

8.	Невротическая вина	Формирование умения преодолевать чувство вины и страх осуждения	«Погода на душе», «Формулировка вины», «Стираем детские переживания», «Вина: судебное разбирательство». Рефлексия
----	--------------------	---	---

Таким образом, в подростковом возрасте происходят резкие качественные изменения, затрагивающие все стороны развития и жизни индивида. Интенсивное развитие самооценки у подростков сопровождается внутренне конфликтными переживаниями, что нередко приводит к возникновению чувства стыда, а стремление к взрослости, вызывающее конфликты с родителями, и направленность на мнение сверстников приводит к тому, что ребенка захлестывает невротическая вина. Невротическая вина вызвана воображаемыми проступками, нарушением родительских запретов, отказом от личной ответственности, страхом осуждения, скрытой враждебностью, в то время как чувство стыда напрямую связано с низкой самооценкой и высокой тревожностью. Подросток самообвиняет и принижает себя из-за несоответствия своим внутренним идеалам и ожиданиям сверстников и родителей, он болезненно реагирует на критику, боится осуждения и неприятия. Таким образом, предложенная программа позволяет скорректировать тревожность, невротическую вину и чувства стыда, а также будет способствовать повышению самооценки и жизнестойкости у подростков.

Литература:

1. Муздыбаев, К. Переживание вины и стыда. – СПб: Институт социологии РАН, 1995. – 39 с.
2. Манхаева, О.М. Переживание чувства вины у мужчин с различной социальной направленностью: автореф. дис. ... канд. психол. наук; Морской государственный университет имени адмирала Г.И. Невельского. – Хабаровск, 2012. – 23 с.
3. Горнаева, С.В. Специфика переживания вины и стыда у лиц с различными социально-психологическими характеристиками // Современные исследования социальных проблем. – 2012. – №3. – С. 1–15.
4. Короткова, Е.В. Социально-психологический анализ вины и стыда как системы отношений личности к себе и другому: дис. ... канд. психол. наук; Рост. гос. университет. – Ростов-на-Дону, 2002. – 226 л.
5. Королева, А.Ф. Социально-психологические особенности подросткового возраста // Новая наука: стратегии и векторы развития. – 2016. – №118. – С. 76–78.
6. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства. – СПб: Питер, 2011. – 740 с.
7. Кларк, Э. Изучая чувство вины и стыда // Вестник ассоциации психиатров Украины. – 2013. – №2. – С. 64–69.

***Н.В. Кухтова, к.пс.н., доцент**
Р.Д. Ушакова, студентка
факультета социальной педагогики и психологии
ВГУ имени П.М. Машерова, Витебск
Республика Беларусь*

ВОСПРИЯТИЕ СТАРШЕКЛАССНИКАМИ СИТУАЦИЙ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ

В психологической науке ситуации неопределенности трактуются как неспособность человека категоризировать их из-за таких факторов как недостаток информации, времени, либо перегруженности информацией или же, напротив, влияние каких-либо подсказок [1]. Для таких ситуаций характерным является длительность во времени, где человек может столкнуться со сложностями, с новыми факторами в различных ситуациях. Например, в повседневных случаях, в общении (межгрупповом и межличностном), а также в профессиональной и учебной деятельности. Условия неопределенности могут иметь связь с риском планирования и принятия решения, а также поисковой активностью, работой личности над собой и в итоге готовности к встрече с ней.

Феномен неопределенности лег в основу многих научных направлений отечественных и российских психологов: как новый философский и методологический принцип (В.П. Зинченко, Т.В. Корнилова); предстает в виде «поля взаимодействия, где разворачивается активность человека» (Т.В. Корнилова); стратегия поведения человека (О.А. Джафарова, К.Г. Очеретная); состояние неопределенности в творчестве (А.Л. Галин, Н.Ю. Белова). Неопределенность в психологической науке изучалось в русле мышления (Е.А. Лустина, Б.Ф. Ломов, Е.Н. Сурков), процесса принятия решения (О.К. Тихомиров, Г.Н. Солнцева, Ю.К. Стрелков, М. Osman), жизнестойкости личности (Д.А. Леонтьев, С.В. Кривцова), контекста культуры (А.Г. Асмолов, М.М. Бахтин, Ю.М. Лотман, Е.Д. Шехтер).

При столкновении с ситуациями, характеризующихся новизной, сложностью и непредсказуемостью, человек демонстрирует когнитивные реакции (например, восприятие мира в черно-белом цвете), эмоциональные (дискомфорт, злость, тревожность и др.) и поведенческие (отвержение или избегание ситуации).

По результатам анкеты *«Современный взгляд молодежи на трактование неопределенности»* определялся когнитивный, эмоциональный, поведенческий компоненты и другие аспекты в понимании неопределенности и неопределенных ситуаций.

Для оценки *когнитивной составляющей* представлений о неопределенности, респондентам предлагалось выбрать определение «неопределенности», полученные результаты представлены на рисунке 1.

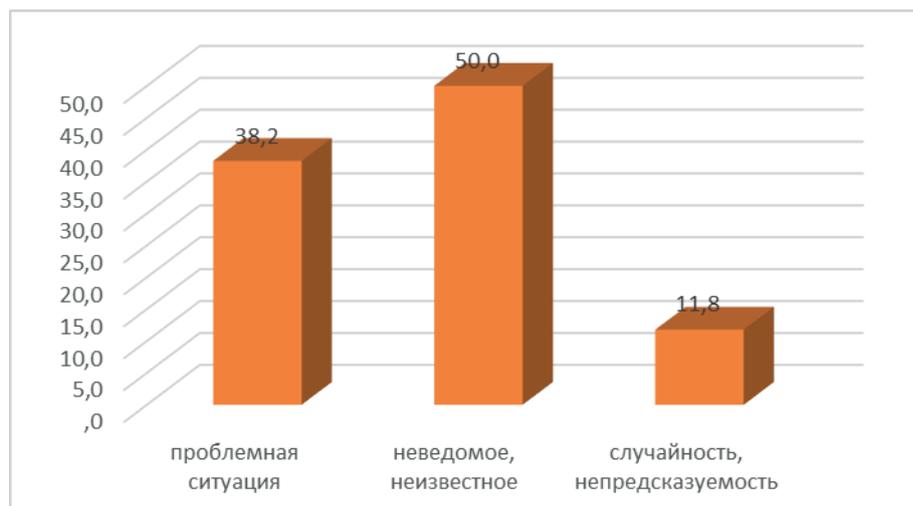


Рисунок 1 – Результаты ответов на вопрос «Что Вы понимаете под неопределенностью?»

Анализ анкеты позволил установить, что неопределенность трактуют как *проблемную ситуацию* 38,2 % учащихся школы. Результаты на вариант ответа «*неведомое, неизвестное*» указывает на 50 %. И под неопределенностью понимают «*случайность, непредсказуемость*» 11,8 % учащихся 9 и 11 классов. В связи с этим неопределенность в глазах современной молодежи связывается с отсутствием определенности, известности. Данное распределение результатов может свидетельствовать о желании респондентов в получении новых сведений, информации как средство для снятия неопределенности.

Далее в анкете следовал вопрос, с чем связаны ситуации неопределенности в жизнедеятельности испытуемых. Полученные результаты представлены на Рисунке 2.

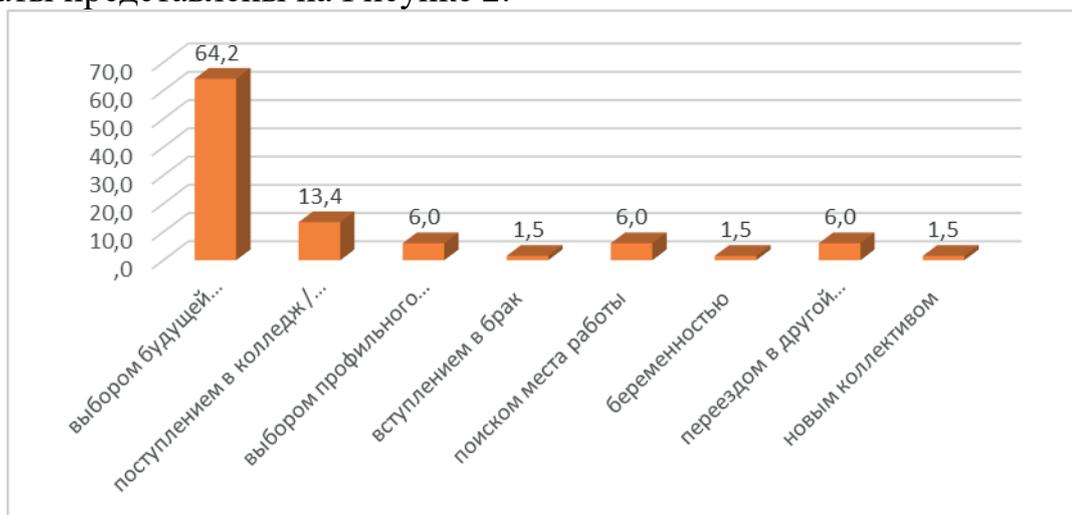


Рисунок 2 – Результаты ответов на вопрос «Ситуация неопределенности связана?»

Согласно полученным данным наибольший процент ответов у учащихся средней школы связано с *выбором будущей профессии* – 64,2 % старшеклассников, *поступление в колледж / университет* – 13,4 % учащихся, *выбор профильного класса* – 6,0 % старшеклассников. Данное распределение ответов можно связать с тем, что перед старшеклассниками встает вопрос профессионального самоопределения, где выбор профессии является психологическим центром ситуации развития у школьников, создавая у них своеобразную внутреннюю позицию. Согласно Л.И. Божович, своеобразие внутренней позиции основывается на следующем: школьники старших классов – это «люди, обращенные в будущее, и все настоящее выступает для них в свете этой основной направленности их личности».

Ситуации неопределенности связаны с *вступлением в брак* у 1,5 % учащихся, *поиском места работы* – 6,0 % учащихся, *переездом в другой город, новыми условиями жизни* – 6,0 % учащихся. Полученные данные могут быть связаны с тем, что для большинства испытуемых этого возраста эти проблемы не являются актуальными. Однако некоторые подростки могут задумываться о трудоустройстве сразу после окончания школы, а так же поступление в новое учебное заведение может быть связано с переездом в другой город, который повлечёт за собой новые условия жизни. Эти мысли могут вызывать чувство неопределённости. Наименьшая часть выборки ситуации неопределенности связывает с *беременностью* (1,5 % школьников) и *новым коллективом* (1,5 % школьников).

Также полученные результаты свидетельствуют о том, что ситуации неопределенности свойственные для учащихся школы, не исчезают при выборе профессии.

В оценке *поведенческого компонента* в ситуациях неопределенности испытуемым было предложено ответить на вопрос «В ситуациях неопределенности Вы направлены на?». Полученные результаты представлены на Рисунке 3.

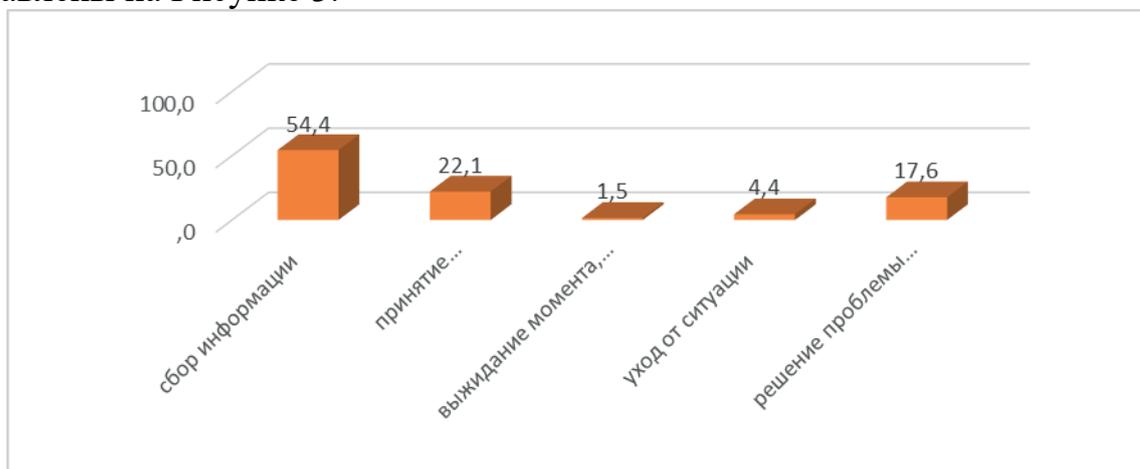


Рисунок 3 – Результаты ответов на вопрос «В ситуациях неопределенности Вы направлены на?»

Полученные результаты свидетельствуют о том, что в ситуациях неопределенности испытуемые направлены на *сбор информации* (54,4 % учащихся), *принимают незамедлительное решение* – 22,1 % старшеклассников; *решение проблемы креативным способом* используют 17,6 % учащихся. Также респонденты принимают пассивную и избегающую позицию в неопределенных ситуациях. Так, *выжидание момента, что все решится без их участия* характерно для 1,5 % учащихся, а процентное соотношение *ухода от ситуации* для учащихся составляет 4,4 %. В целом, для выборки испытуемых характерна активность в ситуациях неопределенности, рациональность, а также склонность импульсивно действовать, что может быть связано с индивидуальными особенностями испытуемых, возрастными этапами развития.

На вопрос «В ситуациях неопределенности Вы обращаетесь за помощью?» были получены следующие результаты, представленные на рисунке 4

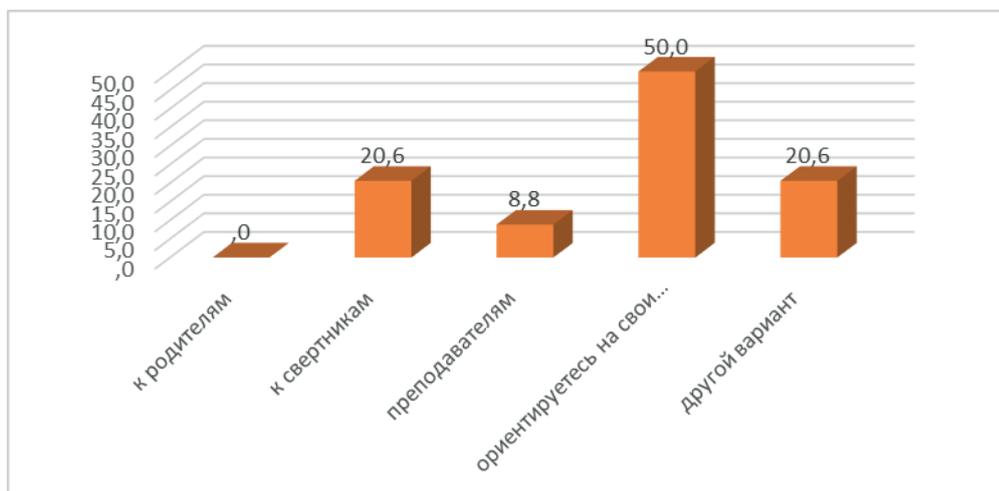


Рисунок 4 – Результаты ответов на вопрос «В ситуации неопределенности Вы обращаетесь за помощью?»

Исходя из полученных результатов в ситуациях неопределенности учащиеся школы предпочитают *ориентироваться на свои интересы, желания и силы* (50 %), далее *обращаются за помощью к сверстникам* (20,6 %) и *преподавателям* (8,8 %). Также они указали свои варианты ответа – интернет, к себе, к парню / девушке, психологу.

Для оценки *эмоционального компонента* респондентам предлагалось ответить на следующий вопрос «В ситуации неопределенности Вы испытываете?».

Так, категория «*любопытство*» характеризовалось большей частью выборки как «иногда» (50 % учащихся), «часто» это чувство ощущают 25 % учащихся, затем результаты распределились как «редко» для 20,6 % учащихся, «очень часто» и «никогда» свойственно для 1,5 % учащихся.

В ситуациях неопределенности *интерес* испытывают наиболее «часто» учащиеся, что соответствует 44,1 % от общей выборки. Вариант ответа «иногда» составляет для учащихся 36,8 %, а «редко» – 13,2 %. Наименьшее процентное соотношение распределилось между «очень часто» (3 % старшеклассников) и «никогда», что соответствует 2,9 % учащимся.

При трактовке ситуаций неопределенности испытывают *страх* «иногда» 33,8 % учащихся, «редко» – 45,6 % старшеклассников. Остальные ответы респондентов распределились следующим образом: «часто» характерно для 8,8 % учащихся, затем «никогда» - 8,8 % учащихся и «очень часто» для 3 % учащихся. Также в ситуациях неопределенности респонденты испытывают *тревогу*. Так, наибольший процент выборов учащихся составил ответ «иногда» и «редко», что характерно для 35,3 %. Далее варианты ответов учащихся распределились следующим образом: «никогда» (13,2 %), «часто» (10,3 %) и «очень часто» (5,9 %).

Ситуации неопределенности связывают как *определенный вызов* «иногда» 30,9 % учащихся. Вариант ответа «редко» характерен для 29,4 % школьников. Далее варианты ответа распределились следующим образом между учащимися 9 и 11 классов: «никогда» – 17,6 %, «часто» – 13,2 % и «очень часто» – 8,9 %.

Полученные данные по анкете свидетельствуют и о том, что для респондентов характерно *входить в «ступор»* в ситуациях неопределенности. Так, результаты между учащимися составляют: «редко» – 33,8 % от всей выборки, «никогда» – 27,9 %, «иногда» – 26,5 % и «часто» – 11,8 %.

В ситуациях неопределенности испытуемые выбрали вариант ответа «*просят помощь*». Так, за помощью обращаются «иногда» 36,8 % учащихся. Далее полученные данные распределились следующим образом: «редко», что соответствует 32,4 % школьникам, «часто» – 25 % учащихся, «никогда» – 2,9 % учащихся, а также «очень часто» – 2,9 % школьников.

В свою очередь анкета была направлена на то, чтобы оценить, насколько приведенные факторы влияют на респондентов в ситуациях неопределенности. Так, были полученные следующие результаты.

Категория ответов на утверждение «*Вы соотносите предыдущие неудачи с личностными качествами, а не внешними обстоятельствами*» составляет в процентном соотношении между учащимися: «иногда» – 39,7 %, «редко» – 35,3 %, «никогда» – 13,2 %, «часто» – 8,8 % и «очень часто» – 3 %. Данное распределение ответов может быть связано с неуверенностью в собственных силах, низкой самооценкой, недостаточным обладанием навыков в определенной деятельности.

Далее следовало утверждение «*В трудных ситуациях Вы воспринимаете ситуацию как игру*». Так, «редко» характерно для 42,6 %

учащихся, «никогда» – 41,2 % школьников, «иногда» – 14,7 % учащихся и, наконец, «часто» составляет 1,5 % школьников.

На утверждение *«Потерпев однажды поражение Вы боитесь повторной неудачи и отказываетесь от деятельности»* были получены следующие результаты между школьниками 9 и 11 классов. «Редко» испытав поражение они боятся повторной неудачи и отказываются от деятельности, что составляет 35,3 % от выборки, «иногда» – 33,8 %, «никогда» – 26,5 % и «часто» – 4,4 % испытуемых. Полученные ответы свидетельствуют о том, что на неудачах прошлого опыта современная молодежь не делает акцент, давая себе возможность проявлять настойчивость и решительность.

При оценке следующего утверждения *«Идти вперед Вам помогают предыдущие успехи»* результаты составили следующее: «часто» 67,6 % школьников. Затем результаты между учащимися школы составили: «очень часто» – 13,3 %, «иногда» – 10,3 %, «редко» – 4,4 % и «никогда» – 4,4 %.

Следующее утверждение было противоположным и звучало так: *«Идти вперед Вам помогают предыдущие неудачи»*. Для учащихся предыдущие неудачи помогают «иногда» и соответствует 33,8 % от всей выборки, «редко» – 26,5 %, «часто» – 22,1 %, «никогда» – 13,2 % и «очень часто» – 4,4 %. Распределение ответов испытуемых может быть связано с тем, что для современной молодежи в деятельности стимулом является ситуации успеха, имеющие положительное подкрепление. Ситуации успеха могут поднимать настроение, самооценку учащимся.

На утверждение *«Вы знаете исход своего решения в критических ситуациях»* были получены следующие результаты. Так, учащиеся «иногда» знают исход своего решения в критических ситуациях и соответствует 39,7 % респондентов, «часто» – 27,9 %, «редко» – 20,6 %, «никогда» – 5,9 % и «очень часто» – 5,9 %. Данное распределение ответов свидетельствует о том, что для выборки испытуемых характерно проявлять ответственность, прогнозировать последствия своих решений.

При оценке следующего утверждения *«Вы большие готовы взяться за трудные задачи, чем легкие»* ответы учащихся распределились следующим образом: «иногда» характерно для 51,5 % испытуемых, «часто» – 20,6 %, «редко» – 17,6 %, «никогда» – 8,8 % и «очень часто» – 1,5 %.

Таким образом, при оценке когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов неопределенности, полученные данные свидетельствуют о том, что респонденты ситуации неопределенности связывают с амбивалентными эмоциями, ориентированностью в получении новых сведений и обращенностью к значимым людям за помощью. Также респонденты имеют тенденцию соотносить в ситуациях неопределенности предыдущие неудачи с личностными качествами, мотивирующим в поведении оказывают успехи, нежели неудачи прошлого опыта. Испытуемые прогнозируют возможный исход своих действий и готовы

браться за сложные задачи, чем за легкие. Серьезно относятся к трудным ситуациям, воспринимая их не как игру, не бояться повторных неудач в своей деятельности.

Литература:

1. Леонтьев Д.А. Вызов неопределенности как центральная проблема психологии личности // Психологические исследования. – 2015. – № 40. – С. 2-8.

2. Малинина Н.С. Феномен неопределенности в представлениях современной молодежи // Вестник Череповецкого государственного университета. – 2012. – №4. – С. 154-156.

3. Кондрашихина О.А. Характерные признаки, уровни и формы конструктивной активности в условиях неопределенности // Перспективы науки и образования. – 2014. – № 2 (8). – С. 158-162.

*Н.В. Кухтова, к.пс.н., доцент
Е.С. Антонова, студентка
факультета социальной педагогики и психологии
ВГУ имени П.М. Машерова, Витебск
Республика Беларусь*

КОРРЕЛЯТЫ СОЗАВИСИМЫХ ОТНОШЕНИЙ И ПРИВЯЗАННОСТИ

Заимствованное психологами из медицины понятие «зависимость» является достаточно важным в современных исследованиях и рассматривается как стремление за счёт других людей удовлетворять свои потребности и приспособляться к изменяющимся условиям жизни (В.Д. Менделевич, Э. Мур Борнесс, Д. Фаин Бернанд). При этом следует разделять: зависимые отношения и зависимое поведение (Е.В. Змановская, В.Ю. Рыбников, 2011).

При зависимых отношениях нормальная привязанность к людям развивается чрезмерно, достигая наивысшего результата в симбиотических взаимоотношениях и любовной зависимости, когда жизнь без объекта привязанности становится невозможной (в психологическом и физическом смысле). При зависимых отношениях можно отметить следующие проявления: поиск физического контакта, стремление к близости, поиск внимания, оценки, помощи и одобрения и протест против разлуки (С.Ю Циркина, 1999).

В случае зависимого поведения на фоне врождённого или приобретённого дефицита привязанности к другим людям формируются аттические, шизоидные, антисоциальные расстройства личности. Таким образом, такое поведение имеет внешние проявления, связанные с чрезмерным привлечением личностью кого-либо или употреблением чего-либо, и внутренние - нарушения иерархии потребностей личности.

Кроме того, на равне с изучением зависимых отношений и поведения рассматривается феномен «созависимости», примером определений которого могут быть: