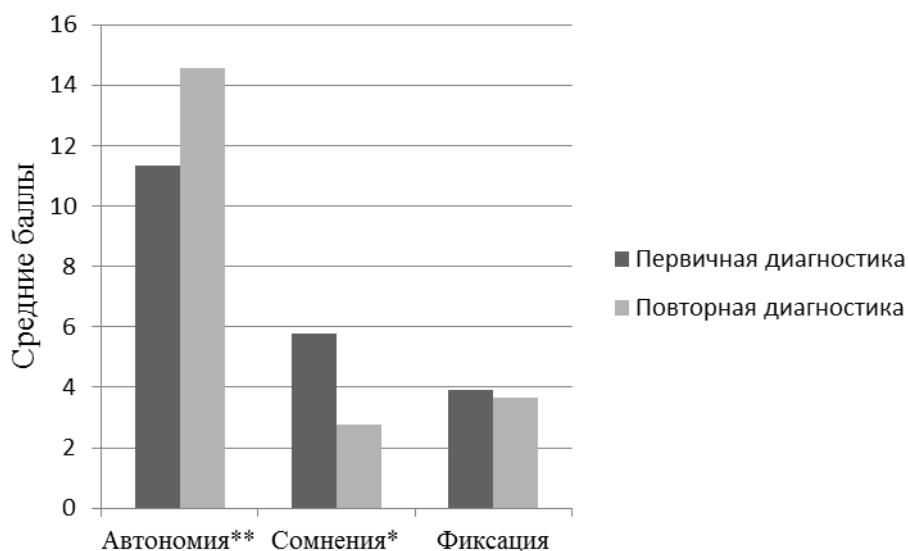


Рисунок 2 Динамика изменений показателей статусов идентичности в структуре личности в экспериментальной группе

Показатели автономии идентичности личности возросли после участия в программе ($p \leq 0,01$), пожилые люди стали более целостно, адекватно, осознанно определять свою идентичность. Сомнения, связанные с трудностью принятия своего возраста и осознания собственной идентичности значительно уменьшились ($p \leq 0,05$), участники программы стали меньше переживать по поводу возрастных изменений, более четко определять свой возрастной статус. Статистически значимых изменений фиксации идентичности личности не произошло, что может быть связано с достаточно реалистичным видением своего будущего на момент участия в программе.

Статистически значимые различия так же коснулись интегральных показателей (ИП) социально-психологической адаптации, что так же подтверждает нашу гипотезу о влиянии уровня рефлексии на уровень социально-психологической адаптации личности. Результаты представлены на рисунке 3.

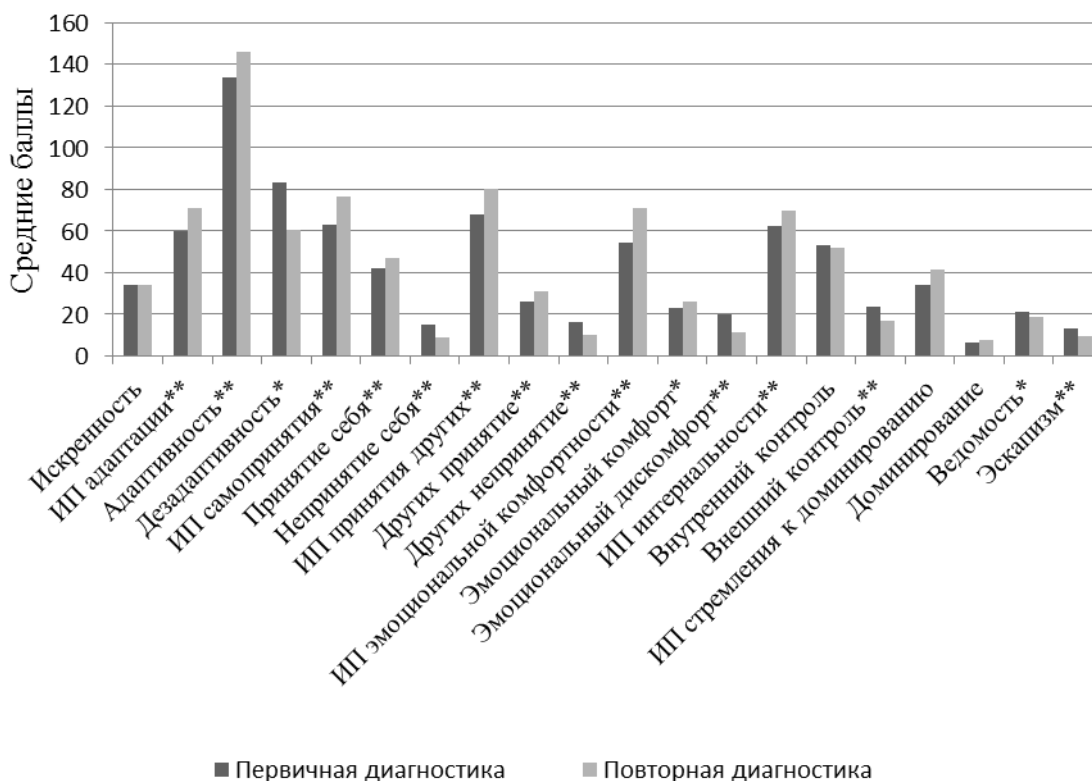


Рисунок 3. Динамика изменений показателей структуры социально-психологической адаптации в экспериментальной группе

По результатам повторной диагностики в экспериментальной группе показатели адаптированности статистически значимо увеличились ($p \leq 0,01$), при этом, наряду с увеличением показателей адаптации ($p \leq 0,01$), значительно снизился уровень дезадаптации личности ($p \leq 0,05$). Увеличились показатели благоприятного отношения к себе ($p \leq 0,01$), что может говорить об интеграции образа пожилого человека в свою эго-идентичность. Так же показатели отношения пожилых людей к другим людям статистически значимо стали более благоприятными ($p \leq 0,01$), что может говорить о более терпимом отношении к другим людям, открытости для новых социальных контактов. В эмоциональном плане увеличились показатели комфортности ($p \leq 0,01$), в жизни участников программы появилось больше поводов для радости, которые они научились находить и создавать сами. Показатели внутреннего локуса контроля статистически значимо не изменились, что может быть связано с объективными жизненными ситуациями в жизни пожилых людей, (тяжелое материальное положение, отношения в семье, переживания утраты супруга) на которые участие в программе не повлияло. В то же время снизились показатели внешнего контроля ($p \leq 0,01$), что говорит о готовности пожилых людей после участия в программе в большей мере брать на себя ответственность за свою жизнь, снижение показателей вedomости ($p \leq 0,05$), так же это подтверждает. Уровень эскапизма снизился ($p \leq 0,01$), пожилые люди с большей уверенностью могут смотреть в будущее, готовы признавать и решать существующие проблемы.

Выводы

Результаты эмпирического исследования доказывают возможность использования разработанной программы психологической поддержки в период нормативного кризиса пожилого возраста, с целью создания условий для более адаптивного старения и успешной социализации пожилых людей в современном мире. Программа психологической поддержки

направлена на развитие навыков рефлексии у испытуемых, она способствует тому, что бы пожилые люди осознали свое место в изменившейся системе социальных отношений, и создает условия для принятия своей возрастной идентичности, своего возраста. Результаты эксперимента подтверждают влияние уровня развития рефлексии на условия проживания нормативного кризиса пожилого возраста и уровень социально-психологической адаптации пожилых людей.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анцыферова, Л.И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии / Л.И. Анцыферова. - М.: Институт психологии РАН, 2006. – 512 с.
2. Ворошилова И.И., Ефанов В.Н. Возможные направления психологической адаптации лиц пожилого возраста // Успехи современного естествознания. – 2009. – №3. – С. 33-35.
3. Дубовик Ю.Б. Исследование психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте. Журнал «Психологические исследования» №1 (15), 2011.
4. Завьялова, И.Ю. Теоретические основания разработки процедуры диагностики фазовой динамики нормативных кризисов поздних возрастов // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». – 2014. – Т.7. – №2 – С. 35 – 38.
5. Молчанова Л.Н. Социально-психологическая детерминация особенностей мотивационно-эмоциональной сферы пожилых людей. Дис. ... канд. пед. наук. Ярославль, 2005.
6. Рыбинская А.В. Психологические характеристики кризиса пожилого возраста // Журнал Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2013. - №7 (123). – С. 128 – 132.
7. Рюмина Т.В., Самойлов И.В. Социально-психологический аспект особенностей типологии старения [Текст] // Психологические науки: теория и практика: материалы IV междунар. науч. конф. (г. Москва, ноябрь 2015 г.). - М.: Буки-Веди, 2015. - С. 30-32.
8. Солдатова, Е.Л. Эго-идентичность в нормативных кризисах развития / Е.Л. Солдатова // Вопросы психологии. – 2006. – №5. – С. 75 – 84.
9. Харитоновна Е.В. Востребованность, жизненные ресурсы и адаптационные способности пожилых людей // Человек. Сообщество. Управление. – 2008. - №3 85 – 91.
10. Kahana E. Proactive Aging: A Longitudinal Study of Stress, Resources, Agency and Well-being in Late Life / E. Kahana, J. Kelley-Moore, B. Kahana // Aging Ment Health. - 2012. - №16 (4).
11. Post S.G. Altruism, Happiness, and Health: It's Good to Be Good // International Journal of Behavioral Medicine. 2005, Vol. 12, No. 2, 66–77.
12. Ramamurti P.V., Jamuna D. Psychology in India: Clinical and health psychology // Geropsychology in India. Noida, India: Dorling Kindersley. 2010. - №3 pp. 185–252.
13. Warren-Findlow J., James N. Landitka, Surah B. Laditka, Michael E Thompson, Associations between social relationships and emotional well being in Middle aged and older African Americans. Research on aging. 2011. November; 33(6):713-734.

Zavialova Irina Yurievna
South Ural state university, Russia, Chelyabinsk
E-mail: irinamai-5@mail.ru

The reflection skills development by means of psychological support program

Abstract. This article presents the results of empirical research of the successful aging. Previous research of the normative age crisis shows that indicators of socio-psychological adaptation are linked to the general level of reflection. We have developed a program of psychological support on the basis of these data. The aim of this program is to achieve the more adaptive aging and successful socialization of elderly people in the modern world. The program is focused on the older people's acceptance of their age, the increase in the reflection level, older people's socialization and formation of the emotional regulation skills and social circle. Subjective indicators of the program effectiveness are obtained by content analysis of feedback questionnaires. The data confirm a positive emotional response of the program participants, their readiness and motivation for further self-improvement. To analyze of the effectiveness of the program we used the following methods: "Defining the individual measure of reflection" (authors: A.V. Karpov and V.V. Ponomareva); adapted for this study version of the "Test structure of the ego-identity" (E.L. Soldatova); "Social-psychological adaptation inventory" of C. Rogers and R. Dymond, adapted by A.K. Osnitsky. The experiment showed that the reflection skills level affects the structure of the ego-identity of elderly people and their level of socio-psychological adaptation. This means that the program is effective and can be recommended for use in geriatric centers, societies and clubs to promote the adaptive aging.

Keywords: personal development; successful aging; normative age crisis; social and psychological adaptation; reflection; ego-identity; identity achievement; development objectives; effectiveness of the program; psychological support

REFERENCES

1. Antsyferova, L.I. Razvitie lichnosti i problemy gerontopsikhologii / L.I. Antsyferova. - M.: Institut psikhologii RAN, 2006. – 512 с.
2. Voroshilova I.I., Efanov V.N. Vozmozhnye napravleniya psikhologicheskoy adaptatsii lits pozhilogo vozrasta // Uspekhi sovremennogo estestvoznaniya. – 2009. – №3. – S. 33-35.
3. Dubovik Yu.B. Issledovanie psikhologicheskogo blagopoluchiya v pozhilom i starchyom vozraste. Zhurnal «Psikhologicheskie issledovaniya» №1 (15), 2011.
4. Zav'yalova, I.Yu. Teoreticheskie osnovaniya razrabotki protsedury diagnostiki fazovoy dinamiki normativnykh krizisov pozdnikh vozrastov // Vestnik YuUrGU. Seriya «Psikhologiya». – 2014. – Т.7. – №2 – S. 35 – 38.
5. Molchanova L.N. Sotsial'no-psikhologicheskaya determinatsiya osobennostey motivatsionno-emotsional'noy sfery pozhilykh lyudey. Dis. ... kand. ped. nauk. Yaroslavl', 2005.
6. Rybinskaya A.V. Psikhologicheskie kharakteristiki krizisa pozhilogo vozrasta // Zhurnal Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki. 2013. - №7 (123). – S. 128 – 132.
7. Ryumina T.V., Samoylov I.V. Sotsial'no-psikhologicheskii aspekt osobennostey tipologii stareniya [Tekst] // Psikhologicheskie nauki: teoriya i praktika: materialy IV mezhdunar. nauch. konf. (g. Moskva, noyabr' 2015 g.). - M.: Buki-Vedi, 2015. - S. 30-32.
8. Soldatova, E.L. Ego-identichnost' v normativnykh krizisakh razvitiya / E.L. Soldatova // Voprosy psikhologii. – 2006. – №5. – S. 75 – 84.
9. Kharitonova E.V. Vostrebovannost', zhiznennye resursy i adaptatsionnye sposobnosti pozhilykh lyudey // Chelovek. Soobshchestvo. Upravlenie. – 2008. - №3 85 – 91.
10. Kahana E. Proactive Aging: A Longitudinal Study of Stress, Resources, Agency and Well-being in Late Life / E. Kahana, J. Kelley-Moore, B. Kahana // Aging Ment Health. - 2012. - №16 (4).
11. Post S.G. Altruism, Happiness, and Health: It's Good to Be Good // International Journal of Behavioral Medicine. 2005, Vol. 12, No. 2, 66–77.
12. Ramamurti P.V., Jamuna D. Psychology in India: Clinical and health psychology // Geropsychology in India. Noida, India: Dorling Kindersley. 2010. - №3 pp. 185–252.
13. Warren-Findlow J., James N. Landitka, Surah B. Laditka, Michael E Thompson, Associations between social relationships and emotional well being in Middle aged and older African Americans. Research on aging. 2011. November; 33(6):713-734.