

СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК

Т. 22, № 1

Vol. 22, no. 1

16+

2024

СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК

Учредитель – Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Южный федеральный университет»

Главный редактор – академик РАО, д. биол. наук, профессор Ермаков П. Н. (ЮФУ, Ростов-на-Дону, РФ)

Редакционный совет

д. пс. наук, профессор Акопов Г. В. (СГСПУ, Самара)
академик РАО, д. пс. наук, профессор Асмолов А. Г. (МГУ, Москва)
д. пс. наук, профессор Аллахвердов В. М. (СПбГУ, Санкт-Петербург)
член-корреспондент РАО, д. пс. наук, профессор Карпов А. В. (ЯрГУ, Ярославль)
академик РАО, д. пед. наук, профессор Малофеев Н. Н. (ИКП РАО, Москва)
д. пс. наук, профессор Марьин М. И. (МГППУ, Москва)
академик РАО, д. пс. наук, профессор Рубцов В. В. (МГППУ, Москва)

академик РАО, д. пс. наук, профессор Реан А. А. (Высшая школа экономики, Москва)
д. пс. наук, профессор Рыбников В. Ю. (ФГБУ ВЦЭРМ, Санкт-Петербург)
д. пс. наук, профессор Тхостов А. Ш. (МГУ, Москва)
д. пс. наук, профессор Черноризов А. М. (МГУ, Москва)
академик РАО, д. пс. наук, профессор Шадриков В. Д. (ЯрГУ, Ярославль)

Редакционная коллегия

член-корр. РАО, д. пс. наук, Абакумова И. В. (ДГТУ, Ростов-на-Дону)
д. биол. наук, Бабенко В. В. (ЮФУ, Ростов-на-Дону)
д. пс. наук, Белоусова А. К. (ДГТУ, Ростов-на-Дону)
д. пс. наук, Воробьева Е. В. (ЮФУ, Ростов-на-Дону)
д. пс. наук, Джанерьян С. Т. (ЮФУ, Ростов-на-Дону)
канд. пс. наук, Дикая Л. А. (ЮФУ, Ростов-на-Дону)
д. пс. наук, Кагермазова Л. Ц. (ЧГПУ, Грозный)

д. пс. наук, Лабунская В. А. (ЮФУ, Ростов-на-Дону)
д. пс. наук, Осипова А. А. (ЮФУ, Ростов-на-Дону)
д. пс. наук, Рюшмина Л. И. (ЮФУ, Ростов-на-Дону)
д. пс. наук, Сидоренков А. В. (ЮФУ, Ростов-на-Дону)
д. пед. наук, Скуратовская М. Л. (ДГТУ, Ростов-на-Дону)
д. пед. наук, Федотова О. Д. (ДГТУ, Ростов-на-Дону)
д. пс. наук, Щербакова Т. Н. (ГБУ ДПО РО РИПК и ППРО, Ростов-на-Дону)

Ответственный секретарь

– Пушкарева П. Р. (Южный федеральный университет)

Ответственный редактор

– Проненко Е. А. (Южный федеральный университет)

Адрес редакции:

344006, Российская Федерация,
г. Ростов-на-Дону,
ул. Пушкинская, д. 140, ком. 114
E-mail: psyvestnc@gmail.com

Адрес издателя (ООО КРЕДО):

129366, Российская Федерация,
г. Москва, ул. Ярославская, д. 13
Тел./факс: (495) 283-55-30
E-mail: izd.kredo@gmail.com

Адрес типографии ("Особое при-

глашение"): 344006, Российская
Федерация, г. Ростов-на-Дону, ул.
Металлургическая 102/2, корпус
«ИЛК», офис 305, E-mail: k@os-pr.ru

Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор) от 25 сентября 2009 г.

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ФС77-37683

Подписано в печать: 20.03.2024

Дата выхода в свет: 30.03.2024

Формат 62x94/16.

Печать цифровая.

Тираж 100 экз.

Цена свободная. 16+

СОДЕРЖАНИЕ

КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Елена И. Голык, Александр Г. Дунаев

Взаимосвязь родоразрешения с качеством жизни женщин в послеродовом периоде.....5–18

СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Ольга В. Сагайдак

Компоненты психологической готовности к тренировочной деятельности среди непрофессионалов.....19–33

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Дарья В. Вашумирская

Исследование дружеских отношений современной молодежи в связи с чувством одиночества.....34–47

Карина Р. Мовсисян

Исследование страха профессиональной самопрезентации в социальных медиа среди студентов-психологов старших курсов..48–73

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Анастасия С. Морозова

Взаимосвязь уровня перфекционизма с интолерантностью к неопределенности и уровнем тревожности у женщин.....74–90

Алина С. Рощупка

Мечтательность как форма воображения и её связь с удовлетворённостью жизнью у молодёжи.....91–110

Екатерина И. Седун, Екатерина А. Степанюк

Влияние гиперопеки и директивного стиля воспитания на показатели автономности и субъектности взрослого человека.....111–119

Габриела Ц. Григорова

Проявление ценностных ориентаций у молодых людей с различным типом девиантного поведения.....120–134

Contents

CLINICAL PSYCHOLOGY

Elena. I. Golyk, Alexandr. G. Dunaev

**The Impact of Childbirth on the Quality of Life of Women
in the Postpartum Period.....** 5–18

SPORTS PSYCHOLOGY

Olga V. Sagaydak

**Components of Psychological Readiness for Training Activities
Among Non-professionals.....** 19–33

SOCIAL PSYCHOLOGY

Daria V. Vashumirskaya

**A Study of the Friendships of Modern Youth in Connection
with the Feeling of Loneliness.....** 34–47

Karina R. Movsisyan

**Study of the Fear of Professional Self-presentation
in the Social Media among Senior Psychology Students.....** 48–73

GENERAL PSYCHOLOGY

Anastasia S. Morozova

**The Relationship between the Level of Perfectionism with Tolerance to
Uncertainty and the Level of Anxiety in Women.....** 74–90

Alina S. Roschupka

**Daydreaming as a Form of Imagination and its Connection
with Life Satisfaction in Youth.....** 91–110

Ekaterina I. Sedun, Ekaterina A. Stepanyuk

**The Influence of Hyper Protection and Directive Parenting Style
on the Indicators of Adult Autonomy and Subjectivity.....** 111–119

Gabriela Ts. Grigorova

**Manifestation of value orientations in young people
with various types of deviant behavior.....** 120–134

Научная статья

УДК 159.9.072.43

<https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.1>

Взаимосвязь родоразрешения с качеством жизни женщин в послеродовом периоде

Елена И. Голык^{1*}, Александр Г. Дунаев^{1,2}

¹Донской государственной технической университет, Ростов-на-Дону, Российская Федерация

²Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону, Российская Федерация

*E-mail: swzel@mail.ru

Аннотация

В разделе **Введение** представлена актуальность данного исследования. В разделе **Методы** рассматриваются методологические подходы и перечисляются методики по которым было проведено исследование. В разделе **Результаты** рассматривается корреляционный анализ по трем опросникам: «Эдинбургская шкала послеродовой депрессии», «Опросник качества жизни», «Клиническому опроснику невротических состояний». Результаты исследования представлены в виде диаграмм и таблиц. В разделе **Обсуждение результатов** автор подводит итоги эмпирического исследования. Наше исследование направлено на изучение невротических и депрессивных состояний, которые могут возникать у женщин после родов, в зависимости от метода родоразрешения. Мы стремимся установить взаимосвязь между выбором способа родоразрешения и дальнейшим качеством жизни женщины. Наша работа уникальна в том, что мы фокусируемся именно на женской популяции, и изучаем, как данный фактор влияет на их психологическое благополучие. Данное исследование представляет важную информацию для практикующих психологов, студентов и ученых, заинтересованных в исследовании аналогичных проблематик. Эмпирические выводы, вынесенные в результате этого исследования, могут быть значимыми в области перинатальной психологии и могут быть применены на практике в работе с женщинами во время беременности и после родов.

Ключевые слова

родоразрешение, качество жизни, послеродовое состояние, послеродовая депрессия, естественное родоразрешение, кесарево сечение, экстренное кесарево сечение

Для цитирования

Голык, Е. И., Дунаев, А. Г. (2024). Взаимосвязь родоразрешения с качеством жизни женщин в послеродовом периоде. *Северо-Кавказский психологический вестник*, 22(1), 5–18. <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.1>

Scientific review

UDC 159.9.072.43

<https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.1>

The Impact of Childbirth on the Quality of Life of Women in the Postpartum Period

Elena. I. Golyk^{1*}, Alexandr. G. Dunaev^{1,2}

¹ Don State Technical University, Rostov-on-Don, Russian Federation

² Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russian Federation

*E-mail: swzel@mail.ru

Abstract

The **Introduction** section presents the relevance of this study. The **“Methods”** section discusses methodological approaches and lists the methods used to conduct the study. In the **Results** section, correlation analysis is considered for three questionnaires: “Edinburgh Postnatal Depression Scale”, “Quality of Life Questionnaire”, “Clinical Questionnaire for Neurotic Conditions”. The results of the study are presented in the form of diagrams and tables. In the **Discussion** section, the author summarizes the results of the empirical study. Our study is aimed at studying neurotic and depressive conditions that may occur in women after childbirth, depending on the method of delivery. We strive to establish the relationship between the choice of method of delivery and the woman’s future quality of life. Our work is unique in that we focus specifically on the female population and study how this factor affects their psychological well-being. This study provides important information for practicing psychologists, students and scientists interested in researching similar issues. The empirical findings from this study may have implications for the field of perinatal psychology and can be applied in practice when working with women during pregnancy and postpartum.

Keywords

delivery, quality of life, postpartum state, postpartum depression, natural delivery, cesarean section, emergency cesarean section

For citation

Golyk, E. I., Dunaev, A. G. (2024). The Impact of Childbirth on the Quality of Life of Women in the Postpartum Period. *North-Caucasian Psychological Bulletin*, 22(1), 5–18. (in Russ.). <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.1>

Введение

Сегодня в научных и медицинских кругах стало значимой проблемой качество жизни в перинатальной медицине, и психологии. Анализирование жизненного уровня женщин на разных стадиях беременности и после родов позволяет обнаружить связь между их социальным, физическим, и психологическим состоянием, а также их общим здоровьем. Последние десятилетия у специалистов в области акушерства, гинекологии, клинической психологии и психиатрии наблюдается все больший интерес к исследованию психоэмоционального состояния и уровню жизни женщин в период беременности и после родов.

Важность первоначального взаимодействия между матерью и ребенком является ключевым фактором для обеспечения благополучия детей в первые месяцы их жизни. На данный момент недостаточно изучены особенности социально-психологического статуса женщин прошедших разные методы родоразрешения и качество их жизни еще не было полностью оценено. Актуальной является реализация задачи: направленной на создание благоприятной эмоциональной среды и повышение качества жизни женщин после родов в рамках комплексного медицинского и психологического сопровождения женщин на протяжении беременности и после родов. Исследование качества жизни женщин и анализ их состояния в послеродовом периоде позволит разработать эффективную модель психологической поддержки, которая включит своевременную помощь после родов.

Исследование сосредоточено на изучении динамики эмоционального состояния и качества жизни женщин послеродовом периоде. Мы выбрали для исследования женщин находящихся в послеродовом периоде, которые прошли разный метод родоразрешения. В рамках исследования мы фокусируемся на анализе эмоциональных состояний и определении уровня качества жизни женщин в послеродовом периоде. Исследование проводилось на базе МЦ “Красная Лань” и благотворительного фонда “Светлица”.

Основные этапы исследования:

- На подготовительном этапе анализировалась научная литература по проблемам теории мотивации в русле зарубежных и отечественных подходов, были сформулированы гипотезы исследования и подобраны диагностические методики.
- На этапе диагностики было проведено эмпирическое исследование, где были получены и подвергнуты анализу эмпирические данные.
- Затем, полученные данные были подвергнуты статистической обработке на заключительном этапе. Были обобщены полученные результаты, сформулированы итоговые выводы исследования.

Методы

Для успешной реализации поставленных целей и задач нами было использовано несколько групп методологических подходов:

1. В рамках данного исследования проведен тщательный анализ, синтез и обобщение академической литературы, а также выполнен теоретический анализ, позволяющий более глубоко изучить выбранную тему.

2. Метод психологического тестирования, которые использовались при исследовании:

- Анкетирование;
- Клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний;
- Опросник качества жизни «SF-36 Health Status Survey»;
- Эдинбургская шкала послеродовой депрессии.

Результаты

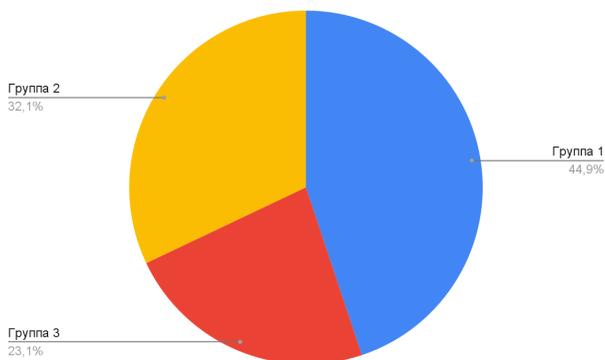
Анализ особенностей взаимосвязи эмоциональных состояний в послеродовом периоде с видом родоразрешения

Группа респондентов (79 человек) была разделена на три подгруппы:

1. «Женщины с самостоятельным родоразрешением»
2. «Женщины с родоразрешением Кесарево сечение»
3. «Женщины с родоразрешением экстренное Кесарево сечение»

Рисунок 1

Схема процентного соотношения групп в выборке



Полученные данные были подвергнуты статистическому анализу на персональном компьютере с использованием пакетов прикладных программ MS EXCEL и SPSS.

В каждой из групп, подвергшихся исследованию, были проанализированы различные показатели, а также были подсчитаны характеристики их распределения, включая среднее значение и стандартное отклонение. С целью оценить статистическую значимость различий между группами, использовались два критерия - критерий Краскела-Уоллиса и критерий Манна-Уитни.

Для определения взаимосвязей между показателями, применялся критерий Спирмена. Для наглядного сравнения количественных показателей в исследуемых группах и подгруппах был применен метод визуализации "Box & Whisker Plot".

Все полученные различия рассматривались на уровне значимости не ниже $p \leq 0,05$. (табл. №1).

По рассчитанным показателям можно увидеть, что показатели в третьей группе выше, чем в первой и второй группе. В третьей группе 13 женщин (72%) из 18 имеют высокий балл по шкале послеродовой депрессии, у остальные 5-ти женщин существует значительная вероятность возникновения послеродовой депрессии.

Таблица 1

Результаты корреляционного анализа по эдинбургской шкале послеродовой депрессии

Показатели	Группа 1		Группа 2		Группа 3		p-value
	Среднее	Ст. откл.	Среднее	Ст. откл.	Среднее	Ст.откл.	
Эдинбургская шкала послеродовой депрессии	11,85	6,46	13,40	7,75	16,61	6,10	P=0,063

Во второй группе 50% женщин имеют высокий балл, что говорит о присутствии послеродовой депрессии. И у 6-ти женщин из группы весьма вероятно проявление послеродовой депрессии.

В первой группе у 35% женщин из группы присутствуют высокие показатели по шкале послеродовой депрессии, и у 38% из группы имеются приближенные показатели к послеродовой депрессии.

КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

В результате сравнительного анализа между исследуемыми группами по эдинбургской шкале депрессии достоверных различий обнаружено не было.

Можно сделать вывод, что возникновение послеродовой депрессии почти не связано с методом родоразрешения. По трём группам большее количество женщин, которые имеют или есть высокая вероятность развития послеродовой депрессии.

Рисунок 2

Процентное соотношение результатов «Эдинбургская шкала послеродовой депрессии» по всем группам

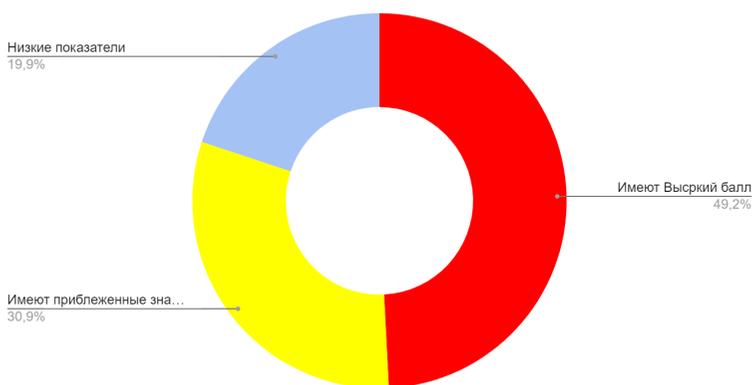


Таблица 2

Результаты корреляционного анализа исследуемых показателей по опроснику качества жизни

Показатели	Группа 1		Группа 2		Группа 3		p-value
	Среднее	Ст. откл.	Среднее	Ст. откл.	Среднее	Ст. откл.	
Физическое функционирование	88,53	11,71	83,60	14,47	80,00	19,55	P=0,182
«Ролевое функционирование, обусловленное физическим состоянием»	57,35	45,03	55,00	45,07	40,28	45,49	P=0,356

Показатели	Группа 1		Группа 2		Группа 3		p-value
	Среднее	Ст. откл.	Среднее	Ст. откл.	Среднее	Ст. откл.	
							P=0,023*
«Интенсивность боли (Bodily pain - BP)»	61,32	22,06	62,72	19,92	46,17	18,50	P1-2=1,00 P1-3=0,043 P2-3=0,04
«Общее состояние здоровья (General Health - GH)»	68,88	16,27	59,44	23,62	53,11	25,13	P=0,07
							P=0,012*
«Жизненная активность (Vitality - VT)»	53,38	17,48	41,40	23,96	38,06	14,26	P1-2=0,112 P1-3=0,018 P2-3=1,00
							P=0,001*
«Социальное функционирование (Social Functioning - SF)»	79,04	21,03	80,50	25,79	46,53	17,58	P1-2=1,00 P1-3=0,001 P2-3=0,001
«Ролевое функционирование, обусловленное эмоциональным состоянием (Role-Emotional - RE)»	43,14	41,46	42,67	46,67	22,22	36,16	P=0,169
							P=0,005*
«Психическое здоровье (Mental Health - MH)»	56,71	16,73	47,68	22,68	38,89	14,64	P1-2=0,394 P1-3=0,004 P2-3=0,242

КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

В опроснике по Оценке качества жизни в первой группе отмечены низкие результаты по шкалам "Рольное функционирование, связанное с эмоциональным состоянием" и "Рольное функционирование, связанное с физическим состоянием". Это свидетельствует о значительных ограничениях в общей работоспособности, обусловленных физическим состоянием и снижением эмоционального благополучия.

Во второй группе низкие показатели были по шкалам: «Жизненная активность» и «Психическое здоровье» - это может говорить о том, что женщины, перенесшие Кесарево сечение, более склонны к депрессивным и тревожным переживаниям сильной утомляемости, чем женщины с естественным родоразрешением.

У женщин третьей группы перенесшие с экстренное Кесарево сечение низкое значение по шкалам занимают показатели; «Рольное функционирование, обусловленное эмоциональным состоянием», «Жизненная активность» и «Психическое здоровье» - это может свидетельствовать о том, что женщины данной группы более подвержены утомлению, снижения жизненной активности, депрессивным и тревожным состояниям, а также на этом фоне ограничения в выполнении повседневной работы. В третьей группе показатели по всем шкалам ниже, чем у женщин первой и второй группы, что говорит о взаимосвязи ухудшения качества жизни с типом родоразрешения.

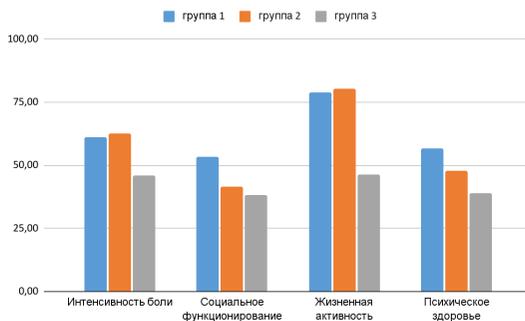
В ходе сопоставительного анализа ответов на опросник, оценивающий качество жизни, мы выявили значимые различия между исследуемыми группами по следующим шкалам:

- «Интенсивность боли»;
- «Жизненная активность»;
- «Социальное функционирование»;
- «Психическое здоровье».

В результате сравнительного анализа между исследуемыми группами по опроснику качества жизни были получены достоверные различия по шкалам: «Интенсивность боли», «Социальное функционирование», «Психическое здоровье» и «Жизненная активность». (рис. 3).

Рисунок 3

Сравнительный анализ по опроснику качества жизни



По шкале интенсивность боли между первой и второй группой различий нет, но сравнивая третью группу со второй и третьей, то мы можем наблюдать по показателям значимое различие. Следовательно у женщин перенёвших ЭКС интенсивность боли намного выраженной, чем при другом методе родоразрешения.

По шкале социальное функционирование, сравнивая первой и второй группой, различий нет, но сравнивая третью группу со второй и третьей, то мы можем наблюдать по показателям значимое различие. Следовательно у женщин перенесших ЭКС социальное функционирование выраженной, чем при другом методе родоразрешения.

По шкале «Психическое здоровье», сравнивая первую и вторую группу, различий не наблюдается, и не наблюдается также различий между второй и третьей группой. Но есть значимые различия по показателям сравнения первой и третьей группы.

По шкале Жизненная активность сравнивая первой и второй группу различий не наблюдается, и не наблюдается также различий между второй и третьей группой. Но есть значимые различия по показателям сравнения первой и третьей группы.

На основе исследования было выяснено, что значительное количество женщин, переживших экстренное Кесарево сечение, обнаруживают низкие показатели по нескольким важным шкалам. Этот факт указывает на то, что они склонны страдать от депрессии, тревожных мыслей и периодической утомляемости, а также испытывают сильные боли. Все эти факторы значительно ограничивают их возможности социального общения, что приводит к снижению уровня общения в связи с физическим и эмоциональным ухудшением состояния.

Таблица 3

Результаты корреляционного анализа исследуемых показателей по клиническому опроснику невротических состояний

Показатели	Группа 1		Группа 2		Группа 3		p-value
	Сред- нее	Ст. откл.	Сред- нее	Ст. откл.	Сред- нее	Ст. откл.	
							P=0,004*
«Клинический опросник»							P1-2=1,00
							P1-3=0,003
							P2-3=0,066
«Шкала тревоги»	1,75	3,85	0,52	5,19	-1,37	3,89	P=0,052
«Шкала невротической депрессии»	-1,98	3,82	-3,36	5,68	-3,91	5,07	P=0,372

КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

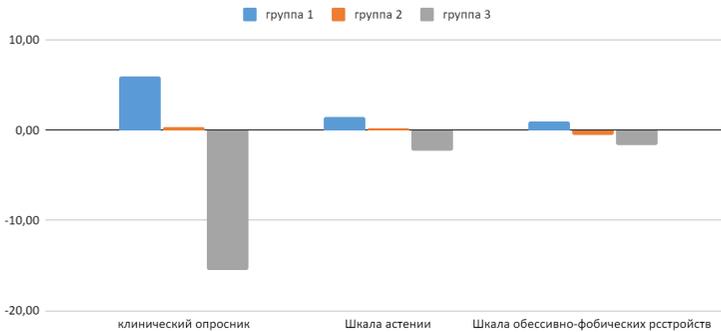
Показатели	Группа 1		Группа 2		Группа 3		p-value
	Сред- нее	Ст. откл.	Сред- нее	Ст. откл.	Сред- нее	Ст. откл.	
«Шкала астении»	1,50	3,76	0,25	5,07	-2,23	4,00	P=0,014* P1-2=1,00 P1-3=0,011 P2-3=0,155
«Шкала истерического типа реагирования»	0,76	2,38	-0,70	4,75	-1,23	3,33	P=0,162
«Шкала обсессивно-фобических расстройств»	0,93	2,80	-0,56	4,38	-1,65	3,34	P=0,032* P1-2=0,696 P1-3=0,027 P2-3=0,448
«Шкала вегетативных нарушений»	4,53	7,86	2,35	10,62	-1,37	9,10	P=0,057

В результате сравнительного анализа между исследуемыми группами по опроснику качества жизни были получены достоверные различия по следующим шкалам:

- «Общий балл клинический опросник»;
- «Шкала астении»;
- «Шкала обсессивно-фобических расстройств».

Рисунок 4

Сравнительный анализ по Клиническому опроснику для выявления и оценки невротических состояний



По шкале общий балл клинического опросника наблюдаются достоверные различия в сравнение первой и третьей группы.

По шкале астении наблюдаются также достоверные различия между первой и второй группой.

И по шкале обсессивно- фобических расстройств достоверные различия имеются при сравнительном анализе первой и третьей группы.

Делая вывод по трем группам опираясь на "Клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний", можно увидеть, что больше всего подвержены женщины перенесшие экстренное Кесарево сечение. Впоследствии с тем, что женщины во время родов и беременности подвержены были сильным эмоциональным переживаниям, испытывали тревогу за себя и за ребенка, в послеродовом периоде замечено, что данная группа женщин больше всего подвержена невротической депрессии, тревоги, астении, обсессивно-фобическим расстройствам и нарушениям вегетативной системы.

Обсуждение результатов

Выполненное эмпирическое исследование качества жизни женщин в послеродовом периоде с разным методом родоразрешения позволило выявить:

1. У 50% респонденток были обнаружены признаки послеродовой депрессии.
2. У женщин третьей группы выявлено высокая вероятность развития астенических расстройств. Следует отметить, что данная группа женщин имеет больше проблем с вегетативной системой по сравнению с другими группами. Также большинства респондентов третьей группы имеют низкие показатели нарушений вегетативной системы, свидетельствующих о физиологических проблемах, таких как головокружение, предобморочные состояния, вызванные резким падением артериального давления, учащенное сердцебиение, низкая физическая выносливость, нарушения пищеварения и другие симптомы.

КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

3. В третьей группе респондентов среди показателей качества жизни наблюдаются депрессивные, тревожные состояния, снижение жизненной активности и уровня общения в связи с ухудшением физического и эмоционального состояния.

Литература

- Акопян, Д. Г., Усикова, М. А., Рябоконева, Т. Ю., Хатламаджян, В. В. & Гасанов, М. З. (2023). Клинический случай успешного ведения беременной женщины, получающей лечение программным гемодиализом. *Терапия*, 9(3), 36–37. <https://doi.org/10.18565/therapy.2023.3suppl.36-37>
- Ваврищук, Д. В. (2015). Сравнительная характеристика психологического состояния рожениц после естественного родоразрешения и кесарева сечения. *Вестник науки и образования*, 12(10)
- Голенков, А. В., Филоненко, В. А. & Филоненко, А. В. (2019). Расстройства сна как один из показателей послеродовой депрессии. *Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. Спецвыпуски*, 2(4), 81–88
- Голубович, В. В. (2003). *Оценка риска и использование специализированных шкал для скрининг-диагностики послеродовой депрессии – инструкции по применению*. Минск
- Горьковская, И. А. & Коргожа, М. А. (2018). Влияние течения беременности и качества жизни женщин на развитие послеродовой депрессии. *АНИ: педагогика и психология*, 25(4), 293–296
- Ефремова, С. К. & Кавун, Л. В. (2022). Взаимосвязь эмоционального состояния и смысловых ориентаций у женщин в период адаптации к родительству. *Психология и психотехника*, 2, 14–28
- Жанаманова, А. М. & Нурадинов, А. С. (2022). Особенность психоэмоционального состояния матерей после родов. *Психология және социология сериясы*, 1, 80
- Исакуляна, Е. Л. (2023). Послеродовая депрессия и послеродовая хандра: дифференциальная диагностика и психофармакотерапия. *Журнал СНК*, 1.
- Использование опросника качества жизни /версия ВОЗ/ в психиатрической практике* (1998). Санкт-Петербург
- Ишбулдина, А. А. (2021). Изменение психоэмоционального состояния при физиологической и осложненной беременности по триместрам. *Вестник магистратуры*, 11-3 (122), 97–99
- Коргожа, М. А. (2017). Динамика тревожных проявлений у женщин в послеродовом периоде. *Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электронный научный журнал*, 8(6), 125–130. <https://doi.org/10.17816/PED86125-130>
- Коргожа, М. А. (2019). Динамика качества жизни женщин в послеродовом периоде. *Педиатр*, 6, 125–130
- Лунёва, И. С. & Бабченко, А. О. (2017). Изучение отношения рожениц к операции кесарева сечения. *Иппова*, 8(3), 18–20
- Мазо, Г. Э. (2012). Выбор шкал для оценки послеродовой депрессии. *Обзор психиатрии и медицинской психологии*, 2, 41–50
- Макарова, М. А. (2022). *Аффективные расстройства послеродового периода – клиническая картина, факторы риска развития, методы коррекции*. PhD Thesis, Москва
- Наэль-Прупес, М. В., Харьковская, О. А. & Соловьев, А. Г. (2022). Психологическое сопровождение беременных женщин как способ профилактики послеродовой депрессии: описание случая. *АНИ: педагогика и психология*, 11(1(38)), 50–54. https://doi.org/10.57145/27128474-2022_11_01_10
- Третьякова, А. О. (2023). Этиопатофизиологические аспекты послеродовой депрессии (обзор литературы). *Современные научные исследования и инновации*, 2-1, 48–51
- Шаманина, М.В. (2015). Опыт применения Эдинбургской шкалы послеродовой депрессии у российских женщин. *Обзор психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева*, 1, 74–82

- Шевченко, И. Г. (2019). *Математическая статистика в контексте научных исследований*. Москва: ОнтоПринт
- Яхин, К. К. & Менделевич Д. М. (1998). *Клиническая и медицинская психология: Практическое руководство*. Москва
- Borders, N. (2006). After the afterbirth: a critical review of postpartum health relative to method of delivery. *J Midwifery Womens Health*, 51(4), 242–248. <https://doi.org/10.1016/j.jmwh.2005.10.014>
- Ceriani, C. J. M. (2020). Postpartum depression: Risks and early detection. *Arch Argent Pediatr*, 118(3), 154–155. <https://doi.org/10.5546/aap.2020.eng.154>
- Dekel, S., Papadakis, J. E., Quagliarini, B., Jagodnik, K. M. & Nandru, R. (2023). A Systematic Review of Interventions for Prevention and Treatment of Post-Traumatic Stress Disorder Following Childbirth. *medRxiv*. <https://doi.org/10.1101/2023.08.17.23294230>
- Kingston, D., Koehler, H., Austin, M. P., Mughal, M. K., Wajid, A, Vermuyden, L., Benzies, K., Brown, S., Stewart, S. & Jalloh, R. (2018). Trajectories of maternal depressive symptoms during pregnancy and the first 12 months postpartum, externalizing and internalizing behavior of the child at three years. *PLoS One*, 13(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0195365>
- Payne, J. L. & Maguire, J. (2019). Pathophysiological mechanisms involved in postpartum depression. *Front Neuroendocrinol*. 165-180. <https://doi.org/10.1016/j.yfrne.2018.12.001>
- Stewart, D. E. & Vigod, S. N. (2019). Postpartum depression: pathophysiology, treatment and new therapeutic agents. *Annu Rev Med*. 183-196. <https://doi.org/10.1146/annurev-med-041217-011106>
- Zhuang, S., Lin, X. Y., Cheng, X. J., Chen, X. J., Shi, L. L., Sun, L., Zhang, H. Y. & Fu, M. A. (2020). Home-based care to improve quality of life and relieve depression in patients with postpartum depression. *World J Clin Cases*. 8(20), 4785-4792. <https://doi.org/10.12998/wjcc.v8.i20.4785>

References

- Akopyan, D. G., Usikova, M. A., Ryabokoneva, T. Y., Khatlamadzhiyan, V. V. & Gasanov M. Z. (2023). Clinical case of successful management of a pregnant woman receiving treatment with program hemodialysis. *Therapy*. 9(3), 36–37. <https://dx.doi.org/10.18565/therapy.2023.3suppl.36-37>
- Borders, N. (2006). After the afterbirth: a critical review of postpartum health relative to method of delivery. *J Midwifery Womens Health*, 51(4), 242–248. <https://doi.org/10.1016/j.jmwh.2005.10.014>
- Ceriani, C. J. M. (2020). Postpartum depression: Risks and early detection. *Arch Argent Pediatr*, 118(3), 154–155. <https://doi.org/10.5546/aap.2020.eng.154>
- Dekel, S., Papadakis, J. E., Quagliarini, B., Jagodnik, K. M. & Nandru, R. (2023). A Systematic Review of Interventions for Prevention and Treatment of Post-Traumatic Stress Disorder Following Childbirth. *medRxiv*. <https://doi.org/10.1101/2023.08.17.23294230>
- Efremova, S. K. & Kavun, L. V. (2022) The relationship between the emotional state and life-meaning orientations in women during the period of adaptation to parenthood. *Psychology and psychotechnics*, 2, 14–28
- Golenkov, A. V., Filonenko, V. A. & Filonenko, A. V. (2019). Sleep disorders as an indicator of postpartum depression. *Journal of Neurology and Psychiatry. S.S. Korsakov. Special issues*, 2(4), 81–88
- Golubovich, V. V. (2003). *Risk assessment and use of specialized scales for screening diagnosis of postpartum depression – instructions*. Minsk
- Gorkovaya, I. A. & Korgozha, M. A. (2018). The influence of the course of pregnancy and the quality of life of women on the development of postpartum depression. *ANL: pedagogy and psychology*, 25(4), 293–296
- Isakulyan, E. L. (2023). Postpartum depression and postpartum blues: differential diagnosis and psychopharmacotherapy. *Journal of SNK*, 1
- Ishbuldina, A. A. (2021). Changes in the psychoemotional state during physiological and complicated pregnancy by trimester. *Bulletin of the Magistracy*, 11-3 (122), 97–99

- Kingston, D., Koehler, H., Austin, M. P., Mughal, M. K., Wajid, A., Vermuyden, L., Benzie, K., Brown, S., Stewart, S. & Jalloh, R. (2018). Trajectories of maternal depressive symptoms during pregnancy and the first 12 months postpartum, externalizing and internalizing behavior of the child at three years. *PLoS One*, 13(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0195365>
- Korgozha, M. A. (2017). Dynamics of anxiety manifestations in women in the postpartum period. *Clinical and Medical Psychology: Research, Education, Practice: Electronic Scientific Journal*, 8(6), 125–130. <https://doi.org/10.17816/PED86125-130>
- Korgozha, M. A. (2019). Dynamics of the quality of life of women in the postpartum period. *Pediatrician*, 6, 125–130
- Luneva, I. S. & Babchenko, A. O. (2017). Study of the attitude of women in labor to cesarean section. *Innova*, 8(3), 18–20
- Makarova, M. A. (2022). *Affective disorders of the postpartum period – clinical picture, risk factors for development, methods of correction*. PHD Thesis, Moscow
- Mazo, G. E. (2012). Selection of scales for assessing postpartum depression. *Review of Psychiatry and Medical Psychology*, 2, 41–50
- Nael-Prupes, M. V., Kharkova, O. A. & Soloviev, A. G. (2022). Psychological support of pregnant women as a way to prevent postpartum depression: a case report. *ANI: pedagogy and psychology*, 111(1(38)), 50–54. https://doi.org/10.57145/27128474_2022_11_01_10
- Payne, J. L. & Maguire, J. (2019). Pathophysiological mechanisms involved in postpartum depression. *Front Neuroendocrinol*. 165–180. <https://doi.org/10.1016/j.yfrne.2018.12.001>
- Shamanina, M. V. (2015). Experience of using the Edinburgh Postnatal Depression Scale on Russian women. *Review of Psychiatry and Medical Psychology named after V.M. Bekhterev*, 1, 74–82
- Shevchenko, I. G. (2019). *Mathematical statistics in the context of scientific research*. Moscow: OntoPrint
- Stewart, D. E. & Vigod, S. N. (2019). Postpartum depression: pathophysiology, treatment and new therapeutic agents. *Annu Rev Med*. 183–196. <https://doi.org/10.1146/annurev-med-041217-011106>
- Tretyakova, A. O. (2023). Etiopathophysiological aspects of postpartum depression (literature review). *Modern scientific research and innovation* (2-1), 48–51
- Use of the quality of life questionnaire /WHO version/ in psychiatric practice* (1998). Saint-Petersburg
- Vavrischuk, D. V. (2015). Comparative characteristics of the psychological state of postpartum women after natural delivery and cesarean section. *Bulletin of science and education*. 12(10)
- Yakhin, K. K. & Mendelevich, D. M. (1998). *Clinical and Medical Psychology: Practical Guide*. Moscow
- Zhanamanova, A. M. & Nuradinov, A. S. (2022). Features of the psycho-emotional state of mothers after childbirth. *Psychology and sociology series*, 1, 80
- Zhuang, S., Lin, X. Y., Cheng, X. J., Chen, X. J., Shi, L. L., Sun, L., Zhang, H. Y. & Fu, M. A. (2020). Home-based care to improve quality of life and relieve depression in patients with postpartum depression. *World J Clin Cases*, 8(20), 4785–4792. <https://doi.org/10.12998/wjcc.v8.i20.4785>

Авторы

Елена И. Голык – магистр кафедры «Психофизиология и клиническая психология» факультета «Психология, педагогика, дефектология» ДГТУ, пл. Гагарина 1, Ростов-на-Дону, 340000, e-mail: swzel@mail.ru

Александр Г. Дунаев – доцент кафедры «Психофизиология и клиническая психология» факультета «Психология, педагогика, дефектология» ДГТУ, пл. Гагарина 1, Ростов-на-Дону, доцент кафедры «Психофизиология и клиническая психология» АПП ЮФУ Ростов-на-Дону, пр. Нагибина, 13, 340000 e-mail: agcd60@list.ru

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Научная статья

УДК 159.9.075

<https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.2>

Компоненты психологической готовности к тренировочной деятельности среди непрофессионалов

Ольга В. Сагайдак

Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону, Российская Федерация

olsava3003@yandex.ru

Аннотация

В разделе **Введение** автор обращает внимание на причины популяризации массового спорта, анализируется ретроспектива любительского спорта, приводятся данные о продолжительности жизни и изменения ее величины в крайние десятилетия. Акцентируется влияние спорта на разные стороны человеческой жизни и как это отражается на спросе спортивной нагрузки. Представлен новый взгляд на проблему эффективности тренировок среди непрофессиональных спортсменов через понятие состояния психологической готовности к тренировке. Предлагается рассматривать субъективную оценку эффективности тренировочной деятельности, даваемую тренирующимися в связи с компонентами психологической готовности. Автор ссылается на четырехкомпонентную модель психологической готовности А. А. Бобрищева и В. Ю. Рыбникова. В разделе **Методы** дано описание методикам, которые были применены в исследовании: 1) методика «Изучение отношения спортсменов к конкретному соревнованию» Ю. Л. Ханина, адаптированная для непрофессиональных спортсменов, 2) методика «Мотивы занятий спортом» А. В. Шаболтас в модификации Е. П. Ильина, 3) методика «Оценка спортсменом условий эффективной тренировки» Б. Дж. Кретти, адаптированная для непрофессионально тренирующихся людей, 4) авторская анкета-опросник субъективной оценки эффективности тренировки. Раздел **Результаты** содержит описание данных, полученных в ходе исследования компонентов психологической готовности к тренировке среди 50 непрофессиональных спортсменов. Респондентам предлагалось ответить на ряд вопросов, касающихся их отношения к тренировкам, мотивации, силы воли, значимости условий тренировки и оценить собственную эффективность на тренировках. Выявлены значимые корреляции между рядом показателей каждого из компонентов психологической готовности и обнаружены значимые различия между группами с разной оценкой эффективности тренировки.

Ключевые слова

психологическая готовность, непрофессиональные спортсмены, отношение, мотивация, сила воли, эффективность тренировки

Для цитирования

Сагайдак, О. В. (2024). Компоненты психологической готовности к тренировочной деятельности среди непрофессионалов. *Северо-Кавказский психологический вестник*, 22(1), 19–33. <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.2>

Scientific review

UDC 159.9.075

<https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.2>

Components of Psychological Readiness for Training Activities Among Non-professionals

Olga V. Sagaydak

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russian Federation

olsava3003@yandex.ru

Abstract

In the **Introduction** section, the author draws attention to the reasons for the popularization of mass sports, analyzes the retrospective of amateur sports, and provides data on life expectancy and changes in its value in recent decades. The influence of sport on different aspects of human life is emphasized and how this affects the demand for sports activity. A new look at the problem of training effectiveness among non-professional athletes is presented through the concept of the state of psychological readiness for training. It is proposed to consider the subjective assessment of the effectiveness of training activities given by trainees in connection with the components of psychological readiness. The author refers to the four-component model of psychological readiness by A. A. Bobrishchev and V. Yu. Rybnikov. The **Methods** section provides a description of the methods that were used in the study: 1) the "Studying the attitude of athletes to a specific competition" method by Yu. L. Khanin, adapted for non-professional athletes, 2) the "Motives for doing sports" method by A. V. Shaboltas modified by E. P. Ilyin, 3) the "Athlete's Assessment of the Conditions for Effective Training" method by B. J. Cretti, adapted for non-professional training people, 4) the author's questionnaire for subjective assessment of the effectiveness

of training. The **Results** section contains a description of the data obtained during the study of the components of psychological readiness for training among 50 non-professional athletes. Respondents were asked to answer a number of questions regarding their attitude to training, motivation, willpower, the importance of training conditions and assess their own effectiveness in training. Significant correlations were revealed between a number of indicators of each of the components of psychological readiness and significant differences were found between groups with different assessments of the effectiveness of training.

Keywords

psychological readiness, non-professional athletes, attitude, motivation, willpower, training effectiveness

For citation

Sagaydak, O. V. (2024). Components of Psychological Readiness for Training Activities Among Non-professionals. *North-Caucasian Psychological Bulletin*, 22(1), 19–33. (in Russ.). <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.2>

Введение

Последние исследования продолжительности жизни современного человека показывают, что среднее значение этого показателя значительно увеличилось за крайние 50 лет (Kontis, Bennet, 2017). Особенно такая тенденция заметна в развитых странах (Leon, 2011). Это оказывается возможным в связи с общим повышением качества жизни: люди лучше питаются, обладают доступом к информации, повышается уровень образования и, в целом, становится «модным» заниматься собой, наряду с этим, большую роль в жизни современного человека стал играть спорт. Популяризация спорта началась в 50-х, сейчас огромное количество фитнес-центров готовы предложить самые разнообразные услуги, помимо того, любой пользователь социальных сетей может приобрести марафоны и программы по поддержанию красоты тела. Массовость спорта связана, прежде всего, с тем, как спортивная нагрузка влияет на человеческий организм (Берсенева, Савельева, 2022). Исследования показывают, что развитие мышечной силы с ранней зрелости дает значительные физиологические преимущества перед теми, кто пренебрегал физической культурой. Согласно другим данным, даже если в возрасте 65–85 лет начать делать подходящие тренировки, будет наблюдаться прирост мышечной силы (Bergland, Rydwick, 2018). Подобные исследования широко используются для пропагандирования спорта среди населения, чтобы понизить показатели смертности, уменьшить влияние хронических заболеваний, снизить огромную нагрузку с органов здравоохранения. Однако, по данным американских исследований для большинства людей многие мотивирующие факторы оказываются недостаточными и поход в спортзал по-прежнему остается чем-то принудительным.

Этот факт необходимо учитывать, чтобы добиться от тренировочного процесса максимального эффекта, так как зачастую даже выполненная тренировочная программа не приносит желаемого чувства удовлетворения (Whitley, Massey, 2019). На наш взгляд, именно в этот момент стоит говорить о подключении психологических знаний к процессу организации тренировки. Речь идет о рассмотрении такого феномена, как «состояние психологической готовности» к тренировке. Регуляция качества

СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

предтренировочного состояния позволит регулировать и конечную эффективность тренировки (Яковлев, Бабушкин, 2017). Так, среди широких исследований профессиональных спортсменов изучается психологическое состояние перед соревнованием. Установлено, что то, как проявляются некоторые психологические характеристики у спортсмена непосредственно перед выступлением, прямо влияет на его итоговые результаты (Shalar, Strykalenko, 2019). Колесников В. Ю. выделяет в индивидуальной готовности спортсменов к соревновательной деятельности психическую составляющую, эффективное использование которой наряду с остальными может также гарантировать соревновательный успех (Колесников, 2018).

Разные авторы предлагают принципиально отличающиеся модели психологической готовности. Санжаева Р. Д. психологическую готовность определяет как «метакатегорию», формирующуюся в основном за счет отношения к деятельности и выработке навыков. Наиболее собирательной и лаконичной, на наш взгляд, является четырехкомпонентная модель, предложенная А. А. Бобрищевым и В. Ю. Рыбниковым, согласно которой психологическая готовность включает в себя когнитивный, мотивационный, волевой и регуляторный компоненты.

Методы

Методика

Для изучения особенностей восприятия тренирующимся предтренировочной ситуации мы использовали методику «Изучения отношения спортсменов к конкретному соревнованию» Ю. Л. Ханина (1989), адаптированную для непрофессиональных спортсменов по отношению к тренировке.

Чтобы изучить наиболее предпочтительные мотивы для тренирующегося и в целом оценить его замотивированность была использована методика «Мотивы занятий спортом» А. В. Шаболтас (1998) в модификации Е. П. Ильина. Методика представлена 10 мотивами-категориями, которые соответствуют определенным из предложенных высказываниям-суждениям (мотив эмоционального удовольствия, мотив социального самоутверждения, мотив физического самоутверждения, социально-эмоциональный мотив, мотив достижения успеха в спорте, спортивно-познавательный мотив, рационально-волевой (рекреационный) мотив, мотив подготовки к профессиональной деятельности, гражданско-патриотический мотив).

Для исследования качественной характеристики силы воли и оценки волевого компонента тренирующегося человека обобщенной характеристики проявления силы воли нами был использован тест «Самооценка силы воли» Н. Н. Обозова (1997).

С целью изучения оценки тренирующимся условий для эффективной тренировки через анализ собственного опыта мы использовали методику «Оценка спортсменом условий эффективной тренировки» Б. Дж. Кретти, адаптированная для непрофессионально тренирующихся людей.

Авторский опросник составлен из 10 вопросов (приложение 1), нацеленных на измерение субъективной оценки степени эффективности тренировки респондентом. Под каждым утверждением респонденту предлагается оценить утверждение по 10-бальной шкале по степени его соответствия тренировочному опыту респондента, где 0 баллов – полное несоответствие, 10 – абсолютное соответствие. Результат исследования по данному ряду вопросов позволяет оценить степень эффективности тренировки в субъективной оценке респондента через ряд оцененных характеристик:

физиологические (степень отвлекаемости и вовлеченности в процесс, утомляемость, «чувство мышц»), психологические (удовлетворенность собой, самооценка, готовность продолжать программу), функциональные критерии (самочувствие, готовность к другим делам после тренировки).

Выборка

В исследовании приняли участие 20 мужчин и 30 женщин, всего 50 человек в возрастном диапазоне от 17 лет до 31 года, занимающиеся любым видом спортивной активности. Выборка была сформирована случайным образом. Сбор данных осуществлялся с помощью инструмента Google Forms.

Методы статистического анализа данных

Полученные данные (суммарные баллы) подверглись корреляционному анализу. Корреляционный анализ проводится с помощью метода ранговой корреляции Спирмена. Для проведения сравнительного анализа с помощью U-критерия Манна-Уитни, вся выборка была разделена на две группы в соответствии с уровнем субъективной оценки эффективности: 1 группа – высокий уровень, 2 группа – низкий и средний уровни.

Результаты

В результате обработки полученных данных, нам удалось выяснить, что для респондентов данной выборки наибольшую значимость представляет собой желание участвовать в тренировке, то есть желание тренироваться, выраженное в субъективной значимости тренировки для респондента. Наибольшее значение в общей структуре мотивации приобретают мотивы физического самоутверждения и достижения успеха в спорте, которые, в свою очередь, оказываются связанными между собой и находят выражение в таких устремлениях, как желание физического и спортивного развития (здоровье, активность и поддержание формы). Большая часть респондентов данной выборки (68%) обладают высоким уровнем силы воли. Почти треть опрошенных обладает средней силой воли и наименьшую долю (4%) занимают респонденты с низким уровнем силы воли. Респонденты для построения эффективной тренировки чаще обращают внимание на фактор физической активности во время тренировки, что отвечает потребности восполнения дефицита двигательной активности, а также тренировки с другом, позволяющие рассматривать непрофессиональным тренирующимся время тренировки как досуг. Большая часть респондентов данной выборки (80%) оценивают тренировку как эффективную, когда ощущают актуальные физические изменения. Значительная доля, составляющая три четверти респондентов, отмечает улучшения в психологическом состоянии и настроении.

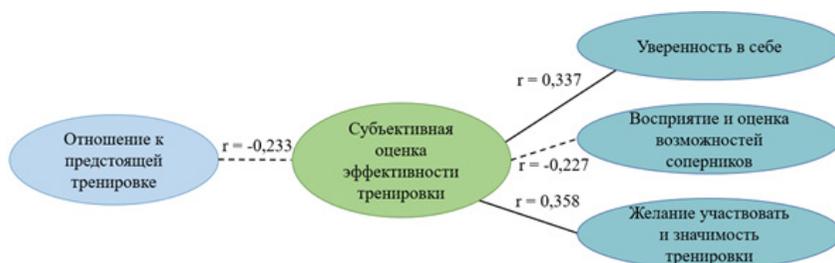
В ходе проведенного корреляционного анализа с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена были обнаружены значимые взаимосвязи. Слабая обратная связь обнаружена между показателем отношения к предстоящей тренировке и оценкой эффективности тренировки ($r=-0,233$), следовательно, чем выше респондент оценивает эффективность тренировки, тем ниже показатель отношения к предстоящей тренировке и наоборот, чем ниже оценка эффективности, тем выше показатель отношения к предстоящей тренировке. Чем ниже человек оценивает эффективность своей последней тренировки, тем он более чутко воспринимает предстоящую тренировку. Когда последняя тренировка была по ощущениям для человека очень эффективной, отношение к предстоящей будет не таким внимательным. Таким образом, ощущение эффективности и продуктивности тренировки расслабляет человека и снижает его концентрацию на когнитивном аспекте восприятия будущей тренировки. Умеренная положительная связь ($r=0,337^{**}$) обнаружена

СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

между оценкой эффективности и показателем уверенности в себе, что указывает на то, что, чем выше уверенность в себе и своих возможностях, тем выше человек оценивает эффективность своей тренировки. Напротив, неуверенность в своих силах и возможность достижения успеха соответствует низким показателям эффективности тренировки. Человек не верит, что его усилия можно оценить по достоинству, что и в будущем может отразиться на качестве тренировки, ему может казаться, что прикладывать усилия бесполезно или что он не сможет достичь больших показателей. Обратная связь выявлена между показателем восприятия и оценки возможностей соперников и показателем эффективности ($r = -0,227^{**}$), которая указывает на то, что, чем выше оказывается оценка возможностей других занимающихся в зале, тем ниже показатель эффективности тренировки. Нами была обнаружена умеренная прямая связь между оценкой эффективности и желанием участвовать и значимостью тренировки ($r = 0,358^{**}$), указывающая на то, что высокой субъективной значимости предстоящей тренировки и желанию тренироваться соответствует высокая оценка эффективности тренировки. Также нежелание заниматься и невысокая значимость тренировки соотносятся с низкими показателями эффективности. Человеку сложно найти дополнительные причины, чтобы пойти на тренировку, если спортивные занятия для него не представляют из себя ценности. Однако, находя подобные аргументы, которые зачастую достаточно неубедительны и слабы, тренируясь, он не полностью включается в текущую деятельность, возможно, желая находиться в другом месте, что, в свою очередь, влияет не только на ход тренировки, но и на ее результаты (рис. 1).

Рисунок 1

Графическое изображение взаимосвязи оценки эффективности тренировки и показателей по шкале отношения к предстоящей тренировке



Слабая положительная связь между показателем силы воли и оценкой эффективности тренировочного процесса ($r = 0,256^*$) указывает на то, что умение добиваться поставленных целей, невзирая на возможные препятствия соответствует высокой оценке эффективности тренировки. Обращаясь к точке зрения спортивных психологов, волю в спорте можно определить, скорее, как способность преодолевать значительные затруднения и выполнять упражнения в тяжелых условиях и при высоком

уровне утомления и физической истощенности. Непрофессиональные спортсмены, особенно на начальных этапах занятий спортивными упражнениями, достаточно лояльны к степени тяжести собственных тренировочных программ. Это обусловлено, в первую очередь, с тем, что мотивация на данном этапе еще слаба и легко разрушима о любые даже незначительные затруднения, способные обратить внимание на некомпетентность и неуверенность. Аналогично, рассматривая спорт как хобби, мы говорим не о значительных усилиях, которые необходимо прикладывать, чтобы «отдохнуть душой и телом», а о самом процессе выполнения упражнений, порой не совершенном, например, тренировка с небольшим количеством подходов, не доведением мышц «до отказа» и т. д. Большие затраты на приложение усилий достижения результатов могут сказываться на конечных ощущениях после тренировки, а именно привносить изнуренность и фрустрированность, тогда эффективность будет измеряться лишь физическими ощущениями. В данной выборке респондентов 20% непрофессиональных спортсменов физически сильно ощущают эффективность тренировки в виде болевых ощущений в мышцах, физической истощенности и утомлении, однако их психологическое состояние также снижено: после тренировки они не могут заниматься другими делами, им требуется отдых, у них сниженная удовлетворенность собой, однако показатель силы воли у этой доли респондентов выше среднего.

В ходе исследования была обнаружена средняя положительная связь оценки эффективности с мотивом эмоционального удовольствия ($r=0,366^{**}$), мотивом физического самоутверждения ($r=0,348^{**}$) и рационально-волевым (рекреационным) мотивом ($r=0,319^{**}$). Это означает, что субъективно оцениваемая эффективность тренировки тем выше, чем выше и сильнее стремление человека к движению и получаемая от этого радость. Когда спорт становится предметом воодушевления, а движение и активность приносят радость, повышается и ощущение эффективности тренировочного процесса. Соответственно, стремление к красивому и физически развитому телосложению, к здоровому телу, а также желание закалить свой характер с помощью спорта связано с высокой оценкой эффективности тренировки. Также высокая эффективность соответствует сильно выраженному желанию заниматься спортом в качестве компенсации дефицита двигательной активности в повседневной жизни. В данном случае, чем выше желание восполнить нехватку движения, тем выше оценивается продуктивность и эффективность занятия. Отрицательная взаимосвязь средней силы была выявлена между оценкой эффективности и такими мотивами, как социальное самоутверждение ($r=-0,351^{**}$), социально-моральный мотив ($r=-0,382^{**}$), гражданско-патриотический мотив ($r=-0,399^{**}$). Следовательно, чем выше проявление стремления проявить себя с целью достижения личного престижа, когда достигнутые успехи рассматриваются и переживаются с точки зрения уважения со стороны знакомых, коллег, тем ниже оценивается эффективность тренировки. Это происходит из-за того, что высокая социальная ориентированность может оказывать негативное воздействие на состояние тренирующегося непрофессионального спортсмена во время тренировки, например, такая ситуация способствует отвлечению внимания от самого процесса тренировки. Низкие оценки эффективности также соответствуют сильно выраженному стремлению к успеху команды (партнеры по занятиям, компания тренирующихся) и сильному желанию иметь хороший контакт с партнерами и тренером. В данном случае человек больше стремится наладить коммуникативные отношения и внести вклад в общие достижения, однако по итогу этот вклад оценивается им с позиции не личного рейтинга и собственной продуктивности, а полезности общих спортивных достижений (табл. 1).

Таблица 1

Коэффициент ранговой корреляции Спирмена значений показателей мотивов занятия спортом с субъективной оценкой эффективности тренировки

Мотивы занятия спортом	Коэффициент корреляции Спирмена	Описание (связь)
Мотив эмоционального удовольствия	0,366**	Средняя положительная
Мотив социального самоутверждения	-0,351**	Средняя отрицательная
Мотив физического самоутверждения	0,348**	Средняя положительная
Социально-моральный мотив	-0,382**	Средняя отрицательная
Спортивно-познавательный мотив	0,253*	Слабая положительная
Рационально-волевой мотив	0,319**	Средняя положительная
Мотив подготовки к профессиональной деятельности	-0,282**	Слабая отрицательная
Гражданско-патриотический мотив	-0,399**	Средняя отрицательная

* - на уровне значимости $p \leq 0,05$

** - на уровне значимости $p \leq 0,01$

Была обнаружена средняя положительная связь между оценкой эффективности и возможностью активно тренироваться ($r=0,324^{**}$), указывающая на то, что, чем значительнее для спортсмена условия тренировок, позволяющие ему заниматься в необходимо интенсивной мере, тем выше оценка эффективности тренировки. Это связано со степенью свободы в выборе места занятий, так как, напротив, в достаточно стесненном помещении, учитывая низкие навыки в организации тренировочного пространства и составление грамотной программы занятия, начинающий спортсмен может чувствовать скованность, тогда даже запланированная высокоинтенсивная тренировка окажется сжатой и неполноценно выполненной, что, в свою очередь, сделает невозможным ощущение удовлетворенности и эффективности по исходу тренировки. Аналогичная средняя прямая взаимосвязь оценки эффективности прослеживается с условием «соревнование с самим собой» ($r=0,369^{**}$). Из этого следует, что, чем выше человек оценивает свою собственную значимость себя как своего же соперника, тем выше показатели по оценке эффективности тренировочного процесса. Средняя по силе и положительная по знаку связь обнаружена между

оценкой эффективности и значимостью стимуляции тренеров ($r=0,331^{**}$). Отмеченная связь указывает на то, что высокая оценка эффективности тренировки соответствует повышенной значимости наставлений, указаний от тренера (табл. 2).

Таблица 2

Коэффициент ранговой корреляции Спирмена значений показателей значимости условий тренировки с субъективной оценкой эффективности тренировки

Условия тренировки	Коэффициент корреляции Спирмена	Описание (связь)
Возможность активно тренироваться	0,324**	Средняя положительная
Соревнование с самим собой	0,369**	Средняя положительная
Видеосъемка и другие наглядные пособия	0,28**	Слабая положительная
Стимуляция тренеров и его помощников	0,331**	Средняя положительная
Поддержка и похвала товарищей по команде (по залу/иному месту занятий)	0,239*	Слабая положительная
Личная поддержка и внимание тренера	0,243*	Слабая положительная

* - на уровне значимости $p \leq 0,05$

** - на уровне значимости $p \leq 0,01$

Нами было выделено две группы, одна из которых включала респондентов с высоким или со средним – 52% ($n= 26$), а другая с низким – 48% ($n= 24$) уровнем субъективной эффективности тренировочного процесса. Для выявления различий между двумя обозначенными группами для исследования был применен U-критерий Манна-Уитни. У респондентов группы 1 (тренирующиеся с высоким или со средним уровнем эффективности) показатели восприятия и оценки возможностей других тренирующихся выше, чем у респондентов группы 2 (тренирующиеся с низким уровнем эффективности). Исходя из полученных данных, у респондентов группы 2 отмечаются меньшие показатели по мотиву «эмоциональное удовольствие». В отличие от респондентов группы 1, у них слабо выражено стремление ощущать радость от

СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

самого процесса активности и движения. В структуре мотивации группа 1 отличается от группы 2 по показателям мотива физического самоуверждения – среди высокоэффективных респондентов он выражен сильнее. Также, у респондентов группы 1 в сравнении с респондентами группы 2 более выражен спортивно-познавательный мотив. Можно сказать, что более эффективные тренирующиеся подходят к вопросам тренировок и занятий несколько основательнее, а именно, их выраженное стремление к изучению технической и тактической стороны занятий позволяет тем самым способствовать улучшению собственной продуктивности во время тренировочного процесса. Исследование показало, что менее эффективно тренирующиеся испытывают большее желание заниматься спортом из-за стремления компенсировать дефицит двигательной активности при умственной (сидячей) рабочей деятельности. Респонденты же из первой группы, чья эффективность оценивается более высоко, заинтересованы в спортивных результатах больше, они рассматривают свою спортивную увлеченность как нечто большее, чем хобби. Группа 1 значительно отличается от группы 2 по показателю силы воли. Высокоэффективные тренирующиеся превосходят вторую группу. Респонденты группы 1 (с высоким или средним уровнем эффективности) значительно выше оценивают такие условия тренировки, как частые указания по технике выполнения упражнения, стимуляция тренера, видеосъемка и другие наглядные пособия, чем респонденты группы 2 (с низким уровнем эффективности). Выявлено, что для респондентов группы 2 менее значимы, чем для группы 1 такие условия, как возможность активно тренироваться и соревнование с самим собой. Также, значительные различия нами были обнаружены между группами 1 и 2 в оценке значимости показателя поддержки и похвалы товарищей и личной поддержки и внимание тренера, а именно, для второй группы с низким уровнем эффективности эти показатели менее значимы (табл. 3).

Таблица 3

Результаты сравнительного анализа с помощью U-критерия Манна-Уитни групп респондентов с высоким или средним (группа 1) и низким уровнями (группа 2) субъективной эффективности тренировочного процесса

Показатель	Сумма рангов Группа 1	Сумма рангов Группа 2	U-критерий	p-уровень
Когнитивный компонент				
Уверенность в себе	608	668	257	0,286
Восприятие и оценка возможностей других	647	629	296	0,043
Желание участвовать и значимость	717	559	259	0,027
Зеркальная самооценка	642	634	291	0,303

Показатель	Сумма рангов Группа 1	Сумма рангов Группа 2	U-критерий	p-уровень
Мотивационный компонент				
Эмоциональное удовольствие	671	605	305	0,021
Социальное самоутверждение	629	646	278	0,876
Физическое самоутверждение	645	601	294	0,038
Социально-эмоциональный мотив	697	578	278	0,38
Социально-моральный мотив	640	635	289	0,662
Достижение успеха в спорте	661	614	310	0,673
Спортивно-познавательный мотив	698	608	278	0,03
Рационально-волевой мотив	604	652	273	0,046
Подготовка к профессиональной деятельности	680	596	296	0,751
Гражданско-патриотический мотив	655	621	304	0,877

СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Показатель	Сумма рангов Группа 1	Сумма рангов Группа 2	U-критерий	p-уровень
Волевой компонент				
Сила воли	696	580	280	0,032
Регуляторный компонент				
Тренировка с другом	753	523	223	0,084
Частые указания по технике	717	558	258	0,029
Возможность активно тренироваться	748	528	228	0,012
Информация о характере интенсивности	653	622	302	0,853
Соревнование с самим собой	771	505	205	0,038
Видеосъемка и другие наглядные пособия	775	500	200	0,03
Стимуляция тренера	795	480	180	0,01
Поддержка и похвала товарищей	768	508	208	0,043
Личная поддержка и внимание тренера	782	494	194	0,022

Обсуждение результатов

Полученные результаты свидетельствуют о том, психологическая готовность к тренировке определяется когнитивным, мотивационным, волевым и регуляторным компонентами, а основополагающие показатели обозначенных компонентов находят свое выражение в формировании психологической готовности к тренировке. Отмечено существование взаимосвязи между компонентами психологической готовности и оценкой эффективности тренировки. Высокой эффективности сопутствует осознание значимости тренировки, стремление к физическому развитию и здоровому

телу, а также способность получать эмоциональное наслаждение от тренировочного процесса, желание развивать спортивные навыки и исследовательская заинтересованность в тактической и технической стороне спорта, сюда же входит способность проявлять силу воли и умение оценить по собственной значимости условия для построения эффективной тренировки. Эти данные согласуются с исследованием Селюжицкой, в ходе которого физические способности респондентов повышались за счет мотивов эмоционального удовольствия и физического самоутверждения (Стародубцев, 2015).

Регуляцию как важный аспект психологической готовности также отмечает Тимошенко Л. И. и Кудрявцева Р. А. (Тимошенко, Кудрявцева, 2015). Доминирующую роль в психологической готовности к спорту среди студентов Брянцев А. А. и Ибрагимов В. Р. отводят мотивационной структуре, мотивация, по результатам их исследования, главным образом влияет на степень вовлеченности в спортивную активность (Брянцев, Ибрагимов, 2021). В противоречие нашим данным, Кравцова Л. М. указывает на то, что соревновательный эффект положительно влияет на физическую подготовленность студентов. Психологическая готовность к тренировке у людей с более высокой эффективностью отличается: те, кто оценивает эффективность тренировок как низкую, часто имеют отличные от высокоэффективных тренирующихся представления о тренировках, качественные отличия в мотивационной структуре, также в показателях силы воли и значимости условий тренировки. Эффективность психологических вмешательств была продемонстрирована в соревновательном спорте в исследовании Weinberg R. & Comar W. (Weiberg & Comar, 2012).

Литература

- Берсенева, А. М. & Савельева, О. В. (2022). Современная адаптация любительского спорта в условиях технического прогресса. *Международный журнал гуманитарных и естественных наук*, 11–1(74), 1254–126. <https://doi.org/10.24412/2500-1000-2022-11-1-124-126>
- Брянцев, А. А. & Ибрагимов, В. Р. (2021). Мотивационная составляющая, как часть развития студенческого спорта в Краснодарском крае. *Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта*, 12(202), 55–58.
- Ильин, Е. П. (2012). Психология спорта. Санкт-Петербург: Питер.
- Колесников, В. Ю. (2018). Структура индивидуальной готовности спортсменов-единоборцев к соревновательной деятельности и направления ее совершенствования. *ЦИТИСЭ*, 3(16), 13–22.
- Кравцова, Л. М. & Шакамалов, Г. М. (2020). Повышение эффективности физического воспитания студентов в условиях ВУЗа. *Современная высшая школа: инновационная*, 12(3), 56–62.
- Рыбников, В. Ю. & Бобрищев, А. А. (2008). Теория и результаты многомерной оценки психологической готовности спортсменов в силовых единоборствах. *Ученые записки*, 10(44).
- Санжаева, Р. Д. (2012). Психологическая готовность личности к деятельности как метакатегория. *Вестник ЮУрГУ. Серия «Образование. Педагогические науки»*, 7(3), 127–141.
- Стародубцев, М. П. & Стародубцева, О. М. (2015). Мотивационно-потребностный подход в повышении эффективности физкультурно-спортивной деятельности студентов. *Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта*, 3(121), 239–245.
- Тимошенко, Л. И. & Кудрявцева, Р. А. (2015). Обучение стрелков психологической готовности к производству выстрела. *Педагогические науки*, 12, 375–378.
- Шалар, О., & Стрыкаленко, Ю. (2019). Психологическая готовность гандболистов к соревнованиям. *Спортивная наука*, 12(1), 95–102.
- Яковлев Б. П., & Бабушкин Г. Д. (2017). Прогнозирование результатов выступления спортсменов на основе диагностики подготовленности. *Теория и практика физической культуры*, 7, 87–89.

- Kontis, V., Bennett, J. E., Mathers, C. D., Li, G., Foreman, K. & Ezzati, M. (2017). Future life expectancy in 35 industrialised countries: projections with a Bayesian model ensemble. *The Lancet*, 389(10076), 1323–1335. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)32381-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)32381-9)
- Langhammer, B., Bergland, A. & Rydwik, E. (2018). The Importance of Physical Activity Exercise among Older People. *BioMed Research International*, 1–3. <https://doi.org/10.1155/2018/7856823>
- Leon, D. A. (2011). Trends in European life expectancy: a salutary view. *International Journal of Epidemiology*, 40(2), 271–277. <https://doi.org/10.1093/ije/dyr061>
- Weinberg, R. S. & Comar, W. (2012). The Effectiveness of Psychological Interventions in Competitive Sport. *Sports Medicine*, 18, 406–418. <https://doi.org/10.2165/00007256-199418060-00005>
- Whitley, M. A., Massey, W. V., Camire, M., Boutet, M. & Borbee, A. (2019). Sport-based youth development interventions in the United States: a systematic review. *BMC Public Health*, 19(89), 166–175. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6387-z>

References

- Bersenev, A. M. & Savelyeva, O. V. (2022). Modern adaptation of amateur sports in the conditions of technical progress. *International Journal of Humanitarian and Agricultural Sciences*, 11–1(74), 1254–126. <https://doi.org/10.24412/2500-1000-2022-11-1-124-126>
- Bryantsev, A. A. & Ibragimov, V. R. (2021). Motivational component as part of the development of student sports in the Krasnodar region. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgaft*, 12(202), 55–58.
- Ilyin, E. P. (2012). *Psychology of sports*. Saint-Petersburg: Piter.
- Kolesnikov, V. Y. (2018). The structure of individual martial arts athletes' readiness for competitive activity and directions for its improvement. *CITISE*, 3(16), 13–22.
- Kontis, V., Bennett, J. E., Mathers, C. D., Li, G., Foreman, K. & Ezzati, M. (2017). Future life expectancy in 35 industrialised countries: projections with a Bayesian model ensemble. *The Lancet*, 389(10076), 1323–1335. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)32381-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)32381-9)
- Kravtsova, L. M. & Shakamalov, G. M. (2020). Increasing the effectiveness of physical education of students in a university environment. *Modern Higher School: innovative*, 12(3), 56–62
- Langhammer, B., Bergland, A. & Rydwik, E. (2018). The Importance of Physical Activity Exercise among Older People. *BioMed Research International*, 1–3. <https://doi.org/10.1155/2018/7856823>
- Leon, D. A. (2011). Trends in European life expectancy: a salutary view. *International Journal of Epidemiology*, 40(2), 271–277. <https://doi.org/10.1093/ije/dyr061>
- Rybnikov, V. Y. & Bobrishchev, A. A. (2008). Theory and results of multidimensional assessment of the psychological readiness of athletes in strength martial arts. *Scientific Notes*, 10(44).
- Sanzhaeva, R. D. (2019). Psychological readiness of an individual for activity as a meta-category. *Bulletin of SUSU. Series "Education. Pedagogical Sciences"*, 7(3), 127–141.
- Shalar, O. & Strykalenko, Y. (2019). Psychological readiness of handball players for the competition. *Sport science international scientific journal of kinesiology*, 12(1), 95–102.
- Staradubtsev, M.P. & Starodubtseva, O.M. (2015). Motivational-need approach to increasing the effectiveness of physical culture and sports activities of students. *Scientific Notes of the University. P. F. Lesgaft*, 3(121), 239–245.
- Timoshenko, L.I. & Kudryavtseva, R.A. (2015). Training shooters in psychological readiness to fire a shot. *Pedagogical Sciences*, 12, 375–378.
- Weinberg, R. S. & Comar, W. (2012). The Effectiveness of Psychological Interventions in Competitive Sport. *Sports Medicine*, 18, 406–418. <https://doi.org/10.2165/00007256-199418060-00005>
- Whitley, M. A., Massey, W. V., Camire, M., Boutet, M. & Borbee, A. (2019). Sport-based youth development interventions in the United States: a systematic review. *BMC Public Health*, 19(89), 166–175. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6387-z>
- Yakovlev, B.P. & Babushkin, G.D. (2017). Forecasting the performance results of athletes based on diagnostics of preparedness. *Theory and practice of physical culture*, 7, 87–89

Приложение 1**Изучение субъективной оценки эффективности тренировки**

1. В процессе тренировки я не отвлекался(-ась) на разговоры/ телефон/ другое (0-10).
2. К концу тренировки мне было физически сложнее выполнять упражнение, чем в начале (0-10).
3. Из зала (иного места занятий) я ушел(а) в приподнятом настроении (0-10).
4. После тренировки я чувствую свои мышцы/ тело/ свою силу (0-10).
5. После тренировки у меня повышается самооценка (0-10).
6. После тренировки у меня растет удовлетворенность собой (0-10).
7. Выходя из зала/ иного места занятий, я испытываю желание вернуться (0-10).
8. После тренировки я планирую следующую тренировку, хочу ее усовершенствовать (0-10).
9. После тренировки я готов(а) заниматься другими делами (0-10).
10. После тренировки я чувствую прилив сил и энергии, несмотря на затраченные ресурсы (0-10).

Автор

Ольга В. Сагайдак – студент факультета психологии, Южный федеральный университет, ул. Б. Садовая, 105/42, 344006, E-mail: olsava3003@yandex.ru

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Исследование дружеских отношений современной молодежи в связи с чувством одиночества

Дарья В. Вашумирская

Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону, Российская Федерация

Vash@sfedu.ru

Аннотация

Введение. В статье рассматривается вопрос взаимосвязи чувства одиночества с дружбой молодых людей. Новизна исследования заключается в том, что в психологии ещё недостаточно изучено влияние одиночества на построение дружеских отношений. Особое значение имеет изучение дружбы в молодом возрасте, так как она связана с эмоциональным благополучием, социальной адаптацией и личностным развитием, устойчивостью человека. Цель исследования - изучить дружеские отношения современной молодежи в связи с чувством одиночества и умением строить глубокие отношения с окружающими. **Методы.** В исследовании приняли участие: 84 респондента, среди которых 73,8% девушки, 26,2% юноши, в возрасте от 19 до 30 лет. В исследовании нами было использовано авторское анкетирование, направленное на изучение особенностей дружбы современной молодежи. Для изучения психологических особенностей молодых людей были выбраны следующие методики: Опросник стиля привязанности «ASQ», Опросник «Тест профиля отношений», Шкала одиночества UCLA, Опросник «Потребность в общении (ПО)», Шкала диалогичности межличностных отношений. Обработка эмпирических данных проводилась с помощью математической статистики (количественный анализ, корреляционный анализ по Спирмену). **Результаты.** Было выявлено, что одиночество молодых людей связано с их умением строить глубокие дружеские отношения. Чувство одиночества влияет на ощущение связи со своими друзьями, насколько легко заводить дружбу с новым человеком, насколько человек доверяется своему другу, а также на то, как часто проводит время с друзьями (другом). **Обсуждение результатов.** В ходе анализа исследований установлено, что уровень психологических характеристик и чувство одиночества определяет количество близких друзей, а также на уровень доверия к другу. Можно сделать вывод, что для улучшения дружеских отношений, умения заводить новых друзей нужно в первую очередь работать над чувством одиночества, которое этому препятствует.

Ключевые слова

дружба, чувство одиночества, молодые люди, дружеские отношений, одиночество молодых людей, психологические характеристики молодых людей

Для цитирования

Вашумирская, Д. В. (2024). Исследование дружеских отношений современной молодежи в связи с чувством одиночества. *Северо-Кавказский психологический вестник*, 22(1), 34–47. <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.3>

Scientific review

UDC 159.9

<https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.3>

A Study of the Friendships of Modern Youth in Connection with the Feeling of Loneliness

Daria V. Vashumirskaya

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russian Federation

Vash@sfedu.ru

Abstract

Introduction. The article examines the relationship between the feeling of loneliness and the friendship of young people. The relevance of this work is because today the phenomenon of friendship remains one of the most unexplored, especially when compared with such relatively close concepts as love or kinship. Our psychological science has not sufficiently studied how the feeling of loneliness affects the building of friendships. The study of friendship at a young age is of particular importance, since friendship plays an important role in the lives of young people, influencing their emotional well-being, social adaptation and personal development, and stability. The purpose of the study is to study the friendly relations of modern youth in connection with the feeling of loneliness and the ability to build deep relationships. **Methods.** The study involved: 84 respondents, including 73.8% girls, 26.2% boys, aged 19 to 30 years. In the study, we used an author's questionnaire aimed at studying the peculiarities of friendship among modern youth. To study the psychological characteristics of young people, the following methods were

chosen: the Attachment style questionnaire "ASQ", the Questionnaire "Relationship Profile Test", the UCLA Loneliness Scale, the Questionnaire "Need for communication (PO)", the Scale of dialogic interpersonal relationships. Empirical data were processed using mathematical statistics (quantitative analysis, Spearman correlation analysis). **Results.** It was revealed that the loneliness of young people is associated with their ability to build deep friendships. The feeling of loneliness affects the feeling of connection with your friends, how easy it is to make friends with a new person, how much a person trusts his friend, as well as how often he spends time with friends (friend). **Discussion.** During the analysis of the research, it was found that the level of psychological characteristics and the feeling of loneliness determines the number of close friends, as well as the level of trust in a friend. It can be concluded that in order to improve friendships and the ability to make new friends, it is necessary first of all to work on the feeling of loneliness that prevents this.

Keywords

friendship, loneliness, young people, friendships, loneliness of young people, psychological characteristics of young people

For citation

Vashumirskaya, D. V. (2024). A Study of the Friendships of Modern Youth in Connection with the Feeling of Loneliness. *North-Caucasian Psychological Bulletin*, 22(1), 34–47. (in Russ.). <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.3>

Введение

В современном мире молодежь сталкивается с различными вызовами и изменениями в социальной среде, в быстро меняющемся мире дружеские отношения начинают также быстро строиться и разрушаться. Многие молодые люди страдают от того, что не имеют близкой и устойчивой связи с кем-либо, чувствуют себя одиноко, при этом имея множество контактов в социальных сетях. Проблема одиночества также все больше актуализируется среди молодых людей. Одиночество могут чувствовать молодые люди, которые вовсе не изолированы из общества. Изучение дружбы современной молодежи может помочь в понимании социальных проблем, с которыми сталкиваются молодые люди, таких как чувство одиночества, социальная изоляция, трудности с поиском друзей и так далее.

В нашей работе мы понимаем дружбу, как близкие отношения, опирающиеся на взаимное доверие, привязанность, схожесть интересов. Дружеские отношения — это отношения между людьми, основанные на взаимопонимании, поддержке, доверии и уважении. Для развития дружеских отношений необходима взаимная открытость, преданность, полное доверие друг другу, постоянная готовность в любой момент оказать другу помощь (Чернякевич, Назарова, 2020).

Говоря о дружбе современной молодежи, важно отметить, что особенность дружбы современной молодежи заключается в том, что друзья могут поддерживать связь и общаться в любое время благодаря современным технологиям, таким как мобильные телефоны и социальные сети. Появился даже новый термин net-дружба (Мощенко, Бугаян, 2020). В целом несмотря на то, что формы и проявления дружбы могут меняться в зависимости от культурных контекстов и исторических периодов, значение дружбы как важного аспекта человеческой жизни остается неизменным,

дружба, как и прежде играет значительную роль в жизни молодых людей, она предоставляет им поддержку, понимание, и чувство принадлежности.

Изучая психологические особенности молодого возраста, важно понимать, что возрастные границы молодости разными авторами определяются в разных промежутках возрастного развития. Говоря о молодых людях, мы берем во внимание группу людей от 18 до 30 лет (Крутько 2017). В молодом возрасте дружба играет важную роль в психологическом и эмоциональном благополучии: друзья приносят радость и позитивные эмоции, делая жизнь более яркой и насыщенной, предоставляют поддержку в трудные времена, позволяет разделять радостные моменты, что важно для эмоционального благополучия, однако дружба для многих играет и практическую роль.

В данной работе мы рассматриваем дружбу молодых людей через связь дружбы и чувства одиночества молодых людей. Проблема одиночества представляет собой одну из наиболее сложных фундаментальных проблем человеческой жизни, а также распространенным явлением современного общества. Одиночество связывается с ростом вредных привычек, ухудшением субъективного и объективного здоровья, психологическим благополучием (Peplau, 1982), социальной адаптацией, с депрессией, со снижением когнитивных функций, плохим качеством сна и дневной дисфункцией, с интернет-зависимостью (Муртазина, 2021). Изучение связи между дружбой молодых людей и ощущением одиночества имеет большое значение, особенно в современном мире, где все больше живой коммуникации замещается интернет-общением, а мир ощущается нестабильным. Рассматривая связь одиночества и дружбы, нужно понимать, что мы подразумеваем под понятием «одиночество». В общем виде Леонтьев Д.А. определяет одиночество как «переживание собственной невовлеченности в контакты с другими людьми». Также понятие «одиночество» в психологии применяется в следующих значениях: одиночество как социальная изоляция, одиночество как негативное переживание социальной изоляции, одиночество как добровольное уединение с целью глубокого постижения своего «Я» (Колмаков, 2020). Одиночество чаще всего принято трактовать как негативное переживание, появляющееся у человека в результате нехватки общения, отсутствия эмоционального отклика от партнера по общению или, напротив, как итог пресыщения общением, участия в коммуникациях не по своей воле, когда контакты носят для человека формальный, поверхностный характер (Пухарева, Шишева, 2023). Пухарева Т. С. и Шишева А. Г. указывают, что одиночество имеет не только негативное значение, так переживание одиночества для многих молодых людей является ресурсным и способствующим самопознанию и саморазвитию.

Важно понимать, что на успешность дружбы молодых людей влияет множество факторов, включая взаимное доверие, стили привязанности, общие интересы и ценности, умение слушать и поддерживать друг друга, умение решать конфликты и принимать компромиссы, а также общая жизненная ситуация и обстоятельства. В целом, для успешных дружеских отношений важно находить баланс между независимостью и зависимостью (Макушина, 2005). Важно быть способными поддерживать друг друга, но при этом не терять свою личную автономию, ценности и интересы (Гуза, 2020). Кроме того, важно уметь общаться, решать конфликты, уважать друг друга и устанавливать границы в отношениях, чтобы поддерживать и укреплять дружбу (Хорни, 1997). Помимо этого, важно выстраивать доверительные отношения, быть открытым и честным в общении для того, чтобы выстраивать крепкую и надёжную дружбу (Шевцова, Дубинина, 2017).

Методы



СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

В качестве эмпирического объекта исследования выступали 84 респондента, среди которых 73,8% девушки, 26,2% юноши, в возрасте от 19 до 30 лет. Была рассмотрена данная группа людей исходя из представлений, что возврат в пределах от 18 до 30 лет относится к молодому (Крутелько, 2017). Сбор всех данных проходил с помощью использования Интернет-платформы Google Forms.

В данном исследовании нами были использованы следующие методы: анализ научной литературы по проблеме исследования; анализ ответов респондентов на разработанной нами анкету-опросник; психологическое тестирование (Опросник стиля привязанности «ASQ», Опросник «Тест профиля отношений», Шкала одиночества UCLA, Опросник «Потребность в общении (ПО)», Шкала диалогичности межличностных отношений) математическая статистика (количественный анализ, корреляционный анализ по Спирмену и сравнительный анализ по U-критерию Манна-Уитни).

Разработанная нами анкета-опросник, позволила определить: какое количество друзей в среднем у молодых людей; насколько молодые люди ощущают связь со своими друзьями (другом); насколько им легко заводить дружбу с новым человеком; насколько по ощущению у молодых людей крепкие отношения с другом (друзьями); насколько они доверяют своему другу; как часто проводят время с друзьями (другом); как долго сохраняют дружеские отношения с одним человеком; что молодые люди больше всего ценят в общении с другом; что им дает общение с друзьями.

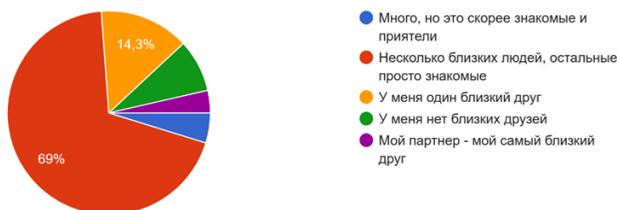
Надежность полученных данных обеспечивается объемом эмпирической выборки, а также применением методов математической статистики, использованным с целью выявления вероятностной связи показателей: корреляционный анализ с применением коэффициента Спирмена. Сравнение двух групп производили с помощью критерия Манна-Уитни. Для обработки данных нами были использованы стандартные компьютерные программы статистического анализа данных: SPSS Statistica.

Результаты

Перед началом работы с методиками мы спросили респондентов: «Много ли у вас друзей?» и получили следующие ответы (рис. 1):

Рисунок 1

Количество и качество друзей у молодых людей

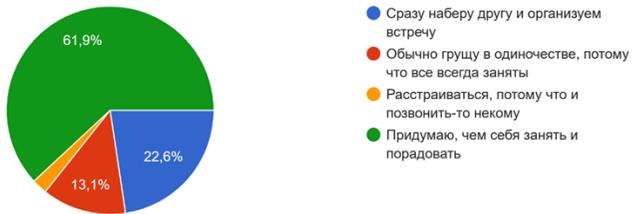


Как мы видим, 69% опрошенных имеют несколько близких друзей; 14,3% имеют одного близкого друга; 8,3% опрошенных ответили, что не имеют близких друзей; 4,8% имеют много знакомых и приятелей, но которых не могут назвать близкими друзьями; 3,6% отметили, что партнер является для них самым близким другом.

Чтобы узнать, обращаются ли молодые люди к друзьям в моменты, когда им скучно и грустно, мы спросили: «Если вам стало скучно и грустно, что вы будете делать?» (рис. 2):

Рисунок 2

Обращение к другу, когда скучно

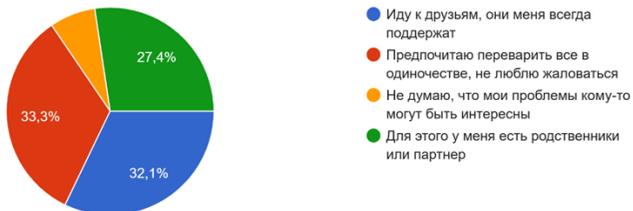


Из результатов видно, что только 22,6% обращаются к друзьям в моменты скуки; большинство – 61,9% предпочитают в такие моменты придумать чем себя занять и порадовать; 13,1% обычно грустят в одиночестве, потому что все заняты; 2,4% в такие моменты расстраиваются, так как у них нет тех, кому бы они могли позвонить.

Далее, чтобы узнать обращаются ли молодые люди в трудные моменты к друзьям, мы спросили: «Что вы делаете, когда вам нужна помощь, поддержка или просто хочется выплакаться?» (рис. 3).

Рисунок 3

Обращение к другу за поддержкой



СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Из результатов видно, что большинство – 33,3% предпочитают проживать негативные чувства во одиночестве; 32,1% обращаются к друзьям за поддержкой; 27,4% что в трудную минуту обращаются к родственникам или партнеру; 7,1% не делятся своими проблемами, так как считают, что их проблемы никому не интересны.

Данные о характере взаимосвязи уровня ощущения одиночества и субъективными оценками своей дружбы респондентами представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты корреляционного анализа по шкале опросника «Шкала одиночества» с показателями дружбы

Корреляция	Сила связи	Уровень значимости	Описание связи
Насколько вы ощущаете связь со своими друзьями (другом)	-,451**	$p \leq 0,01$	Умеренная Отрицательная
Легко ли вам заводить дружбу с новым человеком	-,558**	$p \leq 0,01$	Умеренная Отрицательная
Насколько вы доверяетесь своему другу	-,375**	$p \leq 0,01$	Умеренная Отрицательная
Как часто вы проводите время с друзьями (другом)	-,331**	$p \leq 0,01$	Умеренная Отрицательная

Как мы видим из таблицы 1 было выявлено четыре умеренных отрицательных связей высокой значимости ($p \leq 0,01$). Первая установленная связь означает, что чем выше уровень одиночества, тем меньше человек ощущает связь со своим другом. Вторая связь означает, что чем выше у человека уровень одиночества, тем труднее ему заводить дружбу. Третья связь означает, что чем выше у человека уровень одиночества, тем ниже его уровень доверия к другу. Четвертая связь показывает, чем выше у человека уровень одиночества, тем реже он проводит время с друзьями (другом). Таким образом наша гипотеза о связи одиночества молодых людей с их умением строить глубокие дружеские отношения, ощущая связь с другом и доверяя ему, проводя время вместе, подтвердилась.

Далее нами был проведен сравнительный анализ ответов респондентов с помощью критерия Манна-Уитни, входящих в две группы:

1. Люди, которые имеют одного или несколько близких друзей.
2. Люди, которые не имеют близких друзей.

Были выявлены следующие статистически значимые различия двух групп:

Группа людей, имеющая одного или несколько близких друзей отличается от группы, не имеющих близких друзей по уровню уверенности в себе, так молодые люди, имеющие друзей, более уверенные в себе (уровень значимости различий $p=0,016$).

Первая группа, имеющая одного или несколько близких друзей, имеет более низкий уровень чувства одиночества, чем люди из второй группы, не имеющие близких друзей, у которых более высокий уровень одиночества (уровень значимости различий $p=0,004$).

Первая группа, имеющая одного или несколько близких друзей, имеет более высокий уровень диалогичности отношений, который предполагает ценность и значимость отношений для взаимодействующих субъектов, чем люди из второй группы, не имеющие близких друзей, у которых более низкий уровень диалогичности отношений (уровень значимости различий $p=0,012$).

Первая группа, имеющая одного или несколько близких друзей, имеет более высокий уровень самооценности отношений – их важности, чем люди из второй группы, не имеющие близких друзей, у которых более низкий уровень ощущения позитивного содержания отношений (уровень значимости различий $p=0,004$).

Первая группа, имеющая одного или несколько близких друзей, имеет более низкий уровень второстепенности отношений, чем люди из второй группы, не имеющие близких друзей, которые имеют более сильную тенденцию оценивать важность отношений как нечто второстепенное (уровень значимости различий $p=0,049$).

Однако, наличие друзей само по себе не может определять индивидуально-психологические характеристики молодых людей. Интерпретировать полученные данные мы можем следующим образом: уровень психологических характеристик определяет количество близких друзей.

Далее из общего числа опрошенных была выделена следующая пара групп:

1. Люди, которые доверяются другу в трудные моменты.
2. Люди, которые не обращаются к другу за поддержкой.

Сравнительный анализ ответов респондентов, входящих в эти группы, был проведен также, с помощью критерия Манна-Уитни. Было выявлено следующие статистически значимое различие двух данных групп:

Первой группе людей, доверяющих другу в трудные моменты, легче заводить дружбу, чем людям из второй группы, не обращающиеся к другу за поддержкой. Это значит, что людям, которые не доверяются другому человеку, в целом труднее начать и новое знакомство (уровень значимости различий $p=0,003$).

Первая группа людей, обращающаяся к другу в трудные моменты, имеет более высокий уровень доверия к другу, чем люди из второй группы, не обращающиеся к другу за поддержкой, которые доверяют меньше (уровень значимости различий $p=0,033$).

Первая группа людей, обращающаяся к другу в трудные моменты, имеет более низкий уровень дискомфорта от близости, чем люди из второй группы, не обращающиеся к другу за поддержкой, у которых дискомфорт от близости выше (уровень значимости различий $p=0,004$).

Первая группа людей, обращающаяся к другу в трудные моменты, имеет более низкий уровень дисфункционального отделения, чем люди из второй группы, не обращающиеся к другу за поддержкой, у которых более высокий уровень неспособности развивать социальные связи, устанавливать тесные отношения привязанности (уровень значимости различий $p=0,001$).

Первая группа людей, обращающаяся к другу в трудные моменты, имеет более низкий уровень избегания, чем люди из второй группы, не обращающиеся к другу за

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

поддержкой, у которых уровень избегающей привязанности выше (уровень значимости различий $p=0,020$).

Первая группа людей, обращающаяся к другу в трудные моменты, имеет более низкий уровень чувства одиночества, чем люди из второй группы, не обращающиеся к другу за поддержкой, у которых чувство одиночества проявлено сильнее (уровень значимости различий $p=0,002$).

Первая группа людей, обращающаяся к другу в трудные моменты, имеет более высокий уровень потребности в общении, чем люди из второй группы, не обращающиеся к другу за поддержкой, у которых потребность в общении ниже (уровень значимости различий $p=0,017$).

Первая группа людей, обращающаяся к другу в трудные моменты, имеет более высокий уровень диалогичности отношений, который предполагает ценность и значимость отношений для взаимодействующих субъектов, чем люди из второй группы, не обращающиеся к другу за поддержкой, у которых уровень диалогичности отношений ниже (уровень значимости различий $p=0,004$).

Таким образом, люди, которые не обращаются за поддержкой в трудные минуты к другу имеют низкий уровень диалогичности отношений, то есть они не понимают ценность и значимость отношений, из-за чего их потребность в общении ниже, чем у группы людей с высоким уровнем диалогичности отношений, при этом, несмотря на низкий уровень потребности в общении у данной группы (не обращающиеся к другу за поддержкой) уровень одиночества выше. Мы предполагаем, что чувство одиночества связано с тем насколько человек открыт к близкому и стремится к общению и установлению дружеской связи. Человеку, испытывающему чувство одиночества труднее довериться другу, стать инициатором дружеского контакта.

Обсуждение результатов

В результате анализа научной литературы было выявлено, дружба — это близкие отношения, основанные на взаимном доверии, привязанности, схожести интересов и взаимопонимании. В современном мире дружба рассматривается как важный аспект эмоциональной поддержки, понимания и связи между людьми, которые теперь поддерживаются не только в реальной жизни, но и в сети. Социальные сети и интернет изменили способы поддержания дружеских отношений, появилось понятие интернет дружбы, что привело к тому, что молодежь стала сталкиваться с проблемами одиночества и быстрым разрушением дружеских отношений. Сталкиваясь с трудностями выстраивания дружеских отношений, молодые люди испытывают чувство одиночества. Изучение связи между дружбой молодых людей и ощущением одиночества приобретает особую важность в современном мире, где виртуальное общение все чаще заменяет живое общение, а нестабильность мира ощущается все сильнее. Л. Денворт в своей книге «О дружбе. Эволюция, биология и суперсила главных в жизни связей» подчеркивает положительное влияние дружбы на здоровье и продолжительность жизни, в то время как одиночество может привести к заболеваниям и снижению уровня благополучия (Муртазина, 2021). Следовательно, выбор между одиночеством и социальным контактом становится одним из важных экзистенциальных решений, с которыми приходится сталкиваться каждому человеку в своей жизни (Субботина, 2022). Поддержание дружеских связей и общение с другими людьми играют важную роль в поддержании физического и эмоционального благополучия (Пухарева, Шишева, 2023).

В результате нашего исследования мы выяснили, что 69% опрошенных имеют несколько близких друзей; 14,3% имеют одного близкого друга; 8,3% опрошенных ответили, что не имеют близких друзей; 4,8% имеют много знакомых и приятелей, но которых не могут назвать близкими друзьями; 3,6% отметили, что партнер является для них самым близким другом. Из общего числа респондентов 22,6% обращаются к друзьям в моменты скуки; большинство – 61,9% предпочитают в такие моменты придумать чем себя занять и порадовать; 13,1% обычно грустят в одиночестве, потому что все заняты; 2,4% в такие моменты расстраиваются, так как у них нет тех, кому бы они могли позвонить. Также мы выяснили, что большинство – 33,3% предпочитают проживать негативные чувства во одиночестве; 32,1% обращаются к друзьям за поддержкой; 27,4% что в трудную минуту обращаются к родственникам или партнеру; 7,1% не делятся своими проблемами, так как считают, что их проблемы никому не интересны.

Сравнение двух групп показало, что люди, которые имеют одного или несколько близких друзей отличаются от людей, которые не имеют близких друзей отличаются по следующим критериям: уверенность в себе, уровень доверия к своему другу, насколько ощущают связь со своими друзьями (другом), дискомфорт от близости, избегающая привязанность, чувство одиночества, диалогичность отношений, самоценность отношений – их важность, второстепенность отношений. Люди, которые имеют одного или несколько близких друзей имеют более высокий уровень по показателям: уверенность в себе, доверие к другу, ощущение связи с другом, диалогичность отношений, самоценность отношений. Исходя из этих результатов, уровень психологических характеристик определяет количество близких друзей.

Люди, которые доверяются другу в трудные моменты, отличаются от людей, которые не обращаются к другу за поддержкой, по следующим критериям: насколько легко заводить дружбу, насколько доверяют своему другу, дискомфорт от близости, избегающая привязанность, чувство одиночества, потребность в общении, диалогичность отношений. Люди, которые обращается к другу за поддержкой, имеют более высокие показатели по критериям сравнения: насколько легко заводить дружбу, уровень доверия к другу, потребность в общении, диалогичность отношений.

Полученные результаты показывают важность развития в себе чувства уверенности, работа над пониманием диалогичности отношений, а также над чувством одиночества для построения глубоких дружеских отношений. Проведенное нами исследование помогло глубже разобраться в понимании связи чувства одиночества и дружбы. Было выявлено, что влияет чувство одиночества влияет на ощущение связи с другом, на умение легко заводить дружбу с новым человеком, на доверие к своему другу, на то, как человек проводит время с друзьями. Отсюда можно сделать вывод, что для того, чтобы молодым людям чувствовать связь с друзьями, легко заводить знакомства и доверяться друзьям, нужно работать над чувством одиночества, над глубинными причинами этого чувства и почему человек находится в нем, ведь как писали Пухарева Т. С. и Шишева А. Г. - одиночество имеет не только негативное значение, так переживание одиночества для многих молодых людей является ресурсным и способствующим самопознанию и саморазвитию.

Литература

Багно, К. А. (2022). Критерии восприятия партнера по общению в виртуальном пространстве как "друга". *In Situ*, 5, 83–87.

Бегина, И. А. & Шедловская, М. А. (2015). Студенческая дружба: возрастная динамика

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

- восприятия. Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Социология. Политология, 15(1), 27–29.
- Белянская, Т. Э. (2020). Социально-психологические характеристики студенческого возраста. *Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета*, 3(55), 220–227.
- Бондаренко, О. В. (2019). Особенности отношения к одиночеству у молодых людей. *Гуманитарные научные исследования*, 4(92), 12–13.
- Голубцова, В. М. (2023). Особенности межличностных отношений и личностные особенности людей с эмоциональной зависимостью. *Социальные и гуманитарные науки: теория и практика*, 1(7), 200–208.
- Гуза, О. Р. (2020). Исследование феномена межличностной зависимости. *Психология и педагогика в Крыму: пути развития*, 4, 46–54.
- Давиденко, В. А. (2022). Дружеские отношения современной российской молодежи: реальные и виртуальные сети. *Наукосфера*, 6(1), 152–157.
- Докука, С. В., & Юдкевич, М. М. (2020). Роль доверия в эволюции дружбы студентов вуза. *Вопросы образования*, 3, 95–109. <https://doi.org/10.17323/1814-9545-2020-3-95-109>
- Клюева, Е. В. & Медведская, Е. И. (2011). К проблеме зависимости психических состояний студентов от межличностных отношений. В А. П. Солодков (Ред.) *Психология экстремальных ситуаций: проблемы теории и практики. Материалы республиканской научно-практической конференции* (С. 119–122). Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова.
- Колмаков, А. А. (2020). Переживание одиночества и риск суицидального поведения у молодых людей. *Право. Экономика. Психология*, 4(20), 84–88.
- Крутько, И. С. (2017). *Психотехнологии в работе с молодежью: учеб. Пособие*. Екатеринбург: Издательство Уральского университета.
- Куликов, Л. В. & Грива, О. В. (2017). Эмоционально-чувственные характеристики женской дружбы. *Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования*, 6(6А), 23–31.
- Курышева, О. В. (2014). Психологическая характеристика молодежи как возрастной группы. *Вестник Волгоградского государственного университета. Серия 7: Философия. Социология и социальные технологии*, 1(21), 67–75.
- Макушина, О. П. (2005). *Методы психологического изучения девиантного поведения*. Воронеж: ВГУ.
- Мишина, М. М., Григорьева, С. И. & Губанов, А. В. (2018). Интернет-зависимость и переживание одиночества современным молодым человеком. *Гуманитарное пространство*, 7(3), 504–514.
- Мощенко, И. Н. & Бугаян, И. Ф. (2020). Восприятие феномена дружбы студенчеством ДГТУ: аффективный аспект. *Инженерный вестник Дона*, 2(62).
- Муртазина, И. Р. (2021). Представления об одиночестве и особенности его переживания в разные периоды взрослости. *Мир науки. Педагогика и психология*, 9(3), 1–14.
- Орлов, Ю. М. (1984). *Потребностно-мотивационные факторы эффективности учебной деятельности студентов вуза*. PhD Dissertation. Москва.
- Осин, Е. Н. (2016). *Дифференциальный опросник переживания одиночества (ДОПО)*. Москва: Смысл.
- Покровский, Н. Е. (1989). *Лабиринты одиночества*. Москва: Прогресс.
- Пухарева, Т. С., Шишева, А. Г. & Тур, Е. И. (2023). Переживание одиночества молодыми людьми с разными вариантами жизни. *Вестник университета*, 11, 278–286. <https://doi.org/10.26425/1816-4277-2023-11-278-286>
- Рассадына, Т. А. & Репина, Е. И. (2019). Особенности рационализации деловых и межличностных отношений современной молодежи. *Известия высших учебных заведений. Поволжский регион. Общественные науки*, 4(52), 80–94. <https://doi.org/10.21685/2072-3016-2019-4-9>
- Ревуцкая, И. В. & Хвасько, Н. С. (2022). Исследование представлений о любви и дружбе в

- юношеском возрасте. *Личностные и ситуационные детерминанты поведения и деятельности человека. Материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 80-летию В.Д. Потаповой* (С. 167–172.). Донецк: Донецкий национальный университет.
- Рощупкина, Д. В. (2017). Уверенность в себе и эмоциональные модели самооценки. *Теоретические и практические аспекты развития современной науки. Материалы Международной (заочной) научно-практической конференции* (С. 285–291). Нефтекамск.
- Соловьева, Ю. В. (2017). Молодые семьи и браки в современном мире. *Академическая публицистика*, 10, 209–214.
- Субботина, М. В. (2022). Феномен дружбы в контексте изучения социального благополучия. *Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Социология*, 22(2), 451–460. <https://doi.org/10.22363/2313-2272-2022-2-451-460>
- Фурманов, И. А. (2019). Взаимосвязь стиля привязанности и коммуникационных реакций на ревность: половые сходства и различия. *Социальная психология и общество*, 10(1), 115–133. <https://doi.org/10.17759/sps.2019100107>
- Хлабыстова, Н. В. & Сергиенко, Н. Л. (2020). Социологический анализ представлений студенческой молодежи о дружбе как социально-культурном феномене. *Общество: социология, психология, педагогика*, 12(80), 40–43.
- Хорни, К. (1997). *Собрание сочинений* (Т. 1–3). Москва: Смысл.
- Хубиева, Ф. Т. (2020). Дружба как одна из форм частных межличностных отношений в юношеском возрасте. *МОЛОДЕЖЬ. НАУКА. ОБРАЗОВАНИЕ. Материалы республиканской научной студенческой сессии* (С. 357–362). Карачаевск
- Цюхай, Е. И. & Гулевич, А. С. (2022). Переживание одиночества лицами, склонными к межличностной зависимости. *Психология и жизнь: актуальные проблемы психологии образования и развития личности в современном мире. Материалы VI Международной научно-практической конференции* (С. 228–232). Минск.
- Черемискина, И. И. & Холупова, К. А. (2022). Взаимосвязь защитных механизмов и переживания одиночества у молодых людей, предпочитающих виртуальные отношения с вымышленными персонажами. Территория новых возможностей. *Вестник Владивостокского государственного университета*, 4(64), 245–255. <https://doi.org/10.24866/VVSU/2949-1258/2022-4/245-255>
- Чернякевич, Е. Ю. & Назарова, К. Ю. (2020). Смысловой аспект представлений о дружбе в молодежной среде. *Modern Science*. 7(2), 282–286.
- Шевцова, Ю. А. & Дубинина, Ю. В. (2017). Особенности межличностной зависимости. *Вестник ГГУ*, 2, 48–53.
- Юлдашева, М. Б. (2019). Изучение проблемы одиночества современной молодежи. *Вестник науки и образования*, 24-3(78), 66–68.
- Erdogdu, M. Y. (2022). Roles of achievement, impulse control, gender, and democratic parenting as predictors of friendship quality among students. *Social Psychology and Society*, 13(1), 174–188. <https://doi.org/10.17759/sps.2022130111>
- Feeney, J. A., Noller, P. & Hanrahan, M. (1994). *Assessing adult attachment. Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives*. New York: Guilford Press.
- Peplau, L. A. & Perlman, D. (1982). Perspective on loneliness. In L.A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 1–18). New York: John Wiley and Sons.
- Turkmen, A., Mustafayev, M., Dzhabbarov, R. & Aliyev, B. (2018). Studying loneliness, friendship, self-esteem of turkish young students using facebook in high schools of the azerbaijan republic. *The Tidings of the Baltic State Fishing Fleet Academy. Psychological and pedagogical sciences*, 4(46), 56–64.
- Uslaner, E. M. (2013). Trust as an Alternative to Risk. *Public Choice*, 157(3–4), 629–639. <https://doi.org/10.1007/s11127-013-0082-x>

References

- Bagno, K. A. (2022). Criteria for Perceiving a Communication Partner in Virtual Space as a "Friend". *In Situ*, 5, 83–87.
- Beginina, I. A. & Shedlovskaya, M. A. (2015). Student friendship: age dynamics of perception. *News of Saratov University. New series. Series: Sociology. Political Science*, 15(1), 27–29.
- Belyanskaya, T. E. (2020). Social and psychological characteristics of student age. *Scientific notes. Electronic scientific journal of Kursk State University*, 3(55), 220–227.
- Bondarenko, O. V. (2019). Peculiarities of Attitude to Loneliness in Young People. *Humanitarian Scientific Research*, 4(92), 12–13.
- Cheremiskina, I. I. & Kholupova, K. A. (2022). The Relationship between Defense Mechanisms and the Experience of Loneliness in Young People Who Prefer Virtual Relationships with Fictional Characters. Territory of New Possibilities. *Bulletin of Vladivostok State University*, 4(64), 245–255. <https://doi.org/10.24866/VVSU/2949-1258/2022-4/245-255>
- Chernyakevich, E. Y. & Nazarova, K. Y. (2020). The Semantic Aspect of Ideas about Friendship among Young People. *Modern Science*. 7(2), 282–286.
- Davidenko, V. A. (2022). Friendly Relations of Modern Russian Youth: Real and Virtual Networks. *Naukosphere*, 6(1), 152–157.
- Dokuka, S. V., & Yudkevich, M. M. (2020). The Role of Trust in the Evolution of Friendship among University Students. *Educational Issues*, 3, 95–109. <https://doi.org/10.17323/1814-9545-2020-3-95-109>
- Erdogdu, M. Y. (2022). Roles of achievement, impulse control, gender, and democratic parenting as predictors of friendship quality among students. *Social Psychology and Society*, 13(1), 174–188. <https://doi.org/10.17759/sps.2022130111>
- Feeny, J. A., Noller, P. & Hanrahan, M. (1994). *Assessing adult attachment. Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives*. New York: Guilford Press.
- Furmanov, I. A. (2019). The relationship between attachment style and communication responses to jealousy: gender similarities and differences. *Social Psychology and Society*, 10(1), 115–133. <https://doi.org/10.17759/sps.2019100107>
- Golubtsova, V. M. (2022). Features of interpersonal relationships and personality traits of people with emotional dependence. *Social and Humanitarian Sciences: Theory and Practice*, 1(7), 200–208.
- Guza, O. R. (2020). Study of the phenomenon of interpersonal dependence. *Psychology and pedagogy in Crimea: ways of development*, 4, 46–54.
- Horney, K. (1997). *Collected Works (Vol. 1–3)*. Moscow: Smysl.
- Khlabytsova, N. V. & Sergienko, N. L. (2020). Sociological Analysis of Student Youth's Perceptions of Friendship as a Socio-Cultural Phenomenon. *Society: Sociology, Psychology, Pedagogy*, 12(80), 40–43.
- Khubieva, F. T. (2020). Friendship as a Form of Private Interpersonal Relationships in Adolescence. *YOUTH. SCIENCE. EDUCATION. Proceedings of the Republican Scientific Student Session* (pp. 357–362). Karachaevsk.
- Klyueva, E. V. & Medvedskaya, E. I. (2011). On the Problem of Dependence of Students' Mental States on Interpersonal Relations. In A. P. Solodkov (Ed.) *Psychology of Extreme Situations: Problems of Theory and Practice. Proceedings of the Republican Scientific and Practical Conference* (pp. 119–122). Vitebsk: VSU im. P. M. Masherov.
- Kolmakov, A. A. (2020). Experience of loneliness and the risk of suicidal behavior in young people. *Law. Economics. Psychology*, 4(20), 84–88.
- Krutko, I. S. (2017). *Psychotechnologies in working with young people: textbook. Manual*. Ekaterinburg: Ural University Publishing House.
- Kulikov, L. V. & Griva, O. V. (2017). Emotional and sensory characteristics of female friendship. *Psychology. Historical and critical reviews and modern research*, 6(6A), 23–31.
- Kuryshcheva, O. V. (2014). Psychological characteristics of youth as an age group. *Bulletin of Volgograd State University. Series 7: Philosophy. Sociology and social technologies*, 1(21), 67–75.

- Makushina, O. P. (2005). *Methods of psychological study of deviant behavior*. Voronezh: VSU.
- Mishina, M. M., Grigorieva, S. I. & Gubanov, A. V. (2018). Internet addiction and the experience of loneliness by modern young people. *Humanitarian space*, 7(3), 504–514.
- Moshchenko, I. N. & Bugayan, I. F. (2020). Perception of the Phenomenon of Friendship by DSTU Students: Affective Aspect. *Engineering Bulletin of the Don*, 2(62).
- Murtazina, I. R. (2021). Ideas about loneliness and the peculiarities of its experience in different periods of adulthood. *The world of science. Pedagogy and psychology*, 9(3), 1–14.
- Orlov, Y. M. (1984). *Need-motivational factors of the effectiveness of educational activities of university students*. PhD Dissertation. Moscow.
- Osin, E. N. (2016). *Differential questionnaire of the experience of loneliness (DOPO)*. Moscow: Smysl.
- Peplau, L. A. & Perlman, D. (1982). Perspective on loneliness. In L.A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 1–18). New York: John Wiley and Sons.
- Pokrovsky, N. E. (1989). *Labyrinths of Solitude*. Moscow: Progress.
- Pukhareva, T. S., Shisheva, A. G. & Tur, E. I. (2023). The experience of loneliness by young people with different life options. *University Bulletin*, 11, 278–286. <https://doi.org/10.26425/1816-4277-2023-11-278-286>
- Rassadina, T. A. & Repina, E. I. (2019). Features of rationalization of business and interpersonal relations of modern youth. *News of higher educational institutions. Volga region. Social sciences*, 4(52), 80–94. <https://doi.org/10.21685/2072-3016-2019-4-9>
- Revutskaya, I. V. & Khvas'ko, N. S. (2022). Study of ideas about love and friendship in adolescence. *Personal and situational determinants of human behavior and activity. Proceedings of the International scientific and practical conference dedicated to the 80th anniversary of V.D. Potapova* (pp. 167–172). Donetsk: Donetsk National University.
- Roshchupkina, D. V. (2017). Self-confidence and emotional models of self-esteem. *Theoretical and practical aspects of the development of modern science. Proceedings of the International (correspondence) scientific and practical conference* (pp. 285–291). Neftekamsk.
- Shevtsova, Y. A. & Dubinina, Y. V. (2017). Features of interpersonal dependence. *GSU Bulletin*, 2, 48–53.
- Solovieva, Y. V. (2017). Young families and marriages in the modern world. *Academic journalism*, 10, 209–214.
- Subbotina, M. V. (2022). The phenomenon of friendship in the context of the study of social well-being. *Bulletin of the Peoples' Friendship University of Russia. Series: Sociology*, 22(2), 451–460. <https://doi.org/10.22363/2313-2272-2022-22-2-451-460>
- Tsyuhai, E. I. & Gulevich, A. S. (2022). Experiencing Loneliness by Persons Prone to Interpersonal Dependence. *Psychology and Life: Current Problems of Educational Psychology and Personality Development in the Modern World. Proceedings of the VI International Scientific and Practical Conference* (pp. 228–232). Minsk.
- Turkmen, A., Mustafayev, M., Dzhabbarov, R. & Aliyev, B. (2018). Studying loneliness, friendship, self-esteem of turkish young students using facebook in high schools of the azerbaijan republic. *The Tidings of the Baltic State Fishing Fleet Academy. Psychological and pedagogical sciences*, 4(46), 56–64.
- Uslaner, E. M. (2013). Trust as an Alternative to Risk. *Public Choice*, 157(3–4), 629–639. <https://doi.org/10.1007/s11127-013-0082-x>
- Yuldasheva, M. B. (2019). Studying the problem of loneliness of modern youth. *Science and Education Bulletin*, 24-3(78), 66–68.

Автор

Дарья В. Вашумирская – студент факультета психологии, Южный федеральный университет, ул. Б. Садовая, 105/42, 344006, e-mail: Vash@sfedu.ru

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Исследование страха профессиональной самопрезентации в социальных медиа среди студентов-психологов старших курсов

Карина Р. Мовсисян

Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону, Российская Федерация

kmovsisian@sfedu.ru

Аннотация

В статье автор рассматривает проблему страха профессиональной самопрезентации в виртуальной среде социальных медиа среди студентов-психологов старших курсов. Представлен новый взгляд на проблему психологических барьеров в контексте профессиональной самопрезентации. Во **Введении** обосновывается актуальность данной темы в современном обществе, где самопрезентация в онлайн-пространстве играет важную роль в формировании профессиональной идентичности и развитии карьеры. В разделе **Методы** представлен перечень используемых опросников, таких как: «Опросник самопрезентации в социальной сети: Реалистичное Я и Фальшивое Я», «Опросник профессионального самоотношения личности», «Шкала феномена самозванца», «Опросник социальной тревоги и социофобии», «Шкала перфекционистской самопрезентации, PSPS – P», «Склонность к немотивированной тревожности», «Анкета-опросник проявления страха профессиональной самопрезентации в социальных сетях». Данные методики позволяют произвести более глубокий анализ и оценку феномена страха профессиональной самопрезентации. В ходе исследования были выявлены следующие **Результаты**: ключевыми факторами, останавливающими респондентов от начала ведения блога, являются недостаток компетентности, квалификации, опыта и различного рода страхи, неуверенность, боязнь критики. Также значимую роль играют отсутствие времени, мотивации, дисциплины. Наиболее распространенными эмоциями, возникающими у респондентов при мысли о начале ведения собственного блога, являются тревога, страх и подавленность. В **Обсуждении результатов** автор приводит данные контент-анализа и корреляционного анализа, соотнося их с гипотезами исследования. Автор делает следующие выводы: 1) большинство студентов-психологов старших курсов имеют страх профессиональной самопрезентации в социальных сетях; 2) чем выше показатели по шкале «Феномен самозванца», тем ниже профессиональное самоотношение студентов-психологов

и тем более выражен страх самопрезентации; 3) выраженное стремление студентов-психологов не демонстрировать или скрывать собственные несовершенства связано с тревогой в ситуациях публичности.

Ключевые слова

профессиональная самопрезентация, социальные сети, студенты-психологи, страх самопрезентации, СМИ

Для цитирования

Мовсисян, К. Р. (2024). Исследование страха профессиональной самопрезентации в социальных медиа среди студентов-психологов старших курсов. *Северо-Кавказский психологический вестник*, 22(1), 48–73. <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.4>

Scientific review

UDC 159.9

<https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.4>

Study of the Fear of Professional Self-presentation in the Social Media among Senior Psychology Students

Karina R. Movsisyan

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russian Federation

kmovsisian@sfedu.ru

Abstract

In the article, the author examines the problem of fear of professional self-presentation in the virtual environment of social media among senior psychology students. A new view on the problem of psychological barriers in the context of professional self-presentation is presented. The **introduction** substantiates the relevance of this topic in modern society, where self-presentation in the online space plays an important role in the formation of professional identity and career development. The section **Methods** contains a list of used questionnaires, such as: "Questionnaire of self-presentation in a social network: Realistic Self and Fake Self", "Questionnaire of professional self-attitude of personality", "Scale of the impostor phenomenon", "Questionnaire of social anxiety and social phobia", "Scale of perfectionist self-presentation, PSPS - P", "Propensity towards unmotivated anxiety", "Questionnaire for the manifestation of fear of professional self-presentation

in social networks". These techniques allow for a deeper analysis and assessment of the phenomenon of fear of professional self-presentation. **Results:** the key factors stopping respondents from starting a blog are a lack of competence/qualifications/experience and various kinds of fears/insecurity/fear of criticism. Lack of time/motivation/discipline also plays a significant role. The most common emotions that arise in respondents at the thought of starting a blog are anxiety, fear and depression. In **discussion** the author provides data from content analysis and correlation analysis, correlating them with the hypotheses of the study.

Keywords

professional self-presentation, social media, psychology students, fear of self-presentation, media

For citation

Movsisyan, K. R. (2024). The Impact of Childbirth on the Quality of Life of Women in the Postpartum Period. *North-Caucasian Psychological Bulletin*, 22(1), 48–73. (in Russ.). <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.4>

Введение

В эпоху глобализации и активного развития межкультурных связей, значительно возрастает социальная значимость вопросов эффективной самопрезентации личности в различных социальных контекстах и формирования у специалистов навыков успешного самопредставления, в частности – в пространстве Интернета. На сегодняшний день социальные медиа являются инструментом для профессионального продвижения специалистов из различных сфер, в том числе, психологов. Так, все чаще пользователи социальных сетей с целью повышения собственной психологической культуры обращаются к тематическим блогам практикующих психологов. (Leary M. R., Kowalski R. M., 2015). Данное явление обладает рядом плюсов, среди которых можно выделить доступность психологического знания, динамичность формы изложения, но также существует и ряд минусов, которые включают в себя ограниченность доказательной базы информации, предлагаемой психологами и, в целом, большое количество неквалифицированных специалистов.

Современная психология выделяет феномен самопрезентации, как одно из наиболее актуальных понятий на сегодняшний день. Исследование самопрезентации проистекает из Античных времен, оно относится к трудам Аристотеля и Платона (Казанская, 2018). Впервые термин «самопрезентация» был предложен в 1959 г. И. Гоффманом, который объясняет данное понятие как «техника управления впечатлением» и «организация своего поведения» (Белобрыкина, Жукова, 2021). Следовательно, самопрезентация личности представляет собой сегмент управления впечатлением, в рамках более обширного процесса контроля и регулирования информации о других индивидах, объектах и событиях. (Goffman E., 1959).

Навыки самопрезентации выделяются в качестве профессионально важных способностей для представителей различных специализаций и играют важную роль в установлении и поддержании профессиональных контактов, построении профессиональной карьеры. Многие современные специалисты, в том числе и психологи, используют возможности Интернета для поиска работы, повышения квалифика-

ции, продвижения собственных услуг, проведения исследований, предоставления профессиональных консультаций. Однако этические аспекты такой активности в целом и этические аспекты профессиональной самопрезентации (презентации себя как профессионала) в частности нуждаются в более глубоком осмыслении. Профессиональная самореализация во многом зависит от того, насколько правильно и эффективно человек может идентифицировать себя как профессионал и презентовать себя в сфере профессиональной деятельности (Jones, Pittman, Toward, 2012).

Условием осуществления профессиональной самопрезентации является приобретение идентичности специалиста. Согласно исследованию Новиковой С. С., 10.8% начинающих психологов полностью дезадаптированы по отношению к профессиональной деятельности. Профессионализация является значимой вехой в процессе социализации и личностного развития. О.В. Гаврильченко отмечала, что изучение профессиональной идентичности, как высшего пика самосознания в развитии личности профессионала позволяет выделить условия формирования позитивной идентичности, которая становится условием успешности и эффективности профессионального развития. (Кагосян Ю. Ю., Новикова С. С., 2017)

Профессиональная идентичность психолога — многогранное и целостное социально-психологическое явление, отражающее уровень самоотождествления человека с профессией и его степень включенности в профессиональное сообщество.

Цель данного исследования состоит в том, чтобы изучить феномен страха профессиональной самопрезентации в социальных сетях среди студентов-психологов старших курсов.

Объект исследования – самопрезентация в социальных сетях студентов-психологов старших курсов.

Предмет исследования – страх профессиональной самопрезентации в социальных сетях у студентов-психологов старших курсов.

Гипотезы исследования:

1. Чем выше показатели по шкале «Феномен самозванца», тем ниже профессиональное самоотношение студентов-психологов и тем более выражен страх самопрезентации.
2. Большинство студентов-психологов старших курсов имеют страх профессиональной самопрезентации в социальных сетях;
3. Чем выше показатели по шкале «Феномен самозванца», тем ниже профессиональное самоотношение студентов-психологов и тем более выражен страх самопрезентации;
4. Выраженное стремление студентов-психологов не демонстрировать или скрывать собственные несовершенства связано с тревогой в ситуациях публичности.

Методы

1. Опросник самопрезентации в социальной сети: Реалистичное Я и Фальшивое Я – М. Мичикян, Д. С. Корниенко и др. (2014) (Хороших В. В., 2013).

Методика включает 11 утверждений и состоит из двух шкал: Реалистичное демонстративное Я и Фальшивое обманное Я. Реалистичное демонстративное Я описывает презентацию в социальной сети в целом реального образа со стремлением продемонстрировать разные стороны личности. Фальшивое обманное Я связано со стремлением представить нереалистичный образ или представить себя как

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

другого человека. Надежность шкал методики является высокой. Дискриминантная валидность позволяет считать, что шкалы диагностируют содержательно разные проявления самопрезентации в социальной сети.

2. Опросник профессионального самоотношения личности К. В. Карпинский (2010) (Карпинский К. В., Колышко А. М., 2010).

Методика включает в себя 39 вопросов и направлена на изучение психологической природы, содержания, структуры и функции самоотношения личности как субъекта профессии.

3. Шкала феномена самозванца Паулина Клан, М. С. Шевелева, Д. С. Корниенко, Т. М. Пермякова (2021). (Шевелева М. С., Корниенко Д. С., Пермякова Т. М., 2021).

Шкала феномена самозванца (Clance Impostor Phenomenon Scale, CIPS) предложена психологом Паулиной Роуз Кланс в книге «Самозванец» (1985), посвященной исследованию этого явления. Шкала включает 20 утверждений, которые теоретически отнесены к трем подшкалам: Обман, Обесценивание и Удача. В ходе апробации шкалы феномена самозванца были получены данные, свидетельствующие о ее достаточно высокой надежности. Валидность методики подтверждается отрицательными корреляциями с показателями самоотношения, четырьмя личностными чертами и положительными корреляциями с внутренней конфликтностью, самообвинением и нейротизмом. (Кланс Паулина Роуз, 2001).

4. Опросник социальной тревоги и социофобии (ОСТИСФ) О. А. Сагалакова, Д. В. Труевцев (2012). (Сагалакова, О. А., Труевцев, Д. В., 2012).

Психодиагностический Опросник социальной тревоги и социофобии (далее ОСТИСФ, либо — Опросник) предназначен для дифференциальной диагностики, определения доминирующего типа социальной тревоги, выраженности отдельных аспектов проявления страха оценивания в разных ситуациях. ОСТИСФ включает 29 пунктов, сформулированных в виде вопросов. Опросник социофобии (СФ) валидирован и апробирован для данной группы испытуемых, достоверно делит любую выборку испытуемых на «высоких», «средних» и «низких» по уровню социальных страхов.

5. Шкала перфекционистской самопрезентации, PSPS - P. Hewitt, A. A. Золотарева (2011).

Шкала перфекционистской самопрезентации (Perfectionistic Self-Presentation Scale, PSPS) предназначена для изучения феномена перфекционистской самопрезентации — стремления личности казаться совершенной.

6. Склонность к немотивированной тревожности В. В. Бойко (1996)

Опросник представляет собой небольшие по объему (12 вопросов) и, соответственно, короткие по времени обследования опросники, направленные на выявление ряда психоэмоциональных особенностей и состояний, в частности, дезорганизирующих эмоциональных состояний: аффект, воспроизводство неотреагированных переживаний, фрустрация, немотивированная тревожность, дистимия, циклотимия, экзальтированность.

7. Анкета-опросник проявления страха профессиональной самопрезентации в социальных сетях.

Анкета включает в себя 18 вопросов, открытого и закрытого характера, направленных на выявление степени выраженности феномена страха профессиональной самопрезентации в социальных сетях.

В исследовании приняли участие 54 респондента возрастной категории от 20 до 40 лет.

Результаты

Автор высказывает предположение, что чем выше профессиональное самоотношение студентов-психологов, тем увереннее они чувствуют себя в процессе самопрезентации в социальных сетях. Также, автор предполагает, что чем выше показатели по шкале «Феномен самозванца», тем ниже профессиональное самоотношение студентов-психологов и тем более выражен страх самопрезентации. Страх самопрезентации предположительно имеет связь с общей и социальной тревожностью и социофобией (рис. 1, рис. 2).

Рисунок 1

График соотношения направлений подготовки респондентов исследования

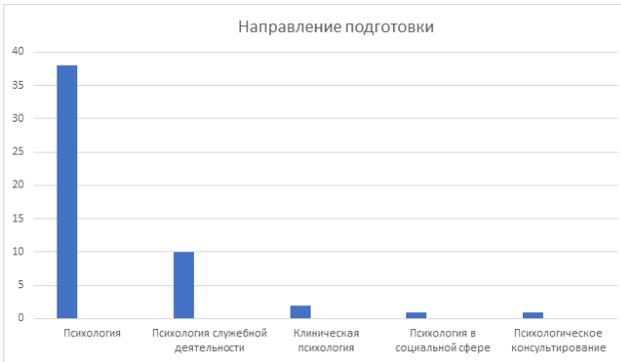
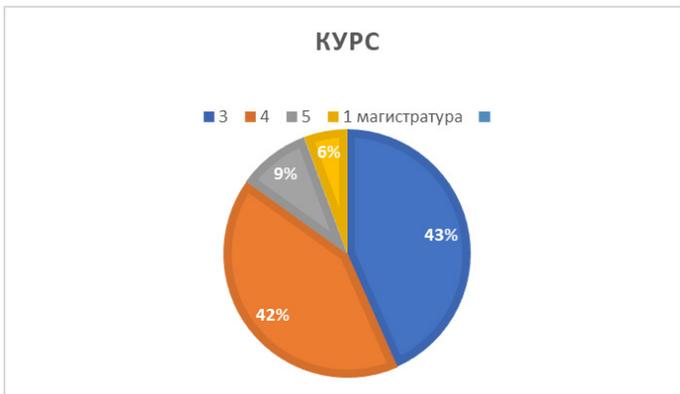


Рисунок 2

График соотношения курса обучения респондентов исследования



СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Таким образом, данная выборка представлена студентами-психологами старших курсов, преимущественно женского пола, средний возраст которых составляет около 23 лет. Ключевое направление подготовки - психология, встречаются также психология служебной деятельности и другие специализации.

Контент-анализ авторской анкеты-опросника проводился в соответствии с обозначенными смысловыми блоками:

Блок 1. Актуальные аспекты эмоциональной и поведенческой сферы создателей психологического контента в медиа среде.

Блок 2. Анализ мотивационной сферы студентов-психологов, продемонстрировавших отсутствие побудительных мотивов к профессиональной самопрезентационной деятельности в социальных сетях.

Блок 3. Анализ внутренних и внешних барьеров у студентов-психологов, при наличии стремления к профессиональной самопрезентации в пространстве социальных сетей.

Блок 1**Таблица 1**

Распределение ответов респондентов на вопросы блока, изучающего анализ внутренних и внешних барьеров у студентов-психологов, при наличии стремления к профессиональной самопрезентации в пространстве социальных сетей

Вопрос «Какие эмоции возникают у вас при мысли о начале ведения блога?»
(n=24)

Тревога/Страх/ Подавленность	Интерес/ Воодушевление/ Азарт/Радость	Ответственность/ Трудность	Неуверенность/ Растерянность/ Непонимание
11 ответов (45,8%)	8 ответов (33,3%)	3 ответа (12,5%)	5 ответов (20,8%)

Таким образом, наиболее распространенными эмоциями, возникающими у респондентов при мысли о начале ведения блога, являются тревога, страх и подавленность (45,8%), за ними следуют позитивные эмоции - интерес, воодушевление, азарт и радость (33,3%). Также респонденты отмечают ответственность и трудности (12,5%), а также неуверенность, растерянность и непонимание (20,8%).

Таблица 2

Распределение ответов респондентов на вопросы блока, изучающего анализ внутренних и внешних барьеров у студентов-психологов, при наличии стремления к профессиональной самопрезентации в пространстве социальных сетей

Вопрос «Насколько выражены страхи при мысли о начале ведения блога?» (n=24)		
Низкая степень выраженности страхов (1-4)	Средняя степень выраженности страхов (5-7)	Высокая степень выраженности страхов (8-10) 7 ответов (29,2%)
7 ответов (29,2%)	10 ответов (41,7%)	

Таким образом, большинство респондентов (41,7%) оценивают степень выраженности своих страхов при мысли о начале ведения блога как среднюю. Доля респондентов с низкой и высокой степенью выраженности страхов одинакова и составляет по 29,2%.

Таблица 3

Распределение ответов респондентов на вопросы блока 3, изучающего анализ внутренних и внешних барьеров у студентов-психологов, при наличии стремления к профессиональной самопрезентации в пространстве социальных сетей

Вопрос «Что вас останавливает начать вести свой блог?» (n=24)					
Недостаток компетентности / квалификации / опыта	Страхи / неуверенность / боязнь критики / осуждения	Отсутствие времени / мотивации / дисциплины	Отсутствие четкой концепции / пони- мания, с чего начать	Отсутствие необходимости / острой потребности	Другое (опасения неудачи, отсутствие необходимой аппаратуры и пр.)
10 ответов (41,7%)	8 ответов (33,3%)	5 ответов (20,8%)	3 ответа (12,5%)	2 ответа (8,3%)	4 ответа (16,7%)

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Таким образом, ключевыми факторами, останавливающими респондентов от начала ведения блога, являются недостаток компетентности/квалификации/опыта (41,7%) и различного рода страхи/неуверенность/боязнь критики (33,3%). Также значимую роль играют отсутствие времени/мотивации/дисциплины (20,8%).

Таблица 4

Распределение ответов респондентов на вопросы блока 3, изучающего анализ внутренних и внешних барьеров у студентов-психологов, при наличии стремления к профессиональной самопрезентации в пространстве социальных сетей

Вопрос «На сколько баллов по 10ти-балльной шкале это вас останавливает?»

Баллы 1-3 (низкая степень)	Баллы 4-6 (средняя степень)	Баллы 7-10 (высокая степень)
2 ответа (9,1%)	3 ответа (12,5 %)	19 ответов (79,2%)

Исходя из полученных данных, можно сделать следующие выводы:

1. Подавляющее большинство респондентов (79,2%) оценивают факторы, останавливающие их от ведения блога, как имеющие высокую степень выраженности (7-10 баллов).
2. Средняя степень выраженности (4-6 баллов) характерна для 12,5% респондентов.
3. Лишь 9,1% респондентов отмечают низкую степень влияния этих факторов (1-3 балла).

Таким образом, большинство опрошенных воспринимают различные препятствия к ведению блога как весьма значимые и во многих случаях сильно сдерживающие их от этого начинания.

Таблица 5

Распределение ответов респондентов на вопросы блока 3, изучающего анализ внутренних и внешних барьеров у студентов-психологов, при наличии стремления к профессиональной самопрезентации в пространстве социальных сетей

Вопрос «Что вас пугает в большей степени в ведении блога?» (n=19)			
Боязнь показаться некомпетентным 11 ответов (57,9%)	Возможная негативная оценка/критика со стороны (хейт) 3 ответа (15,8%)	Оценка со стороны коллег-психологов 2 ответа (10,5%)	Страх критики от знакомых 1 ответ (5,3%)
Свой вариант (n=7)			
Необходимость постоянной работы / активности - 1 ответ (20%)	Опасения, что все будет впустую 1 ответ (20%)	Боязнь остаться непопулярной 1 ответ (20%)	Совокупность всех перечисленных ранее факторов 2 ответа (40%)

Таким образом, основным фактором, вызывающим наибольший страх у респондентов в ведении блога, является боязнь показаться некомпетентными (63,6%). Вторым по значимости страхом является возможная негативная оценка/критика со стороны окружающих (22,7%). Оценка со стороны коллег-психологов беспокоит 13,6% опрошенных. Основные ответы в разделе "свой вариант" включают совокупность всех ранее перечисленных факторов, включая боязнь некомпетентности, негативной оценки, траты времени впустую и т.д. (40%).

Блок 2

На основании представленных данных можно выделить следующие основные мысли и состояния, которые возникали при мысли начать свой блог:

Данные показывают, что начало ведения блога вызывало противоречивый спектр эмоций и состояний - от страха, неуверенности и сомнений в компетентности до желания самореализации и позитивных ожиданий. Респондентов одновременно волновали вопросы технической реализации, качества контента и восприятия окружающими.

Таблица 6

Распределение ответов респондентов на вопросы блока 1, изучающего поведенческую и эмоциональную сферы у студентов-психологов, осуществляющих профессиональную деятельность в социальных сетях

Вопрос «Опишите мысли и состояния, которые возникали у вас при мысли начать свой блог» (n=11)			
Страх и неуверенность	Сомнения в собственной компетентности	Желание самореализации и заявить о себе	Интерес и позитивные ожидания:
- Страх, что нечего рассказывать	- Сомнения в том, могут ли называть себя	- Желание заявить о себе как о профессионале	- Радость, энтузиазм, "азарт"
- Непонимание, как это делать, что рассказывать	"психологом", если еще не окончили университет	- Желание начать зарабатывать на своей работе	- Интерес в том, как преподнести информацию
- Страх, что осудят и не примут	- Опасения, что будут восприниматься как "банальные" или слишком "глубокие"		
- Неуверенность в себе, своих знаниях и навыках	- Беспокойство о том, что подумают коллеги		
- Общий страх и "страшно, но азарт"			

Таблица 7

Распределение ответов респондентов на вопросы блока 1, изучающего поведенческую и эмоциональную сферы у студентов-психологов, осуществляющих профессиональную деятельность в социальных сетях

Вопрос «Опишите мысли/состояния, которые возникали у вас в ситуации критики вашего блога» (n=11)			
Эмоциональные реакции	Защитные реакции	Негативные убеждения	Поведенческие реакции
- Стыд, вина, желание защищаться	- Нейтральное отношение		
1 ответ (9,1%)	1 ответ (9,1%)		
- Страх негативной реакции, сомнения в себе и компетентности	- Закрытость аккаунта, страх открывать и реагировать на критику	- Считают себя "плохими специалистами"	- Прекращение ведения блога на время
4 ответа (36%)	1 ответ (9,1%)	1 ответ (9,1%)	1 ответ (9,1%)
- Чувство, что их "отчитывают за личность"	- Желание "не быть очередным инстапсихологом", защита своей профессиональной идентичности		
1 ответ (9,1%)	1 ответ (9,1%)		
- Обида, злость			
1 ответ (9,1%)			

Таким образом, наиболее распространенными реакциями на критику блога были эмоциональные, а именно страх негативной оценки (36%),. Также часто встречались эмоциональная реакция обида, злость (9,1%), защитные реакции в виде закрытости, нейтрального отношения и защиты профессиональной идентичности (по 9,1% каждая). Негативные убеждения о себе как специалистах и поведенческие реакции в виде прекращения ведения блога встречались в единичных случаях (по 9,1%).

Таблица 8

Распределение ответов респондентов на вопросы блока 1, изучающего поведенческую и эмоциональную сферы у студентов-психологов, осуществляющих профессиональную деятельность в социальных сетях

Вопрос «Опишите мысли/состояния, которые возникали у вас в ситуации малой активности аудитории» (n=11)			
Эмоциональные реакции	Сомнения в себе	Нейтральные реакции:	Ожидания:
- Обида, разочарование, грусть 2 ответа (18,2%)	- Сомнения, что пишут "слишком очевидные" или "слишком глубокие" вещи 1 ответ (9,1%)	- Нейтральное состояние 2 ответа (18,2%)	- Ожидание активности аудитории 1 ответ (9,1%)
- Чувство неприятия/неудовлетворенности 1 ответ (9,1%)	- Желание бросить всё, сомнения в себе ("скучная/неинтересная/непрофессионал/некомпетентная") 1 ответ (9,1%)		
- Грусть, разочарование, обида, желание сдаться 1 ответ (9,1%)			
- Чувство "покинутости", что "не оценили" 1 ответ (9,1%)			

Таким образом, наиболее распространенными реакциями на малую активность аудитории были различные негативные эмоциональные состояния - обида, разочарование, грусть (18,2%). Также у респондентов часто возникали сомнения в себе и компетентности (18,2%). В меньшей степени встречались нейтральные реакции и ожидания активности аудитории (по 9,1% каждая).

Таблица 9

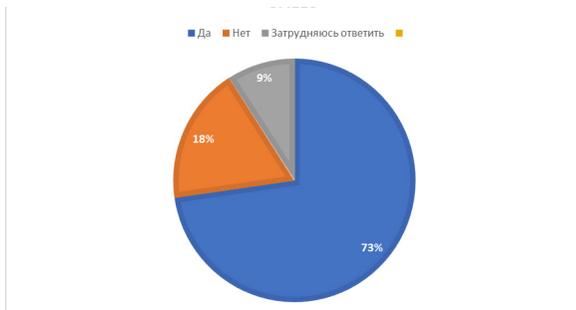
Распределение ответов респондентов на вопросы блока 1, изучающего поведенческую и эмоциональную сферы у студентов-психологов, осуществляющих профессиональную деятельность в социальных сетях

Вопрос «Какие мысли и состояния возникают у вас при подборе и создании контента?» (n=11)				
Поиск идей и сомнения в их актуальности	Позитивные эмоции и состояния	Сомнения и негативные состояния	Нейтральное отношение:	Разный уровень энтузиазма
- "О чем бы рассказать"	- Интерес 1 ответ (9,1%)	- Тревога, что материал "ненаучный, непрофессиональный"	- "Будь как будет"	- От энтузиазма и нетерпения до апатии и сомнений
1 ответ (9,1%)	- Радостные, воодушевленные, восторженные состояния	1 ответ (9,1%)	1 ответ (9,1%)	в нужности контента
- "Это точно будет интересно или это интересно только мне?"	3 ответа (27,3%)	- Страх, неприятие себя, апатия, раздражение		2 ответа (18,2%)
1 ответ (9,1%)		2 ответа (18,2%)		

Таким образом, процесс создания контента вызывал у респондентов широкий спектр эмоций - от воодушевления и радости до сомнений, страха и апатии. Также они часто задумывались о том, будет ли их контент действительно интересен читателям.

Рисунок 3

Распределение ответов респондентов на вопрос «Сталкивались ли вы со страхом самопрезентации в начале ведения блога?» (n=11)



Таким образом, большинство респондентов (73%) сталкивались со страхом самопрезентации в начале ведения своих блогов. 18% респондентов не испытывали данного чувства, а 9% имели затруднения с ответом.

Таблица 10

Распределение ответов респондентов на вопросы блока 1, изучающего поведенческую и эмоциональную сферы у студентов-психологов, осуществляющих профессиональную деятельность в социальных сетях

Вопрос «Как вам удалось преодолеть этот страх?» (n=11)				
Систематическое действие и практика	Фокус на личном интересе и ценностях	Принятие страха и работа с ним	Отсутствии страха	Неуверенность в преодолении:
"Чаще выкладывать посты", "постоянно действую с этим страхом", "делать и идти в него из раза в раз", "просто делать", "начала вести". 6 ответов (54,5%)	"писать то, что нравится сначала мне", "выражаться своим способом, в котором будет не страшно", "вести блог из состояния игры, интереса", "транслировала свои ценности". 3 ответа (27,2%)	"перебарываю себя и делаю", "Через не хочу", "до сих пор страх есть, но помогает выходить в блог какой-то своей классной субличностью, которая не боится". 4 ответа (36,4%)	"Его не было" 1 ответ (9,1%)	"не уверена" 1 ответ (9,1%)

Таким образом, большинство респондентов (54,5%) справлялись со страхом самопрезентации путем систематического действия и практики, 27,2% сосредотачивались на личном интересе и ценностях, 36,4% принимали страх и работали с ним, 9,1% не испытывали данного страха, а 9,1% выразили неуверенность в его преодолении.

Блок 3

Таблица 11

Распределение ответов респондентов на вопросы блока, изучающего мотивационную сферу студентов-психологов, продемонстрировавших отсутствие побудительных мотивов к профессиональной самопрезентационной деятельности в социальных сетях (n = 14)

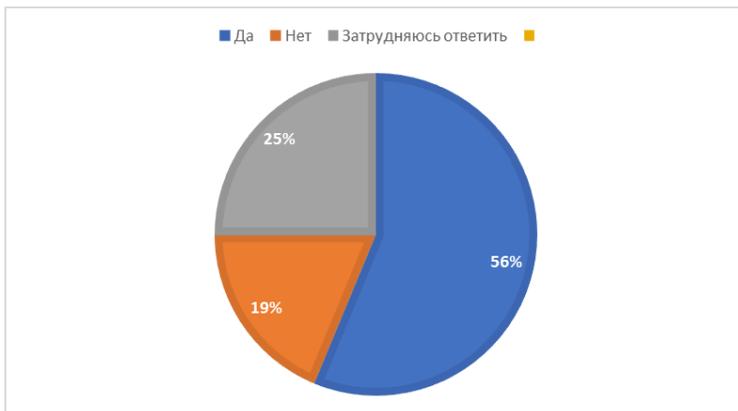
Вопрос «С чем вы связываете ваше нежелание вести психологический блог?» (n = 14)				
Отсутствие компетенции/квалификации	Желание заниматься другой деятельностью	Отсутствие интереса	Отсутствие потребности/готовности	Наличие страха
- "Не считаю себя достаточно компетентной для ведения подобного блога"	- "Хочу заниматься другой деятельностью"	- "Нет большого интереса к этому"	- "Нет в этом потребности, не интересно"	
- "Я не под это заточена"	- "Не буду работать по профессии"	- "мне это неинтересно"	- "Пока не чувствую в этом потребности. Возможно, психологически не готова"	- "Страх"
- "Не думаю, что я смогу раскрутить блог"	2 ответа (14,3%)	- "не хочется вести блог, это не интересно, и так их очень много. Они не нужны, а нужны квалифицированные умные специалисты"	2 ответа (14,3%)	1 ответ (7,1%)
3 ответа (21,4%)		- "просто нет желания"		
		- "Мне это неинтересно"		
		5 ответов (35,7%)		

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Таким образом, основная причина нежелания вести психологический блог - отсутствие интереса (35,7% ответов). Также респонденты указывали на отсутствие компетенции/квалификации (21,4%), желание заниматься другой деятельностью (14,3%) и отсутствие потребности/готовности (14,3%). Наличие страха как причина была озвучена в 7,1% ответов.

Рисунок 4

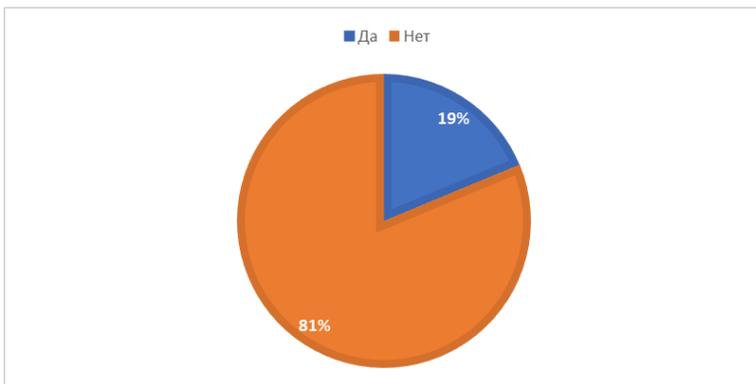
Распределение ответов респондентов на вопрос «Рассматриваете ли вы возможность того, что будете вести блог в будущем?» (n=16)



Таким образом, большинство опрошенных (56,25%) рассматривают возможность ведения блога в будущем, 19% не рассматривают такую возможность, а 25% имеют затруднения с ответом.

Рисунок 5

Распределение ответов респондентов на вопрос «Был ли у вас опыт ведения блога?» (n=16)



Таким образом, большинство опрошенных (81,25%) не имели опыта ведения блога, в то время как у 18,75% респондентов был такой опыт.

Таблица 12

Распределение ответов респондентов на вопросы блока, изучающего мотивационную сферу студентов-психологов, продемонстрировавших отсутствие побудительных мотивов к профессиональной самопрезентационной деятельности в социальных сетях

Вопрос «Если вы ответили "да" на предыдущий вопрос (n=4)

Почему вы прекратили ведение блога?»

Отсутствие интереса

Отсутствие активности в блоге

- "Пропадал интерес к ведению блога»

- " Не было активности, мне нечего было презентовать в блоге»

2 ответа (50%)

1 ответ (0,25%)

Для обнаружения связей между исследуемыми параметрами был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена (непараметрический метод). Значимые реляционные связи представлены ниже (табл. 13).

Таблица 13*Результаты корреляционного анализа*

Корреляция	Сила связи
Баллы вопросов анкеты-опросника субъективное препятствие» и «Выраженность страха»	,539*
Баллы вопросов анкеты-опросника «Выраженность страха» и Опросник самопрезентации в социальной сети: Реалистичное Я и Фальшивое Я»	-,584*
Баллы вопросов анкеты-опросника субъективное препятствие» и «Выраженность страха» и шкала «Внутренняя конфликтность» опросника «Профессиональное самоотношение личности»	,609*
Баллы вопросов анкеты-опросника субъективное препятствие» и «Выраженность страха» и шкала «Склонность к немотивированной тревожности» опросника «Склонность к немотивированной тревожности»	,599*
Шкала опросника «Феномен самозванца» и шкала «Позитивное профессиональное самоотношение» опросника «Профессиональное самоотношение личности»	-,719**
Шкала «Социальная тревога и социофобия» одноименного опросника и шкала «Позитивное профессиональное самоотношение» опросника «Профессиональное самоотношение личности»	-,671**
Шкала 1 «Социальная тревога в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением»» опросника «Социальная тревога и социофобия» и шкала «Позитивное профессиональное самоотношение» опросника «Профессиональное самоотношение личности»	-,644**
Шкала 2 «Постситуативные руминации и желание преодолеть тревогу в экспертных ситуациях» опросника «Социальная тревога и социофобия» и шкала «Позитивное профессиональное самоотношение» опросника «Профессиональное самоотношение личности»	-,590**

Корреляция	Сила связи
Шкала 3 «Сдержанность в выражении эмоций из-за страха отвержения и блокирование признаков тревоги в экспертных ситуациях» опросника «Социальная тревога и социофобия» и шкала «Позитивное профессиональное самоотношение» опросника «Профессиональное самоотношение личности»	-,470**
Шкала 4 «Тревога при проявлении инициативы в формальных ситуациях из-за страха критики в свой адрес и потери субъективного контроля» опросника «Социальная тревога и социофобия» и шкала «Позитивное профессиональное самоотношение» опросника «Профессиональное самоотношение личности»	-,668**
Шкала «Поведенческое непроявление несовершенства» опросника «Шкала перфекционистской самопрезентации» и шкала «Позитивное профессиональное самоотношение» опросника «Профессиональное самоотношение личности»	-,362**
Шкала «Склонность к немотивированной тревожности» одноименного опросника и шкала «Позитивное профессиональное самоотношение» опросника «Профессиональное самоотношение личности»	-,497**
Шкала «Самоуважение в профессии» опросника «Позитивное профессиональное самоотношение» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	-,511**
Шкала «Самоуверенность в профессии» опросника «Позитивное профессиональное самоотношение» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	-,587**
Шкала «Самопривязанность в профессии» опросника «Позитивное профессиональное самоотношение» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	-,363**

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Корреляция	Сила связи
Шкала «Самозффективность в профессии» опросника «Позитивное профессиональное самоотношение» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	-,679**
Шкала «Саморуководство в профессии» опросника «Позитивное профессиональное самоотношение» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	-,697**
Шкала «Самооценка в профессии» опросника «Позитивное профессиональное самоотношение» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	-,496**
Шкала «Самоуничжение в профессии» опросника «Позитивное профессиональное самоотношение» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	,586**
Шкала «Внутренняя конфликтность» опросника «Позитивное профессиональное самоотношение» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	,520**
Шкала «Самообвинение в профессии» опросника «Позитивное профессиональное самоотношение» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	,579**
Шкала «Социальная тревога и социофобия» одноименного опросника и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	,661**
Шкала 1 «Социальная тревога в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением»» опросника «Социальная тревога и социофобия» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	,650**
Шкала 2 «Постситуативные руминации и желание преодолеть тревогу в экспертных ситуациях» опросника «Социальная тревога и социофобия» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	,562**

Корреляция	Сила связи
Шкала 3 «Сдержанность в выражении эмоций из-за страха отвержения и блокирование признаков тревоги в экспертных ситуациях» опросника «Социальная тревога и социофобия» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	,489**
Шкала 4 «Тревога при проявлении инициативы в формальных ситуациях из-за страха критики в свой адрес и потери субъективного контроля» опросника «Социальная тревога и социофобия» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	,580**
Шкала «Перфекционистская самопрезентация» одноименного опросника и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	,481**
Шкала «Демонстрация совершенства» опросника «Шкала перфекционистской самопрезентации» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	,297*
Шкала «Поведенческое непроявление несовершенства» опросника «Шкала перфекционистской самопрезентации» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	,599**
Шкала «Вербальное непроявление несовершенства» опросника «Шкала перфекционистской самопрезентации» и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	,335*
Шкала «Склонность к немотивированной тревожности» одноименного опросника и шкала «Феномен самозванца» одноименного опросника	,624**
Шкала «Перфекционистская самопрезентация» одноименного опросника и шкала «Социальная тревога и социофобия» одноименного опросника»	,455**

Корреляция	Сила связи
Шкала «Демонстрация совершенства» опросника «Шкала перфекционистской самопрезентации» шкала «Социальная тревога и социофобия» одноименного опросника»	,386**
Шкала «Поведенческое не проявление несовершенства» опросника «Шкала перфекционистской самопрезентации» и шкала «Социальная тревога и социофобия» одноименного опросника»	,484**
Шкала «Перфекционистская самопрезентация» одноименного опросника и шкала 1 «Социальная тревога в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением»» опросника «Социальная тревога и социофобия»	,420**
Шкала «Демонстрация совершенства» опросника «Шкала перфекционистской самопрезентации» и шкала 1 «Социальная тревога в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением»» опросника «Социальная тревога и социофобия»	,328*
Шкала «Поведенческое не проявление несовершенства» опросника «Шкала перфекционистской самопрезентации» и шкала 1 «Социальная тревога в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением»» опросника «Социальная тревога и социофобия»	,437**
Шкала «Перфекционистская самопрезентация» одноименного опросника и шкала 2 «Постситуативные руминации и желание преодолеть тревогу в экспертных ситуациях» опросника «Социальная тревога и социофобия»	,321*
Шкала «Поведенческое не проявление несовершенства» опросника «Шкала перфекционистской самопрезентации» и шкала 2 «Постситуативные руминации и желание преодолеть тревогу в экспертных ситуациях» опросника «Социальная тревога и социофобия»	,398**
Шкала «Перфекционистская самопрезентация» одноименного опросника и шкала 3 «Сдержанность в выражении эмоций из-за страха отвержения и блокирование признаков тревоги в экспертных ситуациях» опросника «Социальная тревога и социофобия»	,367**

Обсуждение результатов

Самопрезентация – термин, впервые предложенный в 1959 г. И. Гоффманом, включает в себя ряд определений, ключевым понятием которых служит предъявление информации о себе другим через процесс самораскрытия.

Профессиональная самопрезентация представляет собой специфическую информационную категорию, которая определяется как целенаправленное и позитивное представление индивидом своих значимых для профессиональной деятельности качеств и характеристик, направленное на формирование благоприятного впечатления и достижение успеха в профессиональной сфере.

В современных условиях повышенного спроса потребителей на информацию о психологических услугах, нельзя недооценить важность активного присутствия и репрезентации деятельности психологов в цифровом пространстве. Это позволяет более эффективно взаимодействовать с целевой аудиторией, повышать узнаваемость и доверие к специалистам, а также способствует расширению клиентской базы. Таким образом, активное использование интернет-ресурсов и платформ является важным компонентом профессиональной самопрезентации современных специалистов в области психологии. Несмотря на растущую популярность психологов в социальных сетях, особую актуальность приобретает вопрос об этической составляющей их профессиональной самопрезентации в цифровом пространстве.

Для студентов-психологов характерна сложность в построении эффективной профессиональной самопрезентации, в том числе в пространстве социальных сетей, что во многом обусловлено недостаточно сформированной профессиональной идентичности на данном этапе их развития. Неустойчивость профессиональных ценностей, компетенций и самосознания в качестве психолога затрудняет адекватное представление своих профессиональных качеств и достижений в цифровой среде.

Наиболее распространенными эмоциями, возникающими у респондентов при мысли о начале ведения блога, являются тревога, страх и подавленность, что подтверждает гипотезу о том, что большинство студентов-психологов старших курсов имеют страх профессиональной самопрезентации в социальных сетях;

Отрицательная корреляция между шкалой "Феномен самозванца" и шкалой "Позитивное профессиональное самоотношение" опросника "Профессиональное самоотношение личности", может свидетельствовать о том, что более высокий уровень переживания феномена самозванца связан с более низкими показателями позитивного профессионального самоотношения студентов-психологов. Что подтверждает нашу гипотезу о том, что чем выше показатели по шкале «Феномен самозванца», тем ниже профессиональное самоотношение студентов-психологов и тем более выражен страх самопрезентации.

Положительная корреляция между шкалой "Поведенческое неприятие несовершенства" и шкалой 1 "Социальная тревога в ситуации 'быть в центре внимания, под наблюдением'" означает, что более выраженное стремление студентов не демонстрировать свои несовершенства связано с более высоким уровнем их социальной тревоги в ситуациях публичности, что также подтверждает нашу гипотезу о том, что выраженное стремление студентов-психологов не демонстрировать или скрывать собственные несовершенства связано с тревогой в ситуациях публичности.

Литература

- Жукова, Д. А. & Белобрикина, О.А. (2021). Специфика самопрезентации практикующих психологов в социальных сетях. *Международный журнал экономики и образования*, 7(1), 5–26
- Золотарева, А. А. (2011). Адаптация методики Шкала перфекционистской самопрезентации П. Хьюитта. *Психологический журнал*, 32(6), 59–66
- Золотарева, А. А. (2018). Перфекционистская самопрезентация и особенности ее диагностики. *Клиническая и специальная психология*, 6(1), 64–66. <https://doi.org/10.17759/cpse.2018070108>
- Кагоян, Ю. Ю. (2017). Формирование профессиональной идентичности начинающего психолога. *Дружининские чтения: Сборник материалов XVI Всероссийской научно-практической конференции*, 1(1), 134–136
- Казанская, Н. М. (2018). Психолингвистический анализ самопрезентации психологов-молодых специалистов в интернет-пространстве. *Сборник избранных статей по материалам научных конференций ГНИИ "Нацразвитие"*, 38–42
- Карпинский, К. В. & Колышко, А. М. (2010). *Профессиональное самоотношение личности и методика его психологической диагностики*. Гродно: ГрГУ
- Кланс, П. Р. (2001). *Самозванец. Психотерапевтические методики для тех, кто желает избавиться от низкой самооценки, чувства страха и вины*. Санкт-Петербург: Издательство Пирожкова
- Корниенко, Д. С., Руднова, Н. А., Горбушина, Е. А. & Дериш, Ф. В. (2021). Психометрические характеристики шкалы самопрезентации в социальной сети. *Психологические исследования*, 1(75), 112–120. <https://doi.org/10.54359/ps.v14i75.153>
- Сагалакова, О. А. & Труевцев, Д. В. (2008). Диагностический инструментарий исследования социальных страхов. *Известия Алтайского государственного университета*, 4(2), 20–25
- Хороших, В. В. (2013). Самопрезентация как ресурс современного молодого специалиста. *Terra Linguistica*, 167(18), 22–24
- Шевелева, М. С., Корниенко, Д. С. & Пермякова, Т. М. (2021). Шкала феномена самозванца: психометрические характеристики русскоязычной версии. *Психологический журнал*, 42(1), 132–142. <https://doi.org/10.31857/S020595920013343-3>
- Fenigstein, A., Scheier, M. F. & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43(4), 522–527. <https://doi.org/10.1037/H0076760>
- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. Garden City: Doubleday
- Jones, E. E. & Pittman, T. S. (2012). Toward a general theory of strategic self-presentation. *Psychological perspectives on the self*, 18(6), 231–261
- Leary, M. R. & Kowalski, R. M. (1990). Impression management: a literature review and two-component model. *Psychological Bulletin*, 107(1), 34–47. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.1.34>

References

- Fenigstein, A., Scheier, M. F. & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43(4), 522–527. <https://doi.org/10.1037/H0076760>
- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. Garden City: Doubleday
- Jones, E. E. & Pittman, T. S. (2012). Toward a general theory of strategic self-presentation. *Psychological perspectives on the self*, 18(6), 231–261
- Kagosyan, Y. Y. (2017). Formation of the Professional Identity of a Novice Psychologist. *Druzhinin Readings: Collection of Materials of the XVI All-Russian Scientific and Practical Conference*, 1(1), 134–136
- Karpinsky, K. V. & Kolyshko, A. M. (2010). *Professional Self-Attitude of an Individual and the Methodology of Its Psychological Diagnostics*. Grodno: Grodno State University

- Kazanskaya, N. M. (2018). Psycholinguistic Analysis of Self-Presentation of Young Psychologists in the Internet Space. *Collection of Selected Articles Based on the Materials of Scientific Conferences of the State Research Institute "NatSrazvitie"*, 38–42
- Khoroshikh, V. V. (2013). Self-presentation as a resource of a modern young specialist. *Terra Linguistica*, 167(18), 22–24
- Klans, P. R. (2001). *Pretender. Psychotherapeutic Techniques for Those Who Want to Get Rid of Low Self-Esteem, Feelings of Fear and Guilt*. Saint-Petersburg: Pirozhkova Publishing House
- Kornienko, D. S., Rudnova, N. A., Gorbushina, E. A. & Derish, F. V. (2021). Psychometric characteristics of the self-presentation scale in a social network. *Psychological studies*, 1(75), 112–120. <https://doi.org/10.54359/ps.v14i75.153>
- Leary, M. R. & Kowalski, R. M. (1990). Impression management: a literature review and two-component model. *Psychological Bulletin*, 107(1), 34–47. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.1.34>
- Sagalakova, O. A. & Truevtsev, D. V. (2008). Diagnostic tools for studying social fears. *Bulletin of Altai State University*, 4(2), 20–25
- Sheveleva, M. S., Kornienko, D. S. & Permyakova, T. M. (2021). The impostor phenomenon scale: psychometric characteristics of the Russian-language version. *Psychological journal*, 42(1), 132–142. <https://doi.org/10.31857/S020595920013343-3>
- Zhukova, D. A. & Belobrykina, O. A. (2021). Specificity of Self-Presentation of Practicing Psychologists in Social Networks. *International Journal of Economics and Education*, 7(1), 5–26
- Zolotareva, A. A. (2011). Adaptation of the P. Hewitt Perfectionistic Self-Presentation Scale methodology. *Psychological Journal*, 32(6), 59–66
- Zolotareva, A. A. (2018). Perfectionistic Self-Presentation and Features of Its Diagnostics. *Clinical and Special Psychology*, 6(1), 64–66. <https://doi.org/10.17759/cpse.2018070108>

Автор

Карина Р. Мовсисян – студент факультета психологии, Южный федеральный университет, ул. Б. Садовая, 105/42, 344006, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7617-2808>
e-mail: kmovsisian@sfedu.ru

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Взаимосвязь уровня перфекционизма с интолерантностью к неопределенности и уровнем тревожности у женщин

Анастасия С. Морозова

Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону, Россия

moron.tat31@gmail.com

Аннотация

В данной работе исследуется взаимосвязь уровня перфекционизма с интолерантностью к неопределенности и уровнем тревожности у женщин. Актуальность исследования обуславливается усложнением различных сфер отношений между людьми в современном обществе, вследствие чего личности с высоким уровнем перфекционизма из-за предъявления себе чрезмерно завышенных требований воспринимают ситуации неопределенности как стрессогенные, проявляя интолерантность, проявляющуюся в стремлении к ясности и стабильности и сопровождающуюся при этом сильным страхом перед неудачей и ошибками, что влечет за собой ярко выраженную тревогу. Новизна работы состоит в том, что впервые исследуется взаимосвязь уровня перфекционизма с интолерантностью к неопределенности и уровнем тревожности в совокупности всех трех психологических феноменов, а также впервые изучается связь между уровнем перфекционизма и интолерантностью к неопределенности. **Во введении** автор приводит обзор теоретической базы феноменов перфекционизма, интолерантности к неопределенности и тревожности, описывает аналитический обзор теоретических и эмпирических исследований связи перфекционизма с интолерантностью к неопределенности и тревожностью. Выборку составили женщины в возрасте от 18 до 65 лет, общее количество респондентов – 96 человек. В разделе **Методы** представлен основной методический инструментарий, используемый для проведения исследования. В разделе **Результаты исследования** автор приводит данные о существующих связях уровня перфекционизма с интолерантностью к неопределенности и уровнем тревожности. Так, выявлена положительная корреляционная связь между перфекционизмом, ориентированным на себя и интолерантностью к неопределенности, социально предписанным перфекционизмом и личностной тревожностью, связью между патологическим перфекционизмом и ситуативной тревожностью, а также личностной тревожностью, обнаружена отрицательная корреля-

ционная связь между нормальным перфекционизмом и личностной тревожностью. В разделе **Обсуждение результатов** автор объясняет наличие выявленных связей и факторы, обуславливающие их, с позиции отечественных и зарубежных научных исследований.

Ключевые слова

перфекционизм, нормальный перфекционизм, патологический перфекционизм, интолерантность к неопределенности, толерантность к неопределенности, тревожность

Для цитирования

Морозова, А. С. (2024). Взаимосвязь уровня перфекционизма с интолерантностью к неопределенности и уровнем тревожности у женщин. *Северо-Кавказский психологический вестник*, 22(1), 74–90. <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.5>

Scientific review

UDC 159.9

<https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.5>

The Relationship between the Level of Perfectionism with Tolerance to Uncertainty and the Level of Anxiety in Women

Anastasia S. Morozova

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russia

anamorozo@sfedu.ru

Abstract

This paper examines the relationship between the level of perfectionism with tolerance to uncertainty and the level of anxiety in women. The relevance of the study is due to the complication of various spheres of human relations in modern society, as a result of which individuals with a high level of perfectionism perceive situations of uncertainty as stressful due to excessive demands on themselves, showing tolerance manifested in the pursuit of clarity and stability and accompanied by a strong fear of failure and mistakes, which entails vividly expressed anxiety. The novelty of the work consists in the fact that for the first time the relationship between the level of perfectionism with tolerance to uncertainty and the

level of anxiety in the aggregate of all three psychological phenomena is investigated, and for the first time the relationship between the level of perfectionism and tolerance to uncertainty is studied. In the introduction, the author provides an overview of the theoretical basis of the phenomena of perfectionism, tolerance to uncertainty and anxiety, describes an analytical review of theoretical and empirical studies of the relationship of perfectionism with tolerance to uncertainty and anxiety. The sample consisted of women aged 18 to 65 years, the total number of respondents was 96 people. The section "Methods" presents the main methodological tools used to conduct the research. In the research results section, the author provides data on the existing links between the level of perfectionism and tolerance to uncertainty and the level of anxiety. Thus, a positive correlation was revealed between self-centered perfectionism and tolerance to uncertainty, socially prescribed perfectionism and personal anxiety, a connection between pathological perfectionism and situational anxiety, as well as personal anxiety, a negative correlation was found between normal perfectionism and personal anxiety. In the discussion of the results section, the author explains the existence of the identified links and the factors causing them from the perspective of domestic and foreign scientific research.

Keywords

perfectionism, normal perfectionism, pathological perfectionism, tolerance to uncertainty, tolerance to uncertainty, anxiety

For citation

Morozova, A. S. (2024). The Relationship between the Level of Perfectionism with Tolerance to Uncertainty and the Level of Anxiety in Women. *North-Caucasian Psychological Bulletin*, 22(1), 74–90. (in Russ.). <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.5>

Введение

Действующими в современном мире макросоциальными установками, направленными на культ успеха, стремление к идеалу во всех сферах жизни человека, сдерживание личности своих эмоций провоцируют массовое формирование такого психологического явления, как перфекционизм.

Термин «перфекционизм» используют для описания чрезмерного стремления индивида к совершенству в действиях, делах и поведении (Крысин, 2008). Феномен перфекционизма является достаточно новым направлением для изучения в отечественной психологии. Но с каждым годом, в силу массового распространения данного актуального явления, интерес психологической науки к исследованию перфекционизма только возрастает (Гаранян, 2009). В 1965 г. американские психологи В. Миссилдайн и М. Холлендер дали первое определение перфекционизма, как личностной черты, характеризующейся высокими требованиями, предъявляемыми к себе и другим людям, стремление к безукоризненному выполнению деятельности (Hollender, 1965). В 1990-х гг. представления о перфекционизме были существенно расширены благодаря двум группам ученых: группе британских клинических психологов, возглавляемой Р. Фростом и группе канадских ученых под руководством П. Хьюитта. Обе группы предложили многомерную модель перфекционизма. Так, в концепции П. Хьюитта и Г. Флетта перфекционизм рассматривается как трехмерное явление, предполагающее стремление личности быть совершенной во всем и обнару-

живающийся в самокритике и самокопани, в предъявлении завышенных требований к себе (перфекционизм, ориентированный на себя), к другим (перфекционизм, ориентированный на других) и в восприятии требований окружения как нереалистичных и завышенных (социально-предписанный перфекционизм) (Гаранян, 2009).

В 20-м веке на основе анализа психологических исследований (А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян, Т.Ю. Юдеева), Е.П. Ильин выделил два принципиально разных вида перфекционизма: здоровый и патологический (Ильин, 2011). Люди со здоровым перфекционизмом способны к постоянному самосовершенствованию и развитию, при этом адекватно оценивая свои возможности и ограничения, ставят себе достижимые цели. В то время как люди с патологическим перфекционизмом часто испытывают страх неудачи и склоны к жесткой критике себя, постоянно испытывая вину за собственный неуспех. Патологический перфекционизм представляет оказывает негативное влияние на формирование дезадаптивных личностных характеристик (нейротизма, эмоциональной дезадаптации, иррационального мышления, склонности к самокритике и самообвинению) (Гаранян, 2009). В связи с существующими негативными последствиями, которые влечет за собой выраженный перфекционизм теоретическим основанием данного исследования, служило представление о перфекционизме как о негативном феномене, отражающем нереалистичные стандарты и требования по отношению к себе.

Еще одной важнейшей характеристикой современного быстро меняющегося мира является высокий уровень неопределенности, где динамичность и нестабильность априори присущи деятельности человека и его человеческому существованию в целом. Согласно Т.В. Корниловой толерантность к неопределенности определяется как личностное свойство, характеризующееся стремлением к новому, к не использованным ранее способам действовать, к сложным задачам, требующим оригинального решения, и к разрыву существующих шаблонов (Корнилова, 2010). Противоположным по своему значению является понятие интолерантности к неопределенности, определяющейся как стремление к понятности, стабильности и ясности, к действию выработанными ранее способами, характеризующиеся категоричностью суждений, возведением в абсолют существующих законов и правил (Корнилова, 2010). Наш выбор изучения интолерантности к неопределенности у лиц с выраженным перфекционизмом основан на описываемых в различных исследованиях личностных особенностях перфекционистов (Гаранян, 2001, Гусев, 2007). Так А. Холмогоровой было отмечено, что людям с высоким уровнем перфекционизма свойственно предъявление себе и другим чрезмерно высокие требования и стандарты, испытывать сильный страх перед неудачей, воспринимать малейшие ошибки как глобальные катастрофы, избегать деятельность, которая может обнаружить несовершенство и недостатки перфекциониста, а также склонность к организованности и субъективной ценности порядка. Помимо этого, результаты исследования Г. Хьюитта и П. Флетта и других исследователей свидетельствуют о наличии страха перед неудачами и ошибками у лиц с высоким уровнем перфекционизма (Flett & Hewitt, 2002, McLain, 1993). Ввиду данных закономерностей поведения людей с выраженным перфекционизмом можно говорить, что ситуации неопределенности воспринимаются как стрессогенные и могут создавать различные препятствия в деятельности данных личностей, что может вести к возникновению страха неминуемых перемен и потери контроля, влекущего за собой негативные переживания, в том числе серьезный стресс и тревогу.

Все чаще исследователями отмечается прямая взаимосвязь перфекционизма и тревожности (Гаранян, 2001). Тревожность — это склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

тревоги (Петросян, 2021). Понимание тревожности было привнесено в психологию психиатрами и психоаналитиками. Так, психоаналитики К. Хорни и Г. Саллан расматривают тревожность не только как личностное свойство человека, но и фактором, определяющим его развитие. В работах Р.Б. Кеттелла тревожность рассматривается как свойство индивида, характеризующееся тенденцией к частому и необъективному ощущению угрозы собственному «Я» в спектре различных ситуаций, и тревожными реакциями во вне как ответ на чувство угрозы (Райгородский, 1996). В современной науке принято различать тревожность на два вида: ситуативную, связанную с обстоятельствами внешней ситуации, и личностную, являющейся стабильным свойством личности (Тащилина, 2014).

В связи с этим целью нашего исследования является выявление уровня перфекционизма и его связи с интолерантностью к неопределенности и уровнем тревожности.

Методы

В качестве эмпирического объекта исследования выступали женщины в возрасте от 18 до 65 лет, в количестве – 96 человек. Эмпирическую базу исследования составили студенты 1,2,3,4 курсов психологического направления подготовки ЮФУ, студенты 2 курса Ростовского областного медицинского колледжа и сотрудники ГБУ РО «Перинатальный центр».

Для проведения исследования были использованы следующие методики исследования:

1. «Многомерная шкала перфекционизма» П. Хьюитта и Г. Флетта в адаптации И. И. Грачевой.

Данная методика предназначена для измерения уровня перфекционизма и определения характера соотношения его составляющих у респондента. Шкала состоит из трех субшкал, каждая из которых измеряет степень выраженности одной из составляющих перфекционизма у респондента: 1) Перфекционизм, ориентированный на себя; 2) Перфекционизм, ориентированный на других; 3) Социально предписанный перфекционизм.

2. «Краткий дифференциальный тест перфекционизма» А. А. Золотаревой.

Методика представляет собой оригинальную методику дифференциальной диагностики перфекционизма. Тест включает в себя 24 утверждения, включающих показатели по двум шкалам: 1) Нормальный перфекционизм; 2) Патологический перфекционизм.

3. Новый опросник толерантности к неопределенности Т. В. Корниловой.

Опросник состоит из 33 утверждений, которые респонденту необходимо оценить от 1 до 7 (1-полное несогласие, 7- полное согласие). При подсчете баллов все утверждения данной методики группировались в 3 шкалы: 1) Толерантность к неопределенности; 2) Интолерантность к неопределенности; 3) Межличностная интолерантность к неопределенности.

4. «Шкала тревоги» Ч. Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина.

Опросник состоит из 20 высказываний, относящихся к тревожности как состоянию и из 20 высказываний на определение тревожности как личностной особенности. Методика включает две шкалы: 1) Ситуативная тревожность; 2) Личностная тревожность.

Результаты

В результате проведенного исследования были получены следующие данные.

Разброс средних значений баллов, полученных по шкалам методики «Новый опросник толерантности к неопределённости» представлен в табл. 1.

Таблица 1

Средние значения показателей по методике «Новый опросник толерантности к неопределённости»

<u>Шкала</u>	<u>M</u>	<u>Значение</u>
Толерантность к неопределенности	59	Средний уровень
Интолерантность	65	Средний уровень
Межличностная интолерантность к неопределенности	34	Средний уровень

Полученные данные свидетельствуют о средних показателях толерантности к неопределенности, интолерантности и межличностной толерантности к неопределенности в исследуемой группе.

Разброс средних значений баллов, полученных по шкалам методики «Шкала тревоги Спилбергера-Ханина» представлен в табл. 2.

Таблица 2

Средние значения показателей по методике «Шкала тревоги Спилбергера-Ханина»

<u>Шкала</u>	<u>M</u>	<u>Значение</u>
Ситуативная тревожность	39	Средний уровень
Личностная тревожность	46	Высокий уровень

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Полученные данные свидетельствуют о тенденции среди опрошенных проявлять высокую личностную тревожность. При этом отмечаются средние показатели ситуативной тревожности у исследуемой группы.

Разброс средних значений баллов, полученных по шкалам методики «Многомерная шкала перфекционизма Хьюитта - Флетта» представлен в табл. 3.

Таблица 3

Средние значения показателей по методике «Многомерная шкала перфекционизма Хьюитта - Флетта»

<u>Шкала</u>	<u>М</u>	<u>Значение</u>
Перфекционизм, ориентированный на себя	66,8	Средний уровень
Перфекционизм, ориентированный на других	52	Средний уровень
Социально предписанный перфекционизм	55,65	Средний уровень

Полученные данные свидетельствуют о средних показателях перфекционизма, ориентированного на себя, перфекционизма, ориентированного на других и социально предписанного перфекционизма в исследуемой группе.

Также разброс средних значений баллов, полученных по шкалам методики «Краткий дифференциальный тест перфекционизма Золотарева» представлен в табл. 4.

Таблица 4

Средние значения показателей по методике «Краткий дифференциальный тест перфекционизма Золотарева»

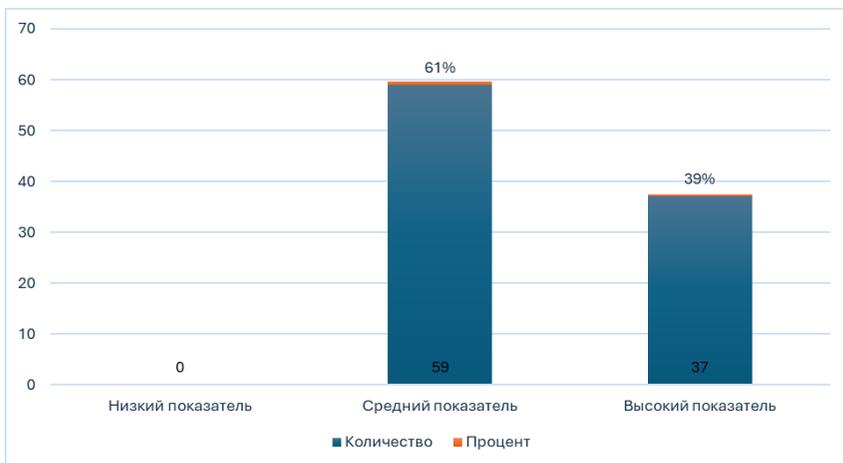
<u>Шкала</u>	<u>М</u>	<u>Значение</u>
Нормальный перфекционизм	36	Средний уровень
Патологический перфекционизм	26	Средний уровень

Анализ полученных данных свидетельствуют о средних показателях нормального и патологического перфекционизма среди респондентов.

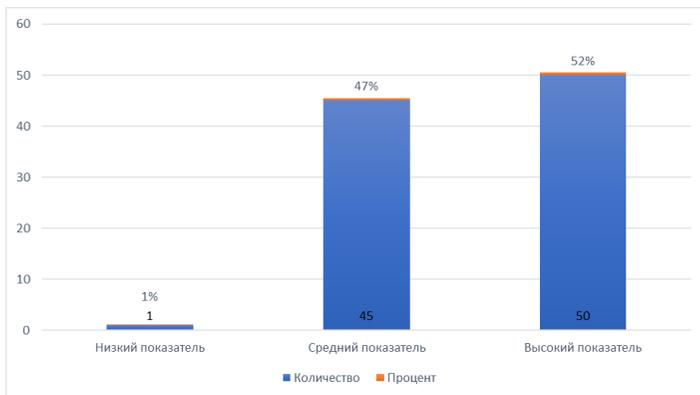
Интересным является также частота проявлений уровней толерантности к неопределенности среди опрошенных, представленное на рисунке 1. Так, по результатам проведенного исследования по методике «Новый опросник толерантности к неопределенности» Т. В. Корниловой было выявлено, что по шкале «Толерантность к неопределенности» у 61% респондентов (n=59) средний показатель толерантности к неопределенности. У 39% респондентов (n=37) выявлен высокий показатель. Таким образом, можно сделать вывод, что у исследуемой группа респондентов преобладают средние показатели толерантность к неопределенности.

Рисунок 1

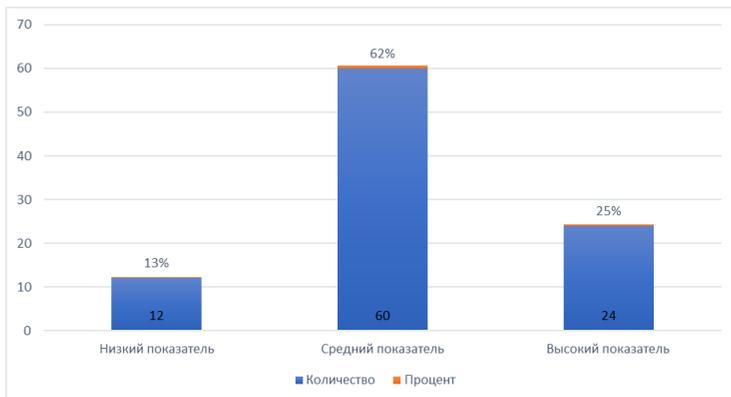
Частота проявлений уровней толерантности к неопределенности среди опрошенных.



Частота проявлений уровня интолерантности среди опрошенных, представленная на рисунке 2, показывает, что низкий показатель интолерантности у 1% (n=1) респондентов, при этом средний уровень интолерантности был выявлен у 47% респондентов (n=45). У большинства респондентов (52%) были установлены высокие показатели по данной шкале, из чего можно сделать вывод о преобладающем стремлении у большинства респондентов к ясности во всем и неприятию ими неопределенности.

Рисунок 2*Частота проявлений уровней интолерантности среди опрошенных*

Частота проявлений уровня межличностной интолерантности к неопределенности среди опрошенных, представленная на рисунке 3, показывает низкий показатель у 13 % респондентов ($n=12$). Высокие показатели патологического перфекционизма выявлены у 25% опрошенных ($n=24$). У большинства респондентов 62% ($n=60$) были установлены средние показатели по данной шкале. Таким образом, можно сделать вывод об умеренном стремлении у подавляющего большинства респондентов к ясности в отношениях с другими людьми, о наличии умеренного дискомфорта при неопределенности в межличностных отношениях.

Рисунок 3*Частота проявлений уровней межличностной интолерантности к неопределенности среди опрошенных*

Частота проявлений уровней ситуативной и личностной тревожности среди опрошенных, представленная на рисунке 4, показывает, что у большинства респондентов (55%) выявлен средний показатель ситуативной тревожности, из чего следует вывод о наличии у большинства респондентов умеренного состояния тревожности при попадании во временные неблагоприятные ситуации. Кроме того, у 57% респондентов (n=55) выявлен высокий показатель личностной тревожности, из чего можно сделать вывод, что у опрошенной группы респондентов преобладает высокий уровень личностной тревожности, при которой широкий диапазон ситуаций оказывают на человека стрессовое воздействие и вызывают у него выраженную тревогу и беспокойство.

Рисунок 4

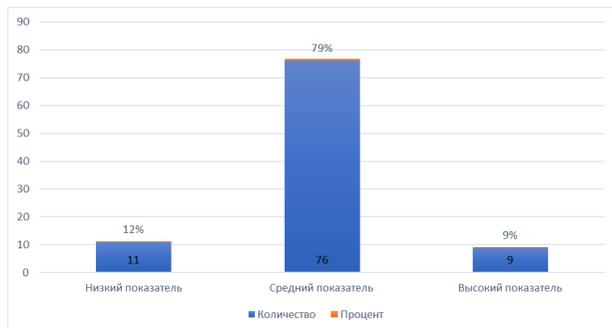
Частота проявлений уровней ситуативной и личностной тревожности среди опрошенных



Частота проявлений уровней перфекционизма, ориентированного на себя среди опрошенных, представленная на рисунке 5, показывает, что у 79% респондентов (n=76) установлен средний показатель. Таким образом, можно сделать вывод, что преобладающий средний уровень перфекционизма, ориентированного на себя у респондентов свидетельствует о реалистичных требованиях респондентов, предъявляемых к себе и об умеренном исследовании себя респондентами, не сопровождающемся чрезмерным самокопанием и самокритикой.

Рисунок 5

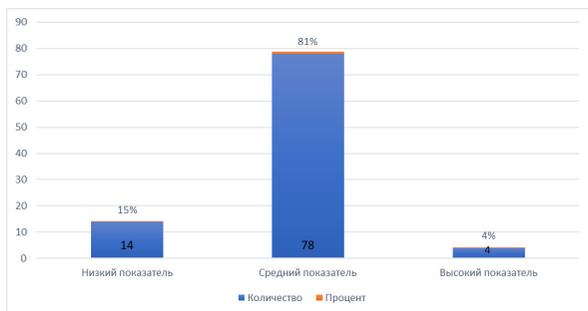
Частота проявлений уровней перфекционизма, ориентированного на себя среди опрошенных



Частота проявлений уровней перфекционизма, ориентированного на других среди опрошенных, представленная на рисунке 6, показывает, что был выявлен средний показатель у 15% респондентов ($n=14$). У 4% респондентов ($n=4$) выявлен высокий показатель перфекционизма, ориентированного на других. При этом у 81% респондентов ($n=78$) в исследуемой группе преобладает средний показатель по данной шкале, что позволяет сделать вывод о тенденции у респондентов предъявлять умеренные и реалистичные требования к другим людям.

Рисунок 6

Частота проявлений уровней перфекционизма, ориентированного на других среди опрошенных

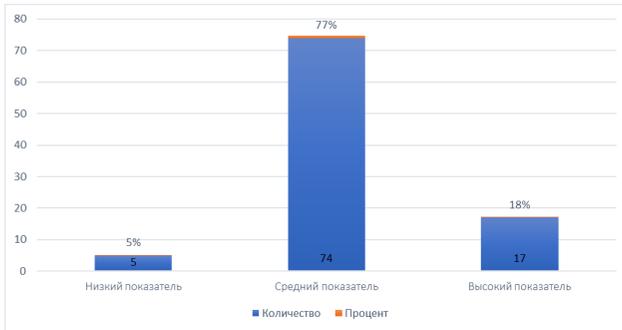


Частота проявлений социально предписанного перфекционизма среди опрошенных, представленная на рисунке 7, показывает, что у 77% респондентов ($n=74$) преобладает средний показатель социально предписанного перфекционизма, что позволяет сделать вывод о преобладающем у респондентов генерализованном убеждении, что другие люди предъявляют к ним умеренные требования, однако

респондентам сложно им соответствовать, но необходимо, чтобы заслужить принятие и похвалу.

Рисунок 7

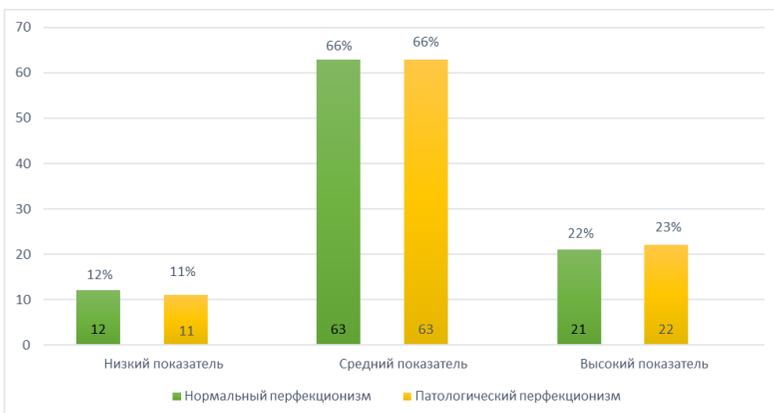
Частота проявлений социально предписанного перфекционизма среди опрошенных



Частота проявлений уровней нормального и патологического перфекционизма среди опрошенных, представленная на рисунке 8, показывает, что у большинства опрошенных 66% ($n=63$) выявлен средний показатель нормального перфекционизма, что свидетельствует о тенденции устанавливать высокие, но достижимые стандарты. Также у 66% респондентов ($n=63$) были установлены средние показатели патологического перфекционизма, из чего можно сделать вывод об умеренном влечении у большинства респондентов к безупречности и установлению разумных стандартов.

Рисунок 8

Частота проявлений уровней нормального и патологического перфекционизма среди опрошенных



ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Для выявления связи между рассматриваемыми шкалами нами был применен коэффициент ранговой корреляции Спирмена (непараметрический метод). Полученные значимые корреляции представлены в таблице 5.

Таблица 5

Корреляционные взаимосвязи между перфекционизмом, интолерантностью к неопределенности и уровнем тревожности

	<u>Сила связи</u>	<u>p-уров.</u>	<u>Значение</u>
Перфекционизм, ориентированный на себя & Интолерантность	,346**	$p \leq 0,01$	Статистически значимая средняя положительная связь
Перфекционизм, ориентированный на других & Ситуативная тревожность	,282**	$p \leq 0,01$	Статистически значимая слабая положительная связь
Социально предписанный перфекционизм & Ситуативная тревожность	,297**	$p \leq 0,01$	Статистически значимая слабая положительная связь
Социально предписанный перфекционизм & Личностная тревожность	,320**	$p \leq 0,01$	Статистически значимая средняя положительная связь
Нормальный перфекционизм & Интолерантность	,298**	$p \leq 0,01$	Статистически значимая слабая положительная связь
Нормальный перфекционизм & Ситуативная тревожность	-,267**	$p \leq 0,01$	Статистически значимая слабая отрицательная связь
Нормальный перфекционизм & Личностная тревожность	-,327**	$p \leq 0,01$	Статистически значимая средняя отрицательная связь
Патологический перфекционизм & Ситуативная тревожность	,375**	$p \leq 0,01$	Статистически значимая средняя положительная связь
Патологический перфекционизм & Личностная тревожность	,483**	$p \leq 0,01$	Статистически значимая средняя положительная связь

В результате корреляционного анализа данных по шкалам «Перфекционизм, ориентированный на себя» и «Интолерантность к неопределенности» у респондентов была обнаружена средняя положительная корреляционная связь (0,346), статистически значимая на уровне $p < 0,01$. Это означает, что чем больше респонденты предъявляют требования к себе, тем больше у них выражено стремление к ясности и определенности в жизненных ситуациях.

Также между шкалами «Патологический перфекционизм» и «Ситуативная тревожность» была найдена средняя положительная корреляционная связь (0,375), статистически значимая на уровне $p < 0,01$. Это позволяет сделать вывод о том, что чем больше у респондентов выражено болезненное влечение к совершенству и безупречности, тем сильнее они реагируют озабоченностью и нервозностью в реальной ситуации опасности.

Между шкалами «Социально предписанный перфекционизм» и «Личностная тревожность» была обнаружена положительная корреляционная связь средней силы (0,320), статистически значимая на уровне $p < 0,01$. Таким образом, можно сделать вывод, что чем в большей степени респонденты оценивают требования, предъявляемые к ним другими как нереалистичные и завышенные, тем в большей мере они реагируют выраженной тревогой в широком диапазоне ситуаций.

Кроме того, между шкалой «Патологический перфекционизм» и шкалой «Личностная тревожность» также выявлена положительная корреляционная связь средней силы (0,483), статистически значимая на уровне $p < 0,01$. Это свидетельствует о том, что чем в большей мере у респондентов выражено стремление устанавливать неразумные жизненные стандарты, недостижимые для субъекта, тем в большей степени у них выражена личностная черта, выражающаяся ощущением субъектом опасности и готовности любое событие в жизни воспринимать как неблагоприятное, при этом окружающий мир воспринимается человеком как враждебный.

Между шкалами «Нормальный перфекционизм» и «Личностная тревожность» была установлена средняя отрицательная корреляционная связь (-0,327), статистически значимая на уровне $p < 0,01$. Это означает, что чем сильнее у респондентов выражено ненавязчивое желание достигать хороших, реалистичных результатов, тем слабее у них выражена склонность к постоянным переживаниям и безотчетному страху в различных жизненных ситуациях.

Обсуждение результатов

Полученные нами данные свидетельствуют о наличии взаимосвязи между перфекционизмом, ориентированным на себя и интолерантностью к неопределенности. На данную взаимосвязь указывают психологические особенности личности перфекционистов, выделенные в различных научных работах. Так, российский психолог А. В. Пушкина отмечает, что люди с ярко выраженным перфекционизмом не принимают неопределенности, признавая ведущую роль принципов и законов, и стремятся к упорядоченности и определенности (Пушкина, 2016). Другие отечественные ученые А. Б. Холмогорова, Д. Бернс указывают на свойственное перфекционистам поляризованное мышление в понятиях «белое и черное», «все или ничего», обуславливающее непринятие новых, неизвестных правил и норм (Гаранян, 2001). Ф. Денеке, Г. Хьюитт, П. Флетт, отмечая приверженность перфекционистов к порядку и организованности, сводят эти склонности к непринятию ситуаций неопределенности, которые бросают угрожающий вызов дихотомическому мышлению перфекционистов, их стремлению к порядку и склонности действовать без провалов и малейших ошибок (Deneke, 1994, Flett & Hewitt, 2002).

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Эмпирические научные исследования также подтверждают изучаемую нами взаимосвязь. Так, зарубежными учеными Kevin J. Wittenberg и John C. Norcross была исследована связь перфекционизма с уровнем толерантности к неопределенности, где была выявлена обратная связь между уровнем перфекционизма и толерантностью к неопределенности (Wittenberg & Norcross, 2001). Исследование российского психолога А. В. Пушкиной также подтверждает связь низкого уровня толерантности к неопределенности с высоким уровнем перфекционизма, проявляющиеся как следствие негативного отношения к ситуациям неопределенности (Пушкина, 2016).

Кроме того, нами выявлена положительная связь патологического перфекционизма с ситуативной и личностной тревожностью. Это может свидетельствовать о том, что чем в большей мере человеку свойственно болезненное, чрезмерное стремление к безупречности, тем в большей степени у него проявляется беспокойство и нервозность при попадании в стрессовую ситуацию, а также склонность воспринимать широкий диапазон различных ситуаций как стрессовые и угрожающие. Начиная с 80-х г. 20 века интенсивно дискутируется вопрос о связи тревожности и тревожных расстройств с перфекционизмом. Научные исследования показывают большое разнообразие механизмов и условий, при которых аспекты перфекционизма вызывают тревогу и беспокойство. Так, согласно Р. Фросту, Г. Хьюитту и П. Флетту, перфекционисты чаще сталкиваются со стрессовыми ситуациями в силу того, что они испытывают больше страданий после предполагаемых ошибок и испытывают высокий уровень межличностной чувствительности после социальных взаимодействий (Frost et al., 1997, Hewitt & Flett, 1998). Также Г. Хьюитом и П. Флеттом была установлена связь перфекционизма с тревожностью и чертами характера в ситуациях, затрагивающих эго и с множеством иррациональных страхов (Blankstein et al., 1993, Flett et al., 1994). Проведенные авторами клинические исследования подтвердили, что пациенты с тревожным расстройством имеют высокие баллы по определенным аспектам перфекционизма (Hewitt & Flett, 1991). Кроме того, согласно А. Эллису перфекционисты характеризуются высоким уровнем тревожности, поскольку их подход "все или ничего" включает в себя убеждение, что они должны быть свободны от тревоги, и это убеждение активизируется по мере того, как дискомфорт от панических ощущений становится все более очевидным (Ellis, 2002).

Помимо этого, полученные результаты исследования говорят о наличии связи между социально предписанным перфекционизмом и личностной тревожностью. Из чего можно сделать вывод, что чем больше человек убежден, что окружающие люди предъявляют к нему трудные и нереалистичные требования, тем в большей мере ему свойственна тревожность, как устойчивая характеристика его личности. Данную взаимосвязь подтверждает исследовательская работа М. М. Энтони (1998), где отмечается связь между паническими расстройствами и социально предписанным перфекционизмом. Автором данная связь объясняется фактом того, что тревожность является когнитивным фактором риска развития панического расстройства (Antony et al., 1998).

Заключение

Таким образом, в результате проведенного исследования были обнаружены взаимосвязи уровня перфекционизма с интолерантностью к неопределенности и уровнем тревожности у женщин. Так, выявлена средняя положительная корреляционная связь между «Перфекционизм, ориентированный на себя» и «Интолерантность к неопределенности», «Социально предписанный перфекционизм» и «Личностная тревожность», «Патологический перфекционизм» и «Ситуативная тревожность», а также «Личностная тревожность». Кроме того, была выявлена средняя отрицательная

корреляционная связь между шкалами «Нормальный перфекционизм» и «Личностная тревожность».

Литература

- Гаранян, Н. Г. (2009). Типологический подход к изучению перфекционизма. *Вопросы психологии*, 52–60.
- Гаранян, Н., Холмогорова, А., Юдеева, Т. (2001). Перфекционизм, депрессия и тревога, 4, 31–32.
- Гусев, А. И. (2007). Толерантность к неопределенности: проблематика исследований, 15–22.
- Ильин, Е. П. (2011). Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень, 212–234.
- Корнилова, Т. В. (2010). Новый опросник толерантности к неопределенности, 31(6), 74–86.
- Крысин, Л. П. (2008). *Толковый словарь иноязычных слов*. Эксмо.
- Петросян, К. Т. (2021). Взаимосвязь перфекционизма и тревожности у студентов. *Актуальные проблемы теории и практики психологических, психолого-педагогических, педагогических и лингводидактических исследований*, 596–600.
- Пушкина, А. В. (2016). Соотношение перфекционизма и толерантности к неопределенности. *Психология обучения*, 1, 95–101.
- Ташилина, Е. А. (2014). *Исследование прокрастинации и перфекционизма у студентов университета различных направлений подготовки*: магистерская диссертация, 79.
- Antony, M. M., Purdon, C. L., Huta, V., & Swinson, R. P. (1998). Dimensions of perfectionism across the anxiety disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 1143–1154.
- Blankstein, K. R., Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Eng, A. (1993). Dimensions of perfectionism and irrational fears: An examination with the Fear Survey Schedule. *Personality and Individual Differences*, 15, 323–328.
- Ellis, A. (2002). The role of irrational beliefs in perfectionism. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. Washington, DC: *American Psychological Association*, 217–229.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment*, 5–31.
- Frost, R. O., Trepanier, K. L., Brown, E. J., Heimberg, R. G., Juster, H. R., & Makris, G. S. (1997). Selfmonitoring of mistakes among subjects high and low in concern over mistakes. *Cognitive Therapy and Research*, 21, 209–222.
- Hewitt, P. & Flett, G. (1998). Dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 7, 21–45.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 98–101.
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94–103.
- Mclain, D. L. (1993). The Mstat-I: A New Measure of an Individual's Tolerance for Ambiguity. *Educational and Psychological Measurement*, 53(1), 183–189.
- Wittenberg, K. J., & Norcross, J. C. (2001). Practitioner perfectionism: Relationship to ambiguity tolerance and work satisfaction. *Journal of Clinical Psychology*, 57, 1543–1550.

References

- Antony, M. M., Purdon, C. L., Huta, V., & Swinson, R. P. (1998). Dimensions of perfectionism across the anxiety disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 1143–1154.
- Blankstein, K. R., Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Eng, A. (1993). Dimensions of perfectionism and irrational fears: An examination with the Fear Survey Schedule. *Personality and Individual Differences*, 15, 323–328.
- Ellis, A. (2002). The role of irrational beliefs in perfectionism. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. Washington, DC: *American Psychological Association*, 217–229.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment*, 5–31.

- Frost, R. O., Trepanier, K. L., Brown, E. J., Heimberg, R. G., Juster, H. R., & Makris, G. S. (1997). Self-monitoring of mistakes among subjects high and low in concern over mistakes. *Cognitive Therapy and Research*, 21, 209–222.
- Garanian, N. G. (2009). A typological approach to the study of perfectionism. *Questions of Psychology*, 52–60.
- Garanyan, N., Kholmogorova, A., Yudeeva, T. (2001). Perfectionism, Depression and Anxiety, 4, 31–32.
- Gusev, A. I. (2007). Tolerance to uncertainty: Problems of research, 15–22.
- Hewitt, P. & Flett, G. (1998). Dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 7, 21–45.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 98–101.
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94–103.
- Ilyin, E. P. (2011). Work and personality. Workaholism, perfectionism, laziness, 212–234.
- Kornilova, T. V. (2010). The New Uncertainty Tolerance Questionnaire, 31(6), 74–86.
- Krysin, L. P. (2008). *Explanatory dictionary of foreign words*. Eksmo.
- Mclain, D. L. (1993). The Mstat-I: A New Measure of an Individual'S Tolerance for Ambiguity. *Educational and Psychological Measurement*, 53(1), 183–189.
- Petrosyan, K. T. (2021). The relationship between perfectionism and anxiety in students. *Actual problems of theory and practice of psychological, psychological-pedagogical, pedagogical and linguodidactic research*, 596–600.
- Pushkin, A.V. (2016). The ratio of perfectionism and tolerance to uncertainty. *Psychology of Learning*, 1, 95–101.
- Tashilina, E. A. (2014). *A study of procrastination and perfectionism among university students of various fields of study: master's thesis*, 79.
- Wittenberg, K. J., & Norcross, J. C. (2001). Practitioner perfectionism: Relationship to ambiguity tolerance and work satisfaction. *Journal of Clinical Psychology*, 57, 1543–1550.

Автор

Анастасия С. Морозова – студент факультета психологии, Южный федеральный университет, ул. Б. Садовая, 105/42, 344006, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8750-3326>, e-mail: moron.tat31@gmail.com

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Научная статья

УДК 159.954.2

<https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.6>

Мечтательность как форма воображения и её связь с удовлетворённостью жизнью у молодёжи

Алина С. Рошупка

Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону, Российская Федерация

roshchupka@sfedu.ru

Аннотация

Во **Введении** представлено обоснование актуальности исследования таких явлений, как мечтательность и мечта. Кратко изложен путь теоретического исследования данных понятий, освещён взгляд на мечту с философской стороны относительно представлений о свободе/несвободе личности. Приведены данные о смешении дефиниций «мечта» и «цель», дана небольшая историческая справка по семантике слова «мечта». Автор подразумевает взаимосвязь между удовлетворённостью жизнью и склонностью к мечтательности. Новизна исследования заключается в том, что в нём рассматривается взаимосвязь мечтания с характеристикой удовлетворённости жизнью. В части **Результатов** отражены данные эмпирического анализа по авторской методике, тесту диагностики удовлетворённостью жизнью и методике диагностики субъективного благополучия. Респонденты были поделены на три группы в соответствии со склонностью к мечтательности, их средние значения по показателям методик собраны в таблицах. В **Обсуждении результатов** представлено описание и интерпретация результатов эмпирического исследования ответов респондентов трёх групп в связи с их средними показателями удовлетворённости жизнью и субъективного благополучия. Были выявлены сниженные средние показатели у группы мечтателей по сравнению с группой «реалистов» по шкалам «экономика ресурсов, энергии», «семейная жизнь», «социальные контакты», «стабильность и определённость», «материальный достаток». Впервые была зафиксирована значимая разница между общей удовлетворённостью жизнью мечтателей и респондентов с более высоким уровнем рациональности в пользу последних. В заключении ставится вопрос о причинно-следственной связи между феноменами удовлетворённости жизнью и мечтательностью. Также приводятся возможные положительные эффекты фантазирования и мечтательности: контейнирование творческих идей, побуждение к достижению цели. Среди отрицательных эффектов описываются: отчуждение от реального мира и общества, потеря мотивации, завышенные ожидания мечтающего к самому себе и окружающим.

Ключевые слова

мечта, мечтательность, грёзы наяву, фантазирование, уход в свои мысли, удовлетворённость жизнью, субъективное благополучие

Для цитирования

Рощупка, А. С. (2024). Мечтательность как форма воображения и её связь с удовлетворённостью жизнью у молодёжи. *Северо-Кавказский психологический вестник*, 22(1), 91–110. <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.6>

Scientific review

UDC 159.9

<https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.6>

Daydreaming as a Form of Imagination and its Connection with Life Satisfaction in Youth

Alina S. Roschupka

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russian Federation

roshchupka@sfedu.ru

Abstract

The **Introduction** presents the rationale for the relevance of studying such phenomena as daydreaming and dreaming. The path of theoretical research of these concepts is briefly outlined, the view of a dream from the philosophical side is highlighted in relation to the ideas of freedom/unfreedom of the individual. Data on the confusion of the definitions of "dream" and "goal" are provided, a brief historical background on the semantics of the word "dream" is given. The author implies the relationship between life satisfaction and the tendency to daydreaming. The novelty of the study lies in the fact that it examines the relationship between daydreaming and the characteristic of life satisfaction. The **Results** section reflects the data of the empirical analysis according to the author's methodology, the life satisfaction diagnostic test and the method of diagnosing subjective well-being. The respondents were divided into three groups in accordance with the tendency to daydreaming, their average values for the indicators of the methods are collected in the tables. The **Discussion** describes and interprets the results of an empirical study of the

responses of respondents in three groups in connection with their average life satisfaction and subjective well-being. Reduced average scores were found in the dreamers group compared to the realists group on the scales of "saving resources, energy", "family life", "social contacts", "stability and certainty", and "material wealth". For the first time, a significant difference was recorded between the overall life satisfaction of dreamers and respondents with a higher level of rationality in favor of the latter. The conclusion raises the question of the cause-and-effect relationship between the phenomena of life satisfaction and daydreaming. Possible positive effects of fantasizing and daydreaming are also given: containing creative ideas, motivation to achieve a goal. Negative effects include: alienation from the real world and society, loss of motivation, and inflated expectations of the dreamer for himself and others.

Keywords

daydreaming, withdrawal into one's thoughts, life satisfaction, subjective well-being

For citation

Roschupka, A. S. (2024). Daydreaming as a Form of Imagination and its Connection with Life Satisfaction in Youth. *North-Caucasian Psychological Bulletin*, 22(1), 91–110. (in Russ.). <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.6>

Введение

Процесс мечтания исключительно сложно поддаётся изучению, так как в итоге исследователи имеют дело с индивидуальным плодом фантазии личности. Эти фантазии не подвергаются предельно точной передаче с одной стороны, так как технологический прогресс всё ещё не способен предоставить инструмент, транслирующий изображения человеческого разума; и однозначно чёткому описанию - с другой стороны, так как возможности любого из языков мира ограничены настолько, что идентичное отражение единицы человеческого опыта скорее недостижимо.

Впрочем, мы всегда можем отыскать феномен мечтательности в обычной жизни. Активное фантазирование характерно для детей, однако иногда оно занимает всё свободное время у молодёжи и даже людей среднего возраста, для которых, тем не менее, лично значимо строить свою реальность: осваивать профессию, получать повышение на работе, общаться с близкими. В современности сложно не мечтать: столько материальных благ внезапно открылись человечеству, но не каждый в состоянии себя ими обеспечить. Социальные сети показывают пользователей с самой выигрышной стороны, стирая естественную «неидеальность» каждого человека. В такой общественной среде начинает зреть зависть (основание для которой – социальное сравнение), неврозы и психические отклонения (Муздыбаев, 1997). Одним из способов справиться с давлением, вызываемым завышенными общественными стандартами и ожиданиями выступает механизм погружения в грёзы.

Т. Д. Стерледева, анализируя многовековую путь исследования мечтательности, отмечает, что учёные не отводили проблеме значимую роль. Это связано с восприятием мечты как предмета, который отрешён от реальности, а потому не имеет практической реализации. Восприятие мечты в этом отношении приобрело утопический образ, из-за чего проблема не получила статус исследования первой необходимости. До сих пор нет чёткого взгляда на механизмы, побуждающие мечтания, влияние мечтаний на поведение и личность.

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Мечтательности и мечте даются разные определения в соответствии с контекстом, в котором они рассматриваются. Наиболее «общая» дефиниция мечтательности представлена так: «Процесс создания в сознании человека различного рода динамических «картин» существования и развития человека в различных бытийно-экзистенциальных ситуациях, отражающих идеальное представление данного человека о каком-либо предмете, человеке, коллективе, явлении или ситуации и т.д.» (Стерледева, 2011). Мечту определяют, как «предмет процесса мечтания, который есть «действие и состояние по значению глагола "мечтать"» (Сергеев, 2005).

Научные знания о мечтательности и мечте были массово дополнены в работах психоаналитиков XX века. В исследовании данного вопроса особенное место ожидаемо отводилось функционированию бессознательного, которое считалось источником и движущей силой мечтательности. В выступлении З. Фрейда «Creative writers and day-dreaming» от 1907 года обсуждение мечтательности начинается через призму удовольствия от игры в детском возрасте (Person, Fonagy, Figueira, 1995). Ощущение удовольствия в детстве во время игры настолько насыщенное, что во взрослой жизни от него уже практически невозможно отказаться. Общество и культура позволяют детям чудаческое и порой странное (но не девиантное) поведение. Взрослые люди осознают, что общество требует от них прагматичности, типично «взрослого» поведения, не включающего каких-либо игр и фантазий. В последствии человек заменяет удовольствие от игры на удовольствие от фантазий, но при этом испытывает стыд. Параллельно З. Фрейд обращался к феномену сновидений и сопоставлял его с фантазированием, называя фантазирование и мечтание «дневными грёзами». Он утверждал, что поведение человека, окутанного «дневными грёзами» имеет отличительные признаки: разговор с самим собой, внезапная отсутствующая улыбка, быстрая походка. З. Фрейд определял их как интимное достояние личности, содержание которого часто противоречит общественной морали. Вероятно, психоаналитик связывал сокращение фантазий личности от других с предположением об их эротических или тщеславных сюжетах. Таким образом, мечтательность является серединой точкой между неудовлетворёнными желаниями и требованиями социальной адаптации.

В XXI веке мечты начали изучать более детально. Так появилось предположение, что в основе мечтательности лежит желание свободы – сути человеческого естества. Философы и психологи разграничили свободу на внешнюю и внутреннюю: под внешней свободой понимают возможность осуществления воли человека, под внутренней свободой – возможность самоопределения и свободного мышления (Киблик, 2018; Скуратовский, Егорова, Никольская, 2017). Очевидно, что реальность предъявляет множество ограничивающих факторов, при которых личность никогда не будет полностью свободна. Альтернативное пространство мечтаний не содержит запретов, рамок и социальных правил, а главное привносит радость в существование (Стерледева, Стерледев, 2013). Так как мечты генерируются не под общественным давлением, а по желанию самого человека, можно заметить их высокую личностную значимость для индивида, которую также называют ценностным отношением. На самом деле, предметом мечты выступает любая важная для человека ценность, даже если такой ценности не существует в теоретической классификации. По большому счёту, в качестве предмета мечты может быть что угодно – событие, отношение, ощущение, объект, если они наделены ценностью. Внутренний мир личности абсолютно субъективен, поэтому даже восприятие принятых обществом ценностей: «любовь, счастье, мудрость» разнится от индивида к индивиду. Более того, в основе ценностей также могут располагаться деструктив-

ные порывы, несмотря на то, что для нас привычно возводить ценности в разряд высокого, благородного и созидającego.

Стоит ли разграничивать понятия мечты с целью? В качестве цели подразумевается образ предвосхищаемого результата, то есть цель как конечный элемент деятельности структуры имеет в последствии достижимый характер (Асмолов, 2007). Можно встретить почти идентичное определение и для мечты: «Форма воображения, связанная с предвосхищением будущего результата деятельности» (Рубинштейн, 2002). Во многих случаях мечта содержит желания, которые человек не в состоянии воплотить в реальности из-за пространственно-временных, физических и социальных причин. К примеру, некоторые мечты включают магическую составляющую: «вот бы есть и не толстеть»; «как бы я хотел вернуться в прошлое и всё исправить»; «было бы здорово за одну секунду переместиться в другую страну». Магический элемент, способствующий удовлетворению мечт, получил выражение также и в архитипических образах сказок различных народов: «волшебная палочка», «летучий корабль», «сапоги-скороходы» (Порядин, 2008). Динамика научно-технического прогресса обеспечила осуществление многочисленных мечтаний наших предшественников, что не исключает похожей тенденции в далёком грядущем. Сейчас это сложно вообразить, но, возможно, однажды человечество столкнётся с дефицитом глобальных мечтаний, так как все невероятные технические идеи будут доступны в одно мгновение. Тогда стоит вести речь о бытовом уровне желаний, подвластных достижению, и полагать, что мечтания утратят свой статус и переформируются в цели. В теоретических обзорах по направлению семантики русского языка уже сейчас отмечают скрещивание данных понятий (Бунчук, 2019). Так, укоренившееся значение мечты как нечто невозможного, нереализуемого, нереального приобретает новое описание на рубеже XX-XXI веков. Мечта становится предметом стремлений и «переходит» в плоскость реального мира, что делает её исполнение доступным. Эти изменения отразились и в языковой культуре: мы повсеместно слышим выражение «Мечты сбываются», абсурдное по своему смыслу, если наделять концепт мечты оттенком неосуществимого желания. Употребление похожих выражений в современности обосновано размыванием границ между дефинициями «мечта» и «цель», но цель эта не является посредственной или обыденной, скорее наоборот – идеальной и масштабной. Данное понимание мечты открывает новую точку зрения на мотивационное поле личности.

В данном исследовании мы постарались изучить процесс фантазирования у людей, которые замечают в себе постоянную тягу к мечтаниям. Мы рассматриваем фантазийный мир личности как плоскость, существующую параллельно с плоскостью реального (материального) мира. Пребывание человека одновременно в этих двух плоскостях вряд ли является возможным. Тогда становится значимым изучить, как человек выбирает один из этих миров для существования в нём в конкретный промежуток времени. Возможно, проблема заключается в неудовлетворённости материальной реальностью, когда погружение в грёзы выполняет функцию бегства от реального мира и принимает форму эскапизма. С другой стороны, возможно смелое допущение о том, что фантазирование является не последствием, а причиной усугубления удовлетворённости жизнью. В любом случае, нами предполагается вероятная взаимосвязь между мечтательностью и удовлетворённостью личности своей жизни.

Методы

Методики

Методический инструментальный представленного исследования состоит из трёх методик. Первая методика направлена на исследование степени мечтательности респондентов, вторая и заключительная методики отвечают цели изучить представления участников о собственном жизненном благополучии.

1. Анкета-опросник склонности к мечтательности. Методика была разработана специально для исследовательской работы. Она состоит из 23 вопросов закрытого типа, в большинстве вопросов респондентам предлагается оценить степень своего согласия с информацией о мечтательности от 1 до 10, где цифра 1 – это «никогда», а цифра 10 – «постоянно». В данную методику были добавлены восемь положений из научной работы под названием «Дезадаптивная мечтательность: предлагаемые диагностические критерии и их оценка с помощью структурированного клинического интервью» (Somer, 2002). Заключительные 22 и 23 пункты представляют собой вопросы о содержании грёз и механизме протекания мечтательности. Таким образом, участникам предлагается множественно выбрать самые актуальные темы, присутствующие обычно в их мечтах, и указать на форму мечты, избираемую бессознательным (в виде запахов, звуков, картинки/видео/фильма или внутреннего диалога с самим собой).

2. Тест диагностики удовлетворённости жизнью (ТДУЖ) (Белоусова, 2010). Данная методика составлена А. Б. Белоусовой с опорой на фундамент в виде концепции Р.Х. Шакурова, заключающей постулаты о том, что человеческое существо стремится к качественному улучшению собственного существования путём надления ценностью жизнь и деятельность. Предложенный тест состоит более чем из сорока вопросов, в методике респондентам предлагается оценить степень своего согласия с утверждениями о разных сферах жизненного пути. В результате прохождения теста удовлетворённости жизнью данные респондентов размещаются в виде шкал, которые отображают такие переменные, как социальные контакты, стабильность и определённость, семейная жизнь, экономия ресурсов и энергии, и тому подобное. В числе особо значимых результатов также представлена шкала общей удовлетворённости жизнью.

3. Методика диагностики субъективного благополучия. Финальной методикой в исследовании связи мечтательности и удовлетворённости жизнью выступает методика, разработанная доктором психологических наук, профессором Р.М. Шамионовым и кандидатом педагогических наук, доцентом Т.В. Бесковой (Шамионов, Бескова, 2018). Тест содержит 34 утверждения, степень согласия с которыми может варьироваться от «полностью не согласен» до «полностью согласен». Так как феномен благополучия является крайне субъективным конструктом, авторы предложили ряд вопросов, которые могли бы предполагать понимание удовлетворённости жизнью и благополучия в наиболее распространённом или общем смысле. О субъективном благополучии можно судить исходя из 6 шкал: «субъективное благополучие» (общий уровень), «эмоциональное», «экзистенциально-деятельностное» (прилагаемые усилия для достижения состояния благополучия, событийно-смысловая насыщенность), «эго-благополучие» (удовлетворённость собой), «гедонистическое» (уровень удовлетворения базовых потребностей) и «социально-нормативное» (соответствие социальным ожиданиям и нормам).

Выборка

Нами были опрошены молодые люди, средний возраст которых составил 21 год ($n=130$). В выборку вошли 111 женщин (85,38% от всей выборки) и 19 мужчин (14,62%), минимальный порог возраста которых – 17 лет, максимальный – 35 лет. Род деятельности респондентов не имел значения, так как мы предполагаем, что мечтательность – это общее качество для людей любых профессий и типа занятости. Участники проходили исследование добровольно и анонимно. Эмпирические данные были собраны при использовании платформ Google-Forms.

Результаты

Нами была разработана шкала мечтательности, которая складывалась из результатов ответов на вопросы №1-№20 авторского опросника мечтательности. Таким образом, максимально возможным баллом по шкале является значение 200. Далее респонденты были распределены в три группы: «реалисты» (от 0 до 66 баллов по шкале), «респонденты со средней склонностью к мечтательности» (от 67 до 133 баллов) и мечтатели (от 134 до 200 баллов).

В группу «реалистов» вошли 23 человека, группу респондентов, со средней склонностью к мечтательности составили 87 человек, а группу мечтателей – 20 респондентов.

Таблица 1

Распределение респондентов трёх групп по половой принадлежности

Группа по отношению к мечтательности	Пол	
	Женщины	Мужчины
«Реалисты»	91,30%	8,70%
Респонденты со средней склонностью к мечтательности	87,5%	12,5%
Мечтатели	80%	20%

Согласно данным Таблицы 1, больше всего женщин замечено среди реалистов, процент женщин среди респондентов со средней склонностью к мечтательности тоже достаточно высок (табл. 1). Несмотря на укрепившийся стереотип о прагматичности и рациональности мужского пола, в нашем исследовании большинство мужчин принадлежат к группе мечтателей.

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Таблица 2

Показатели средней удовлетворённости жизнью по группам (тест диагностики удовлетворённости жизнью (ТДУЖ))

Группа по отношению к мечтательности	Средняя удовлетворённость жизнью
«Реалисты»	205,22
Респонденты со средней склонностью к мечтательности	195,72
Мечтатели	184,06

Самыми значимыми для исследования являются показатели из Таблицы 2 (табл. 2). В первых двух группах визуализируется разрыв примерно в 10 баллов от предыдущей группы. Антонимичные группы – «реалисты» и мечтатели имеют разницу ~21 балл, следовательно, средняя удовлетворённость «реалистов» гораздо выше, чем у мечтателей. Средняя удовлетворённость по всем группам относится к уровню удовлетворённости выше среднего по шкале. По нашим предположениям, такая «пропасть» между мечтателями и «реалистами» обусловлена разочарованием мечтателей в реальном мире, предъявлением завышенных (идеальных) требований, которым субъекты окружающего мира просто не в силах соответствовать. Рассмотрим подробнее каждый из критериев (табл. 3).

Таблица 3

Средние показатели трёх групп по шкалам теста диагностики удовлетворённости жизнью (ТДУЖ)

Шкалы методики	Группа по отношению к мечтательности	Средний балл по шкалам
	«Реалисты»	48,43
Экономия ресурсов, энергии	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	44,63
	Мечтатели	39,82

Шкалы методики	Группа по отношению к мечтательности	Средний балл по шкалам
	«Реалисты»	50,61
Динамичность и разнообразие	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	50,89
	Мечтатели	51,71
Ценностное восхождение	«Реалисты»	54,74
	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	52,86
	Мечтатели	50,18
Стабильность и определённости	«Реалисты»	52,26
	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	47,78
	Мечтатели	42,35
Профессиональная сфера	«Реалисты»	18,48
	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	19,48
	Мечтатели	18,88

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Шкалы методики	Группа по отношению к мечтательности	Средний балл по шкалам
Образование, обучение	«Реалисты»	20,26
	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	18,70
	Мечтатели	19,29
	«Реалисты»	21,17
Семейная жизнь	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	19,52
	Мечтатели	14,65
	«Реалисты»	21,91
Дружеские отношения	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	20,84
	Мечтатели	18,71

Шкалы методики	Группа по отношению к мечтательности	Средний балл по шкалам
	«Реалисты»	18,09
Отдых, увлечения	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	17,39
	Мечтатели	18,24
	«Реалисты»	18,70
Социальные контакты	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	18,39
	Мечтатели	16,65
	«Реалисты»	16,78
Материальный достаток	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	16,48
	Мечтатели	13,65
	«Реалисты»	17,96
Саморазвитие	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	17,86
	Мечтатели	17,76

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Шкалы методики	Группа по отношению к мечтательности	Средний балл по шкалам
Достижения	«Реалисты»	16,96
	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	17,23
	Мечтатели	15,00
Здоровье	«Реалисты»	16,96
	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	16,06
	Мечтатели	15,59

Из всех 14 шкал «реалисты» демонстрируют более высокую удовлетворённость, чем у других групп, в показателях 10 шкал. Мечтатели выражают самую низкую удовлетворённость из всех групп с большим или умеренным разрывом от остальных по шкалам «экономия ресурсов, энергии», «стабильность и определённости», «семейная жизнь», «дружеские отношения», «социальные контакты» и «материальный достаток». Лишь по критериям «отдых, развлечения», «динамичность и разнообразие» средние показатели удовлетворённости мечтателей незначительно выше, чем у оппонентов.

Таблица 4

Показатели среднего субъективного благополучия по группам

Группа по отношению к мечтательности	Среднее субъективное благополучие по группам
«Реалисты»	3,75
Респонденты со средней склонностью к мечтательности	3,64
Мечтатели	3,39

По показателю «среднее субъективное благополучие по группам» в Таблице 4 не заметны какие-либо значимые различия по баллам (табл. 4). Обратимся к другим шкалам методики в Таблице 5 для определения возможной разницы между группами (табл. 5).

Таблица 5

Средние показатели трёх групп по шкалам методики диагностики субъективного благополучия

Шкалы методики	Группа по отношению к мечтательности	Средний балл по шкалам
Эмоциональное благополучие	«Реалисты»	3,82
	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	3,71
	Мечтатели	3,28
Экзистенциальное благополучие	«Реалисты»	3,73
	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	3,69
	Мечтатели	3,63
Эго-благополучие	«Реалисты»	3,51
	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	3,38
	Мечтатели	3,22

Шкалы методики	Группа по отношению к мечтательности	Средний балл по шкалам
Гедонистическое благополучие	«Реалисты»	3,45
	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	3,14
	Мечтатели	2,76
Социально-нормативное благополучие	«Реалисты»	4,11
	Респонденты со средней склонностью к мечтательности	4,06
	Мечтатели	3,76

Мечтатели испытывают видимую меньшую удовлетворённость гедонистическим благополучием, чем респонденты со средней склонностью к мечтательности и «реалисты». Группа «реалистов» снова демонстрирует самые высокие средние показатели по всем критериям, группа мечтателей – самые низкие. Можно также акцентировать внимание на разрыве в 0,6 баллов между мечтателями и «реалистами» и разрыве в 0,43 балла между «мечтателями» и респондентами со средней склонностью к мечтательности по шкале «эмоциональное благополучие».

Обсуждение результатов

Нам удалось обнаружить значимую неудовлетворённость мечтателей по сравнению с другими исследуемыми группами. Из результатов двух методик, касающихся удовлетворённости жизнью и субъективного благополучия, видно, что в среднем самыми удовлетворёнными практически во всех областях жизни респондентами выступают «реалисты» (респонденты, которые набрали меньше 67 баллов из 200 по шкале мечтательности). Участники со средней склонностью к мечтательности в большинстве случаев демонстрировали среднюю удовлетворённость на контрасте с оппонентами.

Таким образом, можно сделать несколько выводов о роли мечтательности в удовлетворённости жизнью. Мечтатели часто переживают ощущение нестабильности (среднее значение – 45,32 балла), что может быть вызвано огромной разницей между реальным миром и миром мечты и фантазий, и постоянным переключением между данными мирами, которое может служить причиной раздражения и разочарования. Материальный достаток также меньше удовлетворяет мечтателей (13,65 балла) по сравнению с представителями других групп. Возможно, это связано с одним из проявлений мечтательности – «уходом в свои мысли», когда человек теряет концентрацию внимания на актуальной (трудовой) деятельности из-за потока эндогенерируемых мыслей. К нашему удивлению, мечтатели меньше всех остальных удовлетворены

семейной сферой своей жизни (14,65 балла), следовательно, выявляется взаимосвязь между частым фантазированием и трудностями в семейных отношениях. Исходя из показателей по шкале «отдых, увлечения» (средний балл мечтателей – 18,24), мы можем сказать, что мечтательность в данном контексте является скорее положительным, чем деструктивным качеством. В этом смысле мечтательность контейнирует творческие идеи, способствует комфорту и рекреации человека. На шкале «динамичность, разнообразие» можно также отметить позитивные стороны мечтательности (средний балл мечтателей – 51,71). Погружение в фантазии даёт возможность переместиться в параллельные вселенные, исполнить любое желание, придумать то, что не существует – это вносит в жизнь мечтателя радость и многоцветность.

Заключение

Как уже было указано, последствия мечтательности разнообразны. К положительным эффектам относится творческое побуждение, стремление к достижению предмета мечты (мечта-цель). С другой стороны, мечтания могут занимать большую часть жизни (до 50% времени бодрствования) и смещать фокус внимания индивида с существования в реальном мире на существование в идеальном (Killingsworth, Gilbert, 2010). Они также могут отрицательно влиять на мотивацию личности («зачем что-то делать, если этого всё равно не достичь») и функционирование человека в социальной среде. Негативные эффекты проявляются также и в том, что человек предъявляет себе, миру и окружающим нереалистичные требования, что в последствии приводит к разочарованию, подавленности, депрессии.

Ответить на вопрос, детерминирует ли мечтательность неудовлетворённость жизнью или наоборот, неудовлетворённость жизнью вызывает мечтательность, нелегко. Однако мы смогли определить взаимозависимость данных характеристик, подтвердив гипотезу о том, что мечтатели в целом менее удовлетворены своей жизнью по сравнению с людьми, характеризующимися большей рациональностью.

Литература

- Асмолов, А. Г. (2007). *Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности "Психология"*. Москва: Смысл
- Белоусова, А. Б. (2010). Тест диагностики удовлетворённости жизнью. *Альманах современной науки и образования*, 34(3), 131–138
- Бунчук, Т. Н. (2019). Семантическое развитие слова мечта в истории русского языка: от наваждения до цели. *Русский язык на перекрёстке эпох: традиции и инновации в русистике: сборник научных статей по материалам IV Международной научно-практической конференции*, 1, 166–171
- Киблик, О. Н. (2018). Мечта и свобода: функции мечты в контексте понятия о свободе человека. *KANT*, 2, 193–196
- Муздыбаев, К. (1997) Психология зависти. *Методологические и теоретические проблемы психологии*, 18(6), 3–12
- Порядин, И. А. (2008). Мечта. Какая она бывает? (результат социологического исследования). *Вестник Челябинского государственного университета*, 33, 162–173
- Рубинштейн, С. Л. (2002). *Основы общей психологии*. Санкт-Петербург: Питер
- Сергеев, С. А. (2005). *Особенности объективации концепта мечта в русской языковой картине мира*. Кемерово
- Скуратовский, С. М., Егорова, Т. Е. & Никольская, А. А (2017). К вопросу определения понятия "внутренняя свобода человека" в рамках категориального аппарата психологии. *Успехи современной науки и образования*, 6(3), 167–170

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

- Стерледева, Т. Д. & Стерледев, Р. К. (2013). «Мечта как сущностное свойство человека». *Теория и практика общественного развития*, 6, 18–21
- Стерледева, Т. Д. (2011). Мечта в аспекте бытийной «пластичности» мира и человека. *Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики*, 8(14), 194–197
- Шамионов, Р. М. & Бескова, Т. В. (2018). Методика диагностики субъективного благополучия личности. *Психологические исследования*, 11(60), 1–8
- Killingsworth, M. A. & Gilbert, D. T. (2010). A wandering mind is an unhappy mind. *Science*, 330, 932. <https://doi.org/10.1126/science.1192439>
- Person, E. S., Fonagy, P. & Figueira, S. A. (1995). On Freud's Creative Writers and Day-dreaming (The *International Psychoanalytical Association Contemporary Freud Turning Points and Critical Issues Series*). Yale University Press.
- Somer, E. (2002) Maladaptive daydreaming: A qualitative inquiry. *J Contemp Psychother*, 32, 197–212. <http://doi.org/10.1023/A:1020597026919>

References

- Asmolov, A. G. (2007). *Psychology of personality: cultural and historical understanding of human development: a textbook for students of higher educational institutions studying in the specialty "Psychology"*. Moscow: Smysl
- Belousova, A. B. (2010). Life satisfaction diagnostic test. *Almanac of modern science and education*, 34(3), 131–138
- Bunchuk, T. N. (2019). Semantic development of the word dream in the history of the Russian language: from obsession to goal. *Russian language at the crossroads of eras: traditions and innovations in Russian studies: a collection of scientific articles based on the materials of the IV International scientific and practical conference*, 1, 166–171
- Kiblik, O. N. (2018). Dream and freedom: functions of a dream in the context of the concept of human freedom. *KANT*, 2, 193–196
- Killingsworth, M. A. & Gilbert, D. T. (2010). A wandering mind is an unhappy mind. *Science*, 330, 932. <https://doi.org/10.1126/science.1192439>
- Muzdybaev, K. (1997) Psychology of envy. *Methodological and Theoretical Problems of Psychology*, 18(6), 3–12
- Person, E. S., Fonagy, P. & Figueira, S. A. (1995). On Freud's Creative Writers and Day-dreaming (The *International Psychoanalytical Association Contemporary Freud Turning Points and Critical Issues Series*). Yale University Press.
- Poryadin, I. A. (2008). Dream. What Kinds of It Are There? (Results of a Sociological Study). *Bulletin of Chelyabinsk State University*, 33, 162–173
- Rubinstein, S. L. (2002). *Fundamentals of General Psychology*. St. Petersburg: Piter
- Sergeev, S. A. (2005). *Features of the Objectification of the Concept of Dream in the Russian Language Picture of the World*. Kemerovo
- Shamionov, R. M. & Beskova, T. V. (2018). Methodology for Diagnosing Subjective Well-Being of an Individual. *Psychological Research*, 11(60), 1–8
- Skuratovsky, S. M., Egorov, T. E. & Nikolskaya, A. A. (2017). On the Definition of the Concept of "Inner Freedom of a Person" within the Framework of the Categorical Apparatus of Psychology. *Advances in Modern Science and Education*, 6(3), 167–170
- Somer, E. (2002) Maladaptive daydreaming: A qualitative inquiry. *J Contemp Psychother*, 32, 197–212. <http://doi.org/10.1023/A:1020597026919>
- Sterledeva, T. D. & Sterledeva, R. K. (2013). Dream as an Essential Property of Man. *Theory and Practice of Social Development*, 6, 18–21
- Sterledeva, T. D. (2011). Dream in the Aspect of the Existential "Plasticity" of the World and Man. *Historical, Philosophical, Political and Legal Sciences, Cultural Studies and Art Criticism. Theory and Practice Issues*, 8(14), 194–197

Приложение 1

Можете ли Вы назвать себя человеком, который часто мечтает?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я совсем не мечтатель", а 10 - "я мечтаю практически всегда").

Вы строите ожидания, а затем разочаровываетесь из раза в раз?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я никогда не строю ожидания", а 10 - "я строю ожидания практически всегда").

Вы фантазируете так ярко и глубоко, что забываете обо всём вокруг?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я никогда не фантазирую так, что забываю обо всём вокруг", а 10 - "я постоянно фантазирую так, что забываю обо всём вокруг").

Вы расстраиваетесь, когда сталкиваетесь с реальностью, ведь в вашей голове был совершенно идеальный мир?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я не расстраиваюсь, когда сталкиваюсь с реальностью", а 10 - "я постоянно расстраиваюсь, когда сталкиваюсь с реальностью").

Доводилось ли Вам попадать в неловкие или опасные ситуации из-за своей мечтательности?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я никогда не попадал в неловкие или опасные ситуации из-за своей мечтательности", а 10 - "я постоянно попадаю в неловкие или опасные ситуации из-за своей мечтательности").

Вы чаще остальных слышите в свой адрес фразу: "Будь реалистом"?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я никогда не слышу эту фразу в свой адрес", а 10 - "я постоянно слышу эту фразу в свой адрес").

Для Вас свойственно уходить мыслями как будто в другой мир?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я никогда не уйду мыслями как будто в другой мир", а 10 - "я постоянно уйду мыслями как будто в другой мир").

Бывало ли такое, что Вы представляли себя персонажем фильма и видели этот фильм от первого лица?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я никогда не представлял себя персонажем фильма и не видел

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

этот фильм от первого лица", а 10 - "я постоянно представляю себя персонажем фильма и вижу этот фильм от первого лица").

Раздражаетесь ли Вы, когда Вам не удаётся помечтать, когда кто-либо отвлекает вас от фантазирования?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я никогда не раздражаюсь, когда кто-то отвлекает меня от мечтания", а 10 - "я постоянно раздражаюсь, когда кто-то отвлекает меня от мечтания").

Предпринимали ли Вы безуспешные попытки контролировать, сократить или прекратить навязчивые грёзы?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я не пытался контролировать, сократить или прекратить навязчивые грёзы", а 10 - "я постоянно предпринимаю неудачные попытки контролировать, сократить или прекратить навязчивые грёзы").

Ваше фантазирование вызывается, усиливается или поддерживается под воздействием повторяющихся движений (например шагания, раскачивания или повторяющиеся движения рук)?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "мои фантазии никогда не вызывались, не усиливались и не поддерживались под воздействием повторяющихся движений", а 10 - "мои фантазии постоянно вызываются, усиливаются и поддерживаются под воздействием повторяющихся движений").

Ваши фантазии вызываются, поддерживаются или усиливаются под воздействием музыки?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "у меня нет таких фантазий, которые вызывались бы музыкой", а 10 - "мои фантазии постоянно вызываются или усиливаются под воздействием музыки").

Вы прибегаете к мечтанию, когда расстроены или скучаете?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я никогда не прибегаю к мечтаниям, когда расстроен или скучаю", а 10 - "я постоянно прибегаю к мечтаниям, когда я расстроен/а или скучаю").

Вы предпочитаете мечты повседневным делам, общественной, учебной или профессиональной деятельности?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я никогда не предпочитаю мечты повседневным делам и другой деятельности", а 10 - "я постоянно предпочитаю мечты повседневным делам и другой деятельности").

Когда Вы слушаете музыку, представляете ли Вы себя персонажем музыкального клипа, который мог бы быть снят на эту песню?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я никогда не представляю себя персонажем музыкального клипа, когда слушаю музыку", а 10 - "я постоянно представляю себя персонажем музыкального клипа, когда слушаю музыку").

Вы начинаете мечтать больше, когда остаётесь наедине с собой?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я не мечтаю больше, когда остаюсь наедине с собой", а 10 - "я постоянно начинаю мечтать больше, когда остаюсь наедине с собой").

Любите ли Вы представлять, как вы выглядите со стороны, когда занимаетесь делом, которое Вам нравится?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "я никогда не представлял себя со стороны, когда занимаюсь делом, которое люблю", а 10 - "я постоянно представляю себя со стороны, когда занимаюсь делом, которое люблю").

Люди говорят, что Вы "летаете в облаках"?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "люди никогда не говорили мне, что я летаю в облаках", а 10 - "я постоянно слышу, как люди говорят мне, что я летаю в облаках").

Реальность, окружающая Вас, кажется Вам неинтересной?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "реальность, окружающая меня, никогда не кажется мне неинтересной", а 10 - "реальность, окружающая меня, кажется мне абсолютно неинтересной").

Свойственно ли Вам находить романтику в опасных или неодобряемых обществом вещах?

(Оцените, насколько данная характеристика свойственна Вам, используя цифру от 1 до 10, где 1 - это "мне не свойственно находить романтику в опасных или неодобряемых вещах", а 10 - "опасные и неодобряемые обществом вещи всегда кажутся мне романтическими").

На Ваш взгляд, мечтательность делает жизнь людей насыщеннее и радостнее или наоборот, скорее вредит?

(Выразите своё отношение, выбрав цифру от 1 до 10, где 1 - это "мне кажется, мечтательность абсолютно всегда вредит", а 10 - "мне кажется, мечтательность делает жизнь людей насыщеннее").

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Выберите три темы из предложенных, на которые вы мечтаете чаще всего
!ЕСЛИ ВЫ НЕ СЧИТАЕТЕ СЕБЯ МЕЧТАТЕЛЕМ, ПОЖАЛУЙСТА, ПРОПУСТИТЕ ЭТОТ ВОПРОС!

- Гармонизация личной жизни
 - Добрые и тёплые отношения с родственниками
 - Удача, сопутствующая во многих делах
 - Возможность изменить события в собственном прошлом
 - Изменение внешних данных лёгким и быстрым путём (быстрое похудение, увеличение роста, изменение формы носа и т.п.)
 - Улучшение экологической ситуации в мире
 - Улучшение жилищных (бытовых) условий
 - Возможность быстро овладеть тем или иным навыком (выучить язык, сесть на шпагат, научиться рисовать и т.п.)
 - Обретение желаемых качеств как личности
 - Улучшение здоровья и самочувствия
 - Реализация творческого потенциала
 - Расширенные социальные связи
 - Разрешение политических споров
 - Возможность путешествовать без ограничений
 - Повышенный уровень достатка (материальное благополучие)
 - Известность, слава
23. Ваши фантазии чаще всего являются:
- Образами, картинками, видео, фильмом
 - Запахами и ароматами
 - Внутренним диалогом (разговор с самим собой)
 - Звуками, музыкой

Автор

Алина С. Рощупка – студент факультета психологии, Южный федеральный университет, ул. Б. Садовая, 105/42, 344006, e-mail: roshchupka@fedu.ru

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Научная статья

УДК 159.99

<https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.7>

Влияние гиперопеки и директивного стиля воспитания на показатели автономности и субъектности взрослого человека

Екатерина И. Седун*, Екатерина А. Степанюк

Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону, Россия

*E-mail: sedun@sfedu.ru

Аннотация

В разделе «**Введение**» автор раскрывает понятия «гиперопека», «директивный стиль воспитания», а также «субъективность» и «автономность», объясняя их проявления в более зрелом возрасте. Тема является актуальной, потому что в настоящее время возросло количество людей, заметивших влияние гиперопекающих и директивного стиля воспитания на себе уже в более зрелом возрасте. Многие, покинув дом и начав самостоятельную жизнь, начинают чувствовать себя как будто попали в совершенно другой мир. Сталкиваются с трудностями и проблемами, которых раньше не замечали. Индивид, привыкший к гиперопеки и директивному стилю воспитания, просто не может существовать комфортно, он становится узником тех условий, в которых рос и вырос. Новизна исследования заключается в том, что оно может помочь разработать рекомендации для родителей и педагогов по повышению автономности и субъектности детей; найти способы избежания негативного влияния гиперопеки и директивного стиля воспитания и выявить факторы для воспитания здоровой автономности и субъектности у взрослых людей. Полученные результаты и выводы исследования могут быть полезными для родителей и педагогов, помогая им лучше понять, какие подходы к воспитанию способствуют развитию автономности и субъектности у человека, в этом и заключается практическая значимость нашего исследования. **Цель исследования:** выявить как гиперопека и директивный стиль воспитания влияют на показатели автономности и субъективности взрослого человека. В разделе «**Методы**» описаны примененные методики: опросник «Подростки о родителях», психометрическая методика «Онтологическая уверенность», опросник «Суверенность психологического пространства». В разделе «**Результаты**» авторы анализируют данные о влиянии гиперопеки и директивного стиля воспитания на

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

характер детско-родительских отношений, на суверенность психологического пространства и сохранность личностных границ. Раздел «Обсуждение результатов» содержит в себе раскрытие последствий влияния гиперопеки и директивного стиля воспитания на показатели автономности и субъективности взрослого человека.

Ключевые слова

гиперопека, директивный стиль воспитания, автономность, субъектность, развитие личности, семейные отношения

Для цитирования

Седун, Е. И., Степанюк Е. А. (2024). Влияние гиперопеки и директивного стиля воспитания на показатели автономности и субъективности взрослого человека. *Северо-Кавказский психологический вестник*, 22(1), 111–119. <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.7>

Scientific review

UDC 159.9

<https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.7>

The Influence of Hyper Protection and Directive Parenting Style on the Indicators of Adult Autonomy and Subjectivity

Ekaterina I. Sedun*, Ekaterina A. Stepanyuk

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russia

*E-mail: sedun@sfedu.ru

Absract

In the **Introduction** section, the author reveals the concepts of "hyper protection", "directive parenting style", as well as "subjectivity" and "autonomy", explaining their manifestations at a more mature age. The topic is relevant because the number of people who have noticed the influence of overprotective and destructive parenting styles on themselves at a more mature age has increased. Many people, after leaving home and starting an independent life, begin to feel as if they have entered a completely different world. They face difficulties and problems that they did not notice before. An individual who

is accustomed to hyper protection and a directive parenting style simply cannot exist comfortably, he becomes a prisoner of the conditions in which he grew up and grew up. The novelty of the study lies in the fact that it can help develop recommendations for parents and teachers to increase the autonomy and subjectivity of children; find ways to avoid the negative impact of overprotection and directive parenting style and identify factors for fostering healthy autonomy and subjectivity in adults. The obtained results and conclusions of the study can be useful for parents and teachers, helping them to better understand which approaches to education contribute to the development of autonomy and subjectivity in humans, this is the practical significance of our research. The purpose of the study is to identify how hyper protection and a directive parenting style affect the indicators of autonomy and subjectivity of an adult. In the **methods** section, we have described the following methods: the questionnaire "Teenagers about parents (POR)", psychometric methodology "Ontological confidence", OU (PM), questionnaire "Sovereignty of the psychological space" (SPP). In the **Results** section, the author analyzes data on the influence of overprotection and the directive parenting style affects the nature of child-parent relations, the sovereignty of psychological space and the preservation of personal boundaries. The section **Discussion** contains the disclosure of the consequences of the influence of overprotection and directive parenting style on the indicators of autonomy and subjectivity of an adult.

Keywords

hyper protection, directive parenting style, autonomy, subjectivity, personality development, family relations

For citation

Sedun, E. I., Stepanyuk, E. A. (2024). The Influence of Hyper Protection and Directive Parenting Style on the Indicators of Adult Autonomy and Subjectivity. *North-Caucasian Psychological Bulletin*, 22(1), 111–119. (in Russ.). <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.7>

Введение

Понятие и исследования гиперопеки и директивного стиля воспитания

Для начала следует разобраться с определением "гиперопека" и "директивный стиль воспитания", а далее перейти к видам каждого определения и признакам. Гиперопека — это личностный стиль родительского воспитания, который характеризуется чрезмерным контролем и защитой со стороны родителей. Этот стиль может привести к излишней зависимости ребенка от родителей и затруднить развитие его самостоятельности (Мазнер, 2025). Когда мы разобрались с "гиперопекой" можно раскрыть другое, неразрывно связанное с ней понятие, а именно "директивный стиль воспитания". Директивный стиль воспитания — это подход к воспитанию, при котором родители устанавливают жесткие правила и требования, не оставляя места для свободного самовыражения и развития личности ребенка (Иванова, 2010).

Разобравшись с определением, можно перейти к видам гиперопеки, специалисты выделяют:

1. Снисходительную гиперопеку, которая представляет собой положение ребенка в семье как центрального звена, родители стремятся удовлетворить все

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

потребности своего чадо и уберечь от плохого влияния, жизненных трудностей. Взрослые выполняют всю повседневную работу за ребенка, стремясь облегчить ее и привнести больше комфорта, но они не задумываются о том, что его ждет, когда он переступит порог родительского дома. Когда такой ребенок поступает в школу, он не может наладить контакты с ровесниками, ему сложно выполнять требования учителя, тяжело учиться.

2. Доминирующую гиперопеку, которая представляет собой детоцентризм, в этом случае самостоятельность ребенка утрачивается в силу множества запретов и ограничений. Такой стиль воспитания свойственен авторитарным родителям, которые считают ребенка не отдельной личностью, а собственностью. Такие женщины с успехом выполняют роль любящей матери, пока ребенок маленький и целиком от них зависит. Однако в дальнейшем власть взрослого уменьшается, утрачивается его авторитет (Тупикова, Шаманова, 2013).

Проявление гиперопеки и директивного стиля в воспитании

К основным проявлениям гиперопеки и директивного стиля воспитания можно отнести:

1. Перманентное внимание к ребенку
2. Желание избежать любого потенциального вреда для него
3. Постоянная попытка контролировать все действия ребенка
4. Требование подчинения и выполнения инструкций без возможности самостоятельности
5. Привязка ребенка к эмоциям и настроению родителей
6. Желание лишить ребенка возможности самостоятельно решать проблемы
7. Навязчивое желание помочь при выполнении заданий, иногда даже делая это за него (Тупикова, Шаманова, 2013).

Психологические представления об автономности и субъектности

Мы разобрали, что представляет собой гиперопека и директивный стиль воспитания, и дабы проследить их влияние на показатели автономности и субъективности, надо разобрать, что представляют собой эти понятия. Термин "автономность" представляет собой качество личности, характеризующее её стремление к самоактуализации, саморегуляции и самодетерминации, раскрытию способностей к самостоятельной деятельности, принятию решений и независимости (Гиппенрейтер, 2001). Такие признаки как независимость, умение управлять собой являются первичными, но не стоит забывать и о способности к самоанализу, самоконтролю, саморегуляции и необходимой для конкретного момента внутренней организации. Таким образом, зачем нужна автономность? Что отличает автономную личность? В первую очередь это самореализация человека в современном обществе, выработка системы ценностей, которые задают план действий, показывают отношение человека к миру, обществу и самому себе (Ильин, 2008).

Далее следует раскрыть понятие "субъективность". Согласно психологического словарю: «Субъектность человека проявляется в его витальности, деятельности, общении, самосознании» (Конопкин, 1994). Субъективность - это свойство индивида, позволяющее ему быть творцом собственных действий, не зависеть от кого-либо, это возможно при наличии самосознания, понимания себя, мира и своего места в нем.

Воздействие гиперопеки и директивного стиля воспитания на характеристики автономности и субъектности во взрослом возрасте

Последствия родительской гиперопеки и директивного стиля воспитания могут быть очень плачевными. Ребенок не может самостоятельно разобраться с жизненными трудностями или хотя бы адекватно оценить их, выстроить план действий (Волкова, Петрова, 2020). Появляется условная-рефлекторная реакция "выученной беспомощности", где ребенок будет ждать помощи и поддержки извне, в основном от взрослых, он будет уверен в том, что события никак от него не зависят. Возможные ростки инициативы гибнут, а вместе с ними способность к обучаемости, в повседневном развитии (Ильин, 2008).

Если говорить о чертах, присущих ребенку с гиперопекой и директивным стилем воспитания, то тут возможно несколько исходов: либо абсолютно беспомощный, безвольный, безответственный, неуверенный в себе и безынициативный, либо, наоборот, агрессивный и своенравный эгоист. (Гилинский, 2007). Но и в том, и в другом случае получается инфантильная и психологически неразвитая личность (Золотухина, 2021). Часто такой ребенок умеет очень хорошо врать, так как невозможно существовать в мире постоянных запретов и правил. Но самое страшное - это столкновение с реальностью, когда ребенок выпадает из родительского гнезда, и он должен иметь силу воли, инициативность, ответственность, то есть все те качества, которые, к сожалению, отобрали у него родители (Тупикова, Шаманова, 2013).

Методы

Мы использовали три психологические диагностические методики:

1. Опросник "Подростки о родителях (ПОР)" (Авторы: Z. Matejcek, P. Rican (1983) Адаптация: НИПНИ (2001)), который призван описать и раскрыть характер детско-родительских отношений.

2. Методика "Онтологическая уверенность", ОУ (ПМ) (Автор: Н. В. Коптева (2012), который предназначен для диагностики онтологической уверенности или неуверенности.

3. Опросник "Суверенность психологического пространства" (СПП) (Автор: С. К. Нартова-Бочавер (2010)), предназначенный для понимания насколько сохранены личностные границы индивида, а также для оценки внутрисемейных отношений.

Выборка

Выборку данного исследования составляют парни и девушки от 17 до 21 года. В испытании приняли участие 22 человека: 19 женщин, что составляет 84,4% и 3 мужчины, что составляет 13,6% от всех испытуемых. Преобладающее количество испытуемых студенты 2–3 курсов или ученики 10–11 классов. Мы взяли представителей старшей школы и вузов в качестве выборки, так как именно в этом возрасте можно проследить как повлияет гиперопека и директивный стиль воспитания на показатели автономности и субъектности взрослого человека, ввиду того, что личность, если раньше находилась под защитой родителей, то сейчас она в большей или меньшей степени обязана сама принимать решения, определяющие жизнь.

Методы статистического анализа данных

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

В качестве метода статистического анализа полученной информации был применен коэффициент корреляции Спирмена.

Результаты

Мы провели эмпирические измерения и анализ полученных результатов с помощью предложенных методик из чего стало понятно.

Преобладающее число респондентов описывали отношение к ним отца как заинтересованное мыслям и чувствам, отсутствием чрезмерного контроля или даже безнадзорность, отсутствием жестокости в воспитании, проявлением теплых чувств. Все санкции, применяемые к ребенку со стороны отца, как правило предсказуемы.

Преобладающее число респондентов описывали отношение к ним матери как не заинтересована в переживаниях и чувствах ребенка, также как и у отцов отсутствие чрезмерного контроля, жесткость в воспитании. Но санкции за провинность могут быть как предсказуемы, так и нет.

Большинство респондентов ощущают суверенность тела, территории, мира вещей, привычек, социальных связей, ценностей и психологического пространства.

Для обработки моих результатов подходит критерий математической статистики такой как корреляционный анализ. Сначала поговорим о результатах в опроснике "Подростки о родителях, ПОР/ADOR" при оценке отца. Замечена тесная связь между показателями позитивного интереса и близости, а также близость и автономия. Следовательно, показатели автономности выше у тех респондентов, чей отец проявлял позитивный интерес и был эмоционально близок с ними. Между директивностью в воспитании и враждебностью была также выявлена корреляционная связь.

Таблица 1

Результаты методики "Подростки о родителях, ПОР/ADOR" при оценке отца

Показатели	Значение
Позитивный интерес/автономность	0,65772878
Близости/автономность	0,71106962
Директивность/враждебность	0,66087624
Позитивный интерес/близость	0,94211306

Далее поговорим о результатах в опроснике "Подростки о родителях, ПОР/ADOR" при оценке матери. В этом случае так же как и с отцом замечена тесная

связь между показателями позитивного интереса, автономности и близости. Следовательно, показатели автономности выше у тех респондентов, чья мать проявляет позитивный интерес и эмоционально близка с ребенком. Но, как заметим, показатели автономности падают, если мать относится к ребенку враждебно и придерживается директивному стилю воспитания, об этом говорит отрицательная корреляционная связь.

Таблица 2

Результаты методики "Подростки о родителях, ПОР/ADOR" при оценке матери

Показатели	Значение
Позитивный интерес/автономность	0,65810897
Близости/автономность	0,61699288
Директивность/автономность	-0,64976641
Враждебность/автономность	-0,55740456
Директивность/враждебность	0,66094363
Позитивный интерес/близость	0,9428779929

Обсуждение результатов

Проанализировав литературу по данной проблеме и проведя исследования с девушками и парнями от 17 до 21 лет, мы убедились, что гиперопека и директивный стиль воспитания значительно влияют на показатели автономности и субъективности зрелого человека.

Мы разобрали, что такое "автономность" и "субъективность", "гиперопека" и "директивный стиль воспитания", выявили основные черты, а также и последствия. Мы увидели, что они негативно сказываются как для родителей, так и для детей. У первых нет времени для удовлетворения собственных нужд, а вторые теряют инициативность, творческие начала, навсегда приобретает черты присущие ребенку, синдром "выученной беспомощности", такая личность будет всегда ориентирована на внешнюю помощь, она теряет все ростки самостоятельности, а вместе с тем не может самоактуализироваться и самоопределиться в жизни, у нее не утверждается собственное "Я" и характер, а также возникают проблемы с коммуникацией и жизнестойкость. Но это еще не все. Возникают проблемы и в психологическом плане

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

такие как хроническое чувство тревожности и напряжения. Ведущими становятся агрессивность и инфантильный эгоизм.

Также в ходе исследования с помощью предоставленных методик, мы выявили, что гиперопекающей семье с директивным стилем воспитания присуще не заинтересованность в мыслях и чувствах ребенка. Родителю не важно, что их ребенок хочет и чувствует на самом деле. Взрослый как будто не принимает своего ребенка какими они есть, отвергает и не принимает, стараясь внести коррективы посредством жестких запретов и сверхтребовательности, нарушая всякие личностные границы. Как правило такому стилю воспитания придерживаются сразу оба родителя.

Литература

- Волкова М. А. & Петрова С. С. (2020). Проблема гиперопеки в семье. *Вопросы педагогики*. <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyaniye-direktivnogo-stilya-vospitaniya-i-giperopeki-na-formirovaniye-tolerantnosti-i-intolerantnosti-k-neopredelennosti/viewer>
- Гилинский Я. И. (2007). *Девиантология*. Санкт-Петербург: Юридический центр Пресс.
- Гиппенрейтера Ю. Б. (2001). *Практическая психология*. Москва: Издательство дом Рос. акад. образования.
- Ежевская Т. И. (2011). *Автономность как личностный ресурс информационно-психологической безопасности*. Ученые записки ЗабГГПУ.
- Золотухина И. Н. (2021). *Проблема изучения жизнеспособности подростков*. Казань: Научное сообщество студентов: междисциплинарные исследования: сб. ст. по мат. II междунар. студ. науч.-практ. конф. №3.
- Ильин, Е.П. (2008) *Дифференциальная психология профессиональной деятельности*. Питер.
- Карпенко Л. А., Петровский, А. В. и Ярошевского М.Г. (1998). *Краткий психологический словарь*. Ростов-на-Дону: Феникс.
- Вассерман, Л. И., Горьковая, И. А., Ромицына, Е. Е. (2001). *Подростки о родителях*. Санкт-Петербург: ФАРМиндекс.
- Коптева, Н. В. (2013). *Онтологическая уверенность: понятие и операционализация*. Екатеринбург.
- Коптева, Н. В. (2014). *Онтологическая уверенность: конструкт, диагностические методики, перспективы исследования*. Получено из <https://cyberleninka.ru/article/n/ontologicheskaya-uverennost-konstrukt-diaagnosticheskie-metodiki-perspektivy-issledovaniya/viewer>
- Нартова-Бочавер, С. К. (2004). *Опросник Суверенность психологического пространства – новый метод диагностики личности*. *Психологический журнал*, 5.
- Нартова-Бочавер, С. К. (2014). Новая версия опросника «Суверенность психологического пространства – 2010». *Психологический журнал*, 3.
- Нартова-Бочавер, С. К. (2018). *Человек суверенный: психологическое исследование субъекта в его бытии*. Питер.
- Тупикова А. Н. & Шамова А. С. (2013). Гиперопека как форма отклоняющегося поведения. Получено из <https://referat.co/ref/609729/read?p=3>

References

- Ezhevskaya T. I. (2011). Autonomy as a Personal Resource of Information and Psychological Security. *Scientific Notes of ZabGGPU*.
- Gilinsky Ya. I. (2007). *Deviantology*. St. Petersburg: Legal Center Press.
- Gippenreiter Yu. B. (2001). *Practical Psychology*. Moscow: Publishing House of the Russian Academy of Education.
- Ilyin, E. P. (2008). *Differential Psychology of Professional Activity*. St. Petersburg.
- Karpenko, L. A., Petrovsky, A. V. and Yaroshevsky, M. G. (1998). *Brief Psychological Dictionary*.

Rostov-on-Don: Phoenix.

Kopteva, N. V. (2013). *Ontological Confidence: Concept and Operationalization*. Ekaterinburg.

Kopteva, N. V. (2014). Ontological confidence: construct, diagnostic methods, research prospects.

Retrieved from <https://cyberleninka.ru/article/n/ontologicheskaya-uverenost-konstruktsionno-diatnosticheskie-metodiki-perspektivy-issledovaniya/viewer>

Nartova-Bochaver, S. K. (2004). Questionnaire Sovereignty of psychological space - a new method for personality diagnostics. *Psychological Journal*, 5.

Nartova-Bochaver, S. K. (2014). New version of the questionnaire "Sovereignty of psychological space - 2010". *Psychological journal*, 3.

Nartova-Bochaver, S. K. (2018). *Sovereign man: psychological study of the subject in his being*. Piter.

Tupikova, A. N. & Shamova, A. S. (2013). Overprotection as a form of deviant behavior. Retrieved from <https://referat.co/ref/609729/read?n=3>

Volkova M. A. & Petrova S. S. (2020). The Problem of Overprotection in the Family. *Issues of Pedagogy*. <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyaniye-direktivnogo-stilya-vozpitaniya-i-giperopeki-na-formirovaniye-tolerantnosti-i-intolerantnosti-k-neopredelennosti/viewer>

Wasserman, L. I., Gorkovaya, I. A., Romitsyna, E. E. (2001) *Teenagers about Parents*. St. Petersburg: FARMindex

Zolotukhina, I. N. (2021). The Problem of Studying the Viability of Adolescents. *Scientific Community of Students: Interdisciplinary Research: Coll. Art. on Mat. II Int. Student Scientific and Practical Conf.* No. 3.

Авторы

Екатерина Игоревна Седун – студент факультета психологии Южного федерального университета, ул. Б. Садовая, 105/42, 344006, ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-5751-5850>, e-mail: sedun@sfedu.ru

Екатерина Александровна Степанюк – студент факультета психологии Южного федерального университета, ул. Б. Садовая, 105/42, 344006, ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-1237-3095>, e-mail: estepaniuk@sfedu.ru

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Проявление ценностных ориентаций у молодых людей с различным типом девиантного поведения

Габриела Ц. Григорова

Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону, Российская Федерация

ggrigorova@sfedu.ru

Аннотация

Введение. В данной статье рассматриваются характеристики ценностных ориентаций у молодых людей, являющихся представителями каждого типа девиантного поведения: делинквенты, агрессоры, зависимые, самоповреждающиеся. Исследование указывает на то, что каждый вид девиантного поведения имеет свои уникальные наиболее и наименее важные ценностные ориентации, но одновременно у групп наблюдается некое пересечение идеалов, которое указывает на одну общую проблему - девиацию как таковую. Исследование акцентирует внимание на теории формирования ценностей и их проявлении в жизни. **Методы.** Использовались следующие методики: методика «Склонность к девиантному поведению» Э. В. Леус; методика М. Рокича «Ценностные ориентации». Выборка состоялась из 30 молодых людей, живущих в г. Ростов-на-Дону. **Результаты.** Данные показали, что молодые люди с делинквентным типом девиантного поведения считают наиболее важными терминальные и инструментальные ценности: здоровье, любовь, материальное обеспечение, образованность и воспитанность. Агрессорам важны здоровье и любовь, а также воспитанность, жизнерадостность и рационализм. Аддиктам важны здоровье, любовь, развлечения, жизнерадостность и рационализм. А участники группы с селфхармическим типом поведением среди наиболее значимых ценностей отметили здоровье, любовь, материальное обеспечение, жизнерадостность, независимость и рационализм. **Обсуждение результатов.** Полученные результаты указывают на то, что главные ценности для молодых людей с девиантным поведением становятся целями и желаниями, которые отражают их недостаток в этих аспектах. Исследование может быть полезным для студентов психологических и медицинских вузов для более глубокого понимания проблемы девиации.

Ключевые слова

подростки; молодые люди; девиация; ценностные ориентации; девиантное поведение; агрессия; аддикция

Для цитирования

Григорова, Г. Ц. (2024). Проявление ценностных ориентаций у молодых людей с различным типом девиантного поведения. *Северо-Кавказский психологический вестник*, 22(1), 120–134. <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.8>

Scientific review

UDC 159.9

<https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.8>

Manifestation of Value Orientations in Young People with Various Types of Deviant Behavior

Gabriela Ts. Grigorova

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russian Federation

ggrigorova@sfedu.ru

Absract

Introduction. This study investigates the value orientations of young people exhibiting various forms of deviant behavior, including delinquency, aggression, addiction, and self-harm. Results suggest that while each deviant behavior has its unique value profile, there are also shared values, pointing to a common underlying factor. The study explores the relationship between value formation and deviant behavior. **Methods.** Participants (n=30) completed the E.V. Leus method, the SDP test, and M. Rokeach's value orientations scale. **Results.** Delinquents prioritize health, love, material security, education, and the way they were raised. Aggressors value health, love, the way they were raised, cheerfulness, and rationality. Addicts emphasize health, love, entertainment, cheerfulness, and rationality. Self-harmers showed that they value health, love, material security, cheerfulness, independence, and rationality. **Discussion.** The results showed that deviant behaviors may be linked to a personal deficit in the values that individuals prioritize. These results can inform the development of interventions for young people showing deviant behaviors.

Keywords

adolescents, deviant behavior, value orientations, delinquency, aggression, addiction, self-harm

For citation

Grigorova, G. Ts. (2024). Manifestation of value orientations in young people with various types of deviant behavior. *North-Caucasian Psychological Bulletin*, 22(1), 120–134. (in Russ.). <https://doi.org/10.21702/ncpb.2024.1.8>

Введение

Совершение действий, противоречащих социальным и правовым нормам, привлекает внимание различных специалистов, включая социологов, педагогов и правоохранительные органы. Это подчеркивает необходимость исследования причин девиантного поведения не только в социальной среде, но и в личностных особенностях индивидов. С нашей точки зрения, рассматривать девиантное поведение необходимо также с позиции влияния системы ценностно-смысловых ориентаций на нарушения поведенческих паттернов.

Термин «ценность» в научной среде имеет следующие значения:

1. То, к чему стремится индивид на протяжении всей своей жизни; конечная цель деятельности человека.
2. Определенный духовный и нравственный идеал, который определяет поведенческие паттерны индивида, социальной группы или социума в целом.
3. Предметное воплощение духовных идеалов в творчестве и деятельности человека.
4. Представления о совершенстве, которые были сформированы и распространены в коллективном сознании.
5. Личные представления о нравственном и духовном идеале отдельно взятого индивида. (Абатаева, 2023; Фромм, 2004)

Ценностные ориентации – набор основных принципов, которыми человек руководствуется во время принятия решений и формирования определенных паттернов поведения. Ценностные ориентации описывают его мировоззрение, степень нравственности, круг его интересов и частично объясняют мотивацию человека. (Нагоева, 2024; Зауторова, 2024).

Большинство вышеперечисленных личностных характеристик физиологически обусловлены и редко поддаются какой-либо коррекции. (Спирина, 2024).

Девиантность – это любое поведение, противоречащее нормам общества. Нормы – это правила и ожидания со стороны общества направленные на индивида или социальную группу. Они определяют поведение индивида или социальной группы в различных жизненных сценариях (Спановский, 2024).

В целом, можно выделить следующие типы девиантного поведения: (Миннегалиев, 2024; Воронцова, 2007; Иванова, Козлова, 2014).

1. криминальное поведение – форма деструктивной деятельности индивида или социальной группы, направленная чаще всего на общество или на его составляющие;

2. асоциальное поведение – заключается в том, что индивид или социальная группа предпринимают действия, противоречащие общественной этике и законам;

3. аддитивное поведение – форма саморегуляции или адаптации, которая заключается в острой потребности изменить психофизиологическое состояние зависимого индивида;

4. перверсивное поведение – это те действия, которые тем или иным образом нарушают право индивида на сексуальную неприкосновенность;

5. насильственное поведение – форма деструктивного поведения, которое проявляется в исключительной жестокости и агрессии по отношению к другим членам общества и в умышленном посягательстве на жизнь и здоровье индивида;

6. суицидальное поведение – форма дезадаптивного поведения, которое проявляется в намеренном причинении себе вреда и совершении попыток покончить жизнь самоубийством;

7. экстремизм и терроризм – крайние проявления негативного девиантного поведения. Экстремизм – это намерения, взгляды и мнения, поддерживающие достижения социально-политических, религиозных, национальных целей незаконными способами. Терроризм – самая сильная форма проявления экстремизма. Она заключается в массовом истреблении представителей общества, зачастую, целых социальных групп, для достижения религиозных, политических или собственных корыстных целей

В науке существует несколько подходов к изучению истоков подростковых девиаций, а именно: биологический, психологический и социальный. Они помогают рассмотреть проблему деструктивного поведения в подростковом возрасте с разных точек зрения. В целом, благоприятную среду для проявления отклоняющегося поведения подростка создают следующие факторы: заниженная или завышенная самооценка; деиндивидуализация; тяготение к членству в подростковой группе; страх изоляции; склонность к демонстративному поведению; неблагоприятие семьи; травля со стороны сверстников; генетические отклонения; отсутствие целостной и понятной системы ценностей в обществе и разобщенность (аномия, анархия). Важно заметить, что все эти факторы неразрывно связаны и не могут оказывать влияние на личность автономно, т.к. развитие одного компонента, непременно, провоцирует проявление другого.

Гипотеза исследования: у представителей различных типов девиантного поведения наборы предпочитаемых и отвергаемых ценностей будут отличаться.

Цель работы – изучение ценностной сферы подростков в связи с особенностями формирования различных форм девиантного поведения.

Методы

В исследование были включены молодые люди с устойчивой отклоняющейся направленностью поведения, проживающие в Ростове-на-Дону. Испытуемые находились в возрастной категории 16–24 года. Всего в исследовании приняло участие 30 человек.

Методики:

1. «Склонность к девиантному поведению» (Дворянчиков с соавторами, 2017), включает в себя следующие виды девиантного поведения:

1) Делинквентное поведение - поведение, нарушающее уголовный кодекс или

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

другие правовые нормы. Оно может проявляться как эпизодически, так и хронически, что указывает на разные уровни вовлеченности индивида в правонарушения.

2) Зависимое (аддиктивное) поведение характеризуется потребностью в употреблении запрещенных веществ, несмотря на негативные последствия. Это поведение сопровождается неспособностью контролировать себя в присутствии триггеров, что указывает на наличие зависимости.

3) Агрессивное поведение - физические или вербальные действия направленные на причинение боли или нанесение вреда другому индивиду;

4) Самоповреждающее поведение - осознанное нанесение себе физического вреда с отсутствием желания суицида;

5) Шкала лжи, которая создана для выявления ложных ответов и склонности респондента к использованию обмана во время коммуникации.

2. Методика М.Рокича «Ценностные ориентации» (Гребень, 2007).

Ценностные ориентации делятся на:

1. Терминальные ценности: цель индивидуального развития и существования, которая, по мнению общества и индивида, стоит того, чтобы человек к ней стремился;

2. Инструментальные ценности: убеждения и паттерны в поведении, которые, по мнению общества и с точки зрения индивида, являются универсальными в любой ситуации.

Результаты

Путем статистического анализа, проведенного с использованием опросника Леус Э.В. и методического руководства по применению теста СДП (склонность к девиантному поведению), было установлено, что у всех 30 испытуемых наблюдается отклоняющееся поведение. Это поведение нередко пересекается с другими типами девиантного поведения.

Таблица 1

Частота встречаемости отклоняющегося поведения среди испытуемых

Делинквентное поведение	Зависимое (аддиктивное) поведение	Агрессивное поведение	Самоповреждающее поведение
17 человек	16 человек	12 человек	15 человек

У 17 человек из 30 наблюдается общее девиантное поведение. Затем, в процессе исследования было установлено, что у индивидов с девиантным поведением встречаются зависимое, агрессивное и самоповреждающее поведение. Стоит отметить, что делинквентное поведение встречается чаще остальных, упомянутых выше. В свою

очередь, агрессивное встречается реже всех остальных форм отклоняющегося поведения. Такой результат можно объяснить тем, что, по мнению специалистов, делинкветное поведение является предшественником других форм девиантного поведения.

Исходя из всего вышеперечисленного, можно заключить, что может наблюдаться то или иное сочетание различных форм девиантного поведения. Иными словами, индивиды могут демонстрировать различные формы отклонений, что требует комплексного подхода к их анализу и коррекции. Подобное явление напоминает эффект домино: одно отклонение может спровоцировать цепную реакцию, в результате которой индивид может начать проявлять другие виды девиантного поведения. Это создает условия для формирования более сложных моделей поведения и подчеркивает важность вмешательства на ранних сроках.

Таблица 2

Результаты проведенного исследования - наиболее и наименее важные ценностные ориентации в зависимости от типа девиантного поведения

	Делинк- вентное поведение	Аддик- тивное поведение	Агрессивное поведение	Селф- хармическое поведение
	здоровье (9)	здоровье (11)	здоровье (6)	здоровье (7)
Ценностные ориентации - Терми- нальные, наиболее важные для группы	любовь (8)	любовь (8)	любовь (6)	любовь (6)
	мате- риальное обес- печение (6)		развлечения (5)	материальное обеспечение (7)

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

	Делинк- вентное поведение	Аддик- тивное поведение	Агрессивное поведение	Селф- хармическое поведение
Ценностные ориентации - Терми- нальные, наименее важные для группы	счастливая семейная жизнь (6)	счастливая семейная жизнь (6)		красота природы и искусства (6)
	счастье других (7)	счастье других (5)	счастье других (4)	счастье других (5)
	уверен- ность в себе (6)	уверен- ность в себе (6)	уверенность в себе (5)	уверенность в себе (5)
Ценностные ориентации - Инстру- ментальные, наиболее важные для группы	воспи- танность (6)	воспитан- ность (5)	жизнерадост- ность (6)	жизне- радность (6)
	образо- ванность (8)	жизне- радность (8)	рационализм (5)	независи- мость (6)
		ответст- венность (5)		рационализм (4)
Ценностные ориентации - Инстру- ментальные, наименее важные для группы	нетер- пимость к недос- таткам (8)	аккурат- ность (7)	нетерпимость к недостаткам (9)	аккуратность (6)
	твердая воля (12)	нетер- пимость к недос- таткам (8)	твердая воля (6)	высокие запросы (7)
	эффе- ктивность в делах (5)	твердая воля (13)		твердая воля (10)

В данной таблице представлены формы девиантного поведения и иерархия ценностных ориентаций, которые наблюдаются у испытуемых. Исходя из вышеизложенного, можно сделать следующие выводы: общие черты участников делинквентной группы:

- А) Непринятие авторитетов;
- Б) Апатичность к своей судьбе;
- В) Эгоцентризм;
- Г) Социальная дезадаптация.

У испытуемых с делинквентным поведением выделяются три ключевые терминальные ценности: здоровье, любовь и материальное обеспечение. Эти ценности могут свидетельствовать о глубинных психологических и социальных проблемах. Ориентация на любовь может быть интерпретирована как стремление к эмоциональной поддержке. Испытуемые, возможно, чувствуют себя отвергнутыми и испытывают неудовлетворение базовых эмоциональных потребностей. Это может приводить к романтизации событий, что искажает восприятие реальности и создает иллюзии о взаимоотношениях.

Что касается здоровья, участники, вероятно, руководствуются инстинктами выживания, что заставляет их стремиться к улучшению своего состояния или хотя бы к его поддержанию. Это может указывать на осознание уязвимости своего здоровья, особенно в условиях стресса или пребывания в неблагоприятной для индивида среде.

Стремление к материальному обеспечению может быть связано с компенсаторным механизмом. Индивиды, выросшие в неблагополучных семьях, чаще остальных стремятся к тому, чего им не доставало в детстве. Исследования показывают, что низкий социальный статус семьи повышает вероятность девиантного поведения у детей.

Среди наименее важных ценностей среди испытуемых фигурирует счастливая семейная жизнь. Низкая значимость этой ценности может свидетельствовать о том, что многие испытуемые выросли в дисфункциональных семьях, где наблюдались пренебрежение и насилие. Это подорвало их веру в семью и отношения, что в свою очередь, может привести к заниженной эмпатии и отсутствию фокуса на благополучии других.

Проблемы с самооценкой, будь то заниженная или завышенная, являются распространенными среди испытуемых с делинквентным поведением. Их антиобщественный взгляд на мир может быть способом справляться с внутренними конфликтами и неуверенностью.

Среди инструментальных ценностей, в качестве наиболее важных, испытуемые отметили: воспитание и образованность. Воспитание для этих индивидов, скорее всего, ассоциируется с опытом, полученным не в семье или в школе, а на улице. Это может означать, что они считают свое «уличное» воспитание правильным и адекватным. Такой подход способствует формированию у них уникальных норм и ценностей, отличных от общепринятых. Стремление к образованности у испытуемых может не ограничиваться формальным образованием. Они интересуются практическими аспектами выживания и адаптации в обществе. Вероятно, стремление к образованности указывает на их желание найти способы справляться с трудностями и преодолевать жизненные вызовы.

Наименее важные инструментальные ценности среди испытуемых: нетерпимость к недостаткам, твердая воля и эффективность в делах.

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Нетерпимость к недостаткам. Низкая значимость этой ценности может свидетельствовать о том, что испытуемые не воспринимают недостатки как нечто значительное. Возможно, они принимают их как часть жизни и не стремятся к идеалу.

Твердая воля и эффективность в делах. Отсутствие акцента на твердой воле и эффективности может указывать на их стремление противостоять общественным нормам и авторитетам. Это также может быть связано с чрезмерной сосредоточенностью на настоящем моменте, где они намеренно игнорируют или не до конца осознают последствия своих действий. Данное явление можно отнести к неклиническому искажению восприятия и мышления.

Общие сведения об аддиктивной группе:

- А) Субстанции/хобби, направленные на бегство от реальности (эскапизм);
- Б) Неприятие ответственности;
- В) Принятие инфантильного вида поведения;
- Г) Пониженный уровень саморегуляции.

Испытуемые с аддиктивным поведением отмечают любовь и здоровье в качестве самых важных терминальных ценностей. Ирония состоит в том, что испытуемые понимают, в каком состоянии находятся, и насколько их зависимость мешает их здоровью. Поэтому они ставят здоровье в приоритет, но оно, вероятно, не фигурировало если бы они не имели зависимостей или имели возможность их преодолеть. Что касается такой ценности как любовь, то гормоны, которые выделяются во время актов любви можно сравнить с гормонами, которые выделяются во время приема любого вещества, которое приносит чувство эйфории. К самым наименее важным ценностям испытуемые отнесли: счастливая семейная жизнь, уверенность в себе и счастье других. Скорее всего потому, что понимают, что их зависимость может навредить членам их семьи или полностью её разрушить. Возможно, они считают, что недостойны счастливой семейной жизни из-за неуверенности в себе. К этому тезису также можно отнести их склонность к эгоцентризму из-за низкого ранга ценности, связанной с счастьем других. Следовательно, можно предположить, что из-за заниженной самооценки они считают себя недостойными счастья. Чтобы это компенсировать, они прибегают к употреблению различных веществ. В то же самое время, корректировку поведения затрудняет эгоцентризм.

Наиважнейшей инструментальной ценностью, по мнению испытуемых второй группы, является воспитанность. Она выступает в роли регулятора социальных отношений (которые испытуемые считают важными), регулятора конфликтности и способа улучшить свое социальное положение. Несмотря на зависимость, жизнерадостность выступает как их главная цель, к которой они стремятся, и когда нельзя достичь данную цель иным путем, включается компенсация в виде приема веществ. Умение брать ответственность за свои поступки призвано помочь испытуемым встать на правильный путь, не только помогая выстраивать доверие к самим себе и окружающему миру, но и давая возможность совершать осознанный выбор.

Наименее важная инструментальная ценность, которую выбрали испытуемые: твердая воля (предположительно, из-за ее отсутствия, т.к. если бы она была развита, то они смогли бы воздержаться от дальнейшего употребления). Нетерпимость к недостаткам выступает как триггер для чувства стыда, вины и собственной неполноценности, поэтому, чтобы сохранить себя, испытуемые предпочитают чувство комфорта, отрицая важность данной ценности. Аккуратность не соотносится с натурой человека с зависимостью, т.к. он чаще всего ведет хаотичный, неорганизованный образ жизни.

Общие сведения об агрессивной группе:

- А) Потребность в контроле;
- Б) Агрессия как защитная реакция;
- В) Пониженная саморегуляция;
- Г) Желание доминировать, запугивать, наказывать;

Д) Желание показаться сильнее остальных в обществе или отдельно взятой социальной группе.

Важнейшие терминальные ценности, которые выбрала группа с агрессивным типом поведения: здоровье, любовь, развлечения. Это, в свою очередь, может говорить о том, что в зависимости от жизненной ситуации наблюдается их агрессивность, которая отражается в активном, пассивном, вербальном и физическом виде. Зная, что агрессоры чаще всего страдают от пониженной саморегуляции, можно предположить, что когда одна из выбранных ценностей не удовлетворяется как потребность, тогда наблюдается агрессия в сторону внешнего мира.¹²

Плохое состояние здоровья, неудовлетворенность в любви и невозможность быть вовлеченным в развлекательную деятельность могут быть деструктивными факторами для испытуемых. Полагаясь на формы агрессивного поведения, можно предположить, что у данной группы главная цель – получить максимум адреналина и продемонстрировать свою обиду на внешний мир. Не исключено существование хронических заболеваний, сопровождающихся сильной болью, которые также провоцируют агрессию испытуемых. Поэтому для них ценность здоровья будет приоритетной, в связи с тем, что у индивидов есть склонность больше всего хотеть то, чего у них нет (эффект Дидро). Ценность любви предполагает, что, возможно, её им не хватает, а даже если наблюдается «любовь» в жизни девианта, то она, скорее всего, нездорова. Поэтому в его мыслях и поведении могут наблюдаться романтизация насилия в любой форме, гиперконтроль и манипуляции. Путем фальшивой любви можно привлечь девиантного человека к себе, и, таким образом, индивид, который обычно является агрессором, превращается в жертву.

Развлечения выступают как механизм ухода от реальности, позволяя почувствовать себя лучше и ощутить временную стабильность и гармонию. Наименее важной ценностью для данной группы является счастье других. Это указывает на эгоцентричность и эгоизм в нездоровой форме, и это, в свою очередь, отражается в заниженном уровне самоконтроля. Триггер (реакция) со стороны девианта существует независимо от человека или ситуации. Следовательно, агрессор вновь входит в свою обычную роль, и данная группа удовлетворяет свои потребности прежде, чем потребности других. Уверенность в себе означает, что либо испытуемые не считают эту ценность важной вообще, либо придают ей очень мало значения. Через проявление агрессии они повышают себе самооценку, т.е. самоутверждаются за счет окружающих. Девианты этой группы пытаются доказать себе, что сильнее жертвы, хотя сами когда-то находились в позиции жертвы. Следовательно, здоровая уверенность в себе не имела возможности сформироваться.

Из инструментальных ценностей наиболее важной является жизнерадостность. Это указывает на то, что испытуемые из этой группы не чувствуют себя удовлетворёнными и счастливыми, следовательно, вынуждены стремиться к этому. После эпизодической агрессии и выплеска эмоций они не испытывают радости, а лишь успокоение и умиротворение, которое можно спутать с радостью (в зависимости от уровня самосознания). Рационализм, скорее всего, указывает не только на рас-

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

ширение знаний, но и на повышение саморегуляции, так как контрольная группа понимает, что их поведение является нелогичным для окружающих. Однако данный паттерн поведения, позволивший им выжить, закрепился и неосознанно повторяется.

Нетерпимость к недостаткам оказалась для испытуемых вовсе неважной. Это может указывать на то, что, скорее всего, у группы искажена реальность, из-за чего они не осознают, что на самом деле является недостатком и что может им навредить. Возможно, имеет место быть недостаток критического мышления, поэтому индивиды не могут разделить события на позитивные и негативные. Они не способны рассмотреть событие объективно, а могут лишь реагировать на триггеры. Выбор твердой воли, скорее всего, означает, что индивидам сложно дается саморегуляция, которая обеспечивается твердостью воли. Это также отражается и во внешнем мире: чем слабее воля жертвы, тем выше шанс ее подчинения агрессором.

Общие сведения о группе самоповреждающихся:

- А) Способность регулировать эмоции;
- Б) Стремление привлечь к себе внимание;
- В) Искусственное повышение чувства контроля путем селфхарма.

У испытуемой группы, в которой наблюдается самоповреждающееся поведение, среди терминальных ценностей были выделены следующие: здоровье (физическое и психологическое). Имея в виду, что селфхарм означает нанесение вреда самому себе, скорее всего, испытуемые в большей степени озабочены своим психическим здоровьем, нежели физическим. Нанесение себе вреда - это механизм самонаказания или отвлечения от ментальной боли путем физической. Выбирая данную ценность, испытуемые указывают на то, что если бы они смогли проработать данный механизм, то следили бы больше за своим физическим здоровьем. Ментальная боль, которая превращается в физическую, помогает им оправдать и объяснить свои чувства. Также, как правило, у такой группы наблюдается повышенная эмоциональность. Материальное обеспечение указывает на то, что, скорее всего, суицидальные наклонности у этой группы отсутствуют, так как наблюдается переживание по поводу финансового состояния в будущем.

Наименее важные ценности, которые отметили испытуемые, — это красота природы и искусства. Это говорит об их неспособности пребывать в настоящем моменте и наслаждаться происходящим. Можно также предположить, что у них наблюдается искажение реальности. Счастье других указывает на их эгоцентричность и эгоизм в нездоровой форме, а это, в свою очередь, говорит о неальтруистических ценностях и возможном нежелании менять образ жизни из-за кого-то. Уверенность в себе испытуемые не считают важной, что указывает на то, что, скорее всего, она у них отсутствует.

Из инструментальных ценностей в качестве самых важных в процессе исследования мы выделили: жизнерадостность как цель и стремление к тому, чем они не обладают. Следовательно, с целью получения положительных эмоций испытуемые готовы даже нанести себе вред. Независимость, так же как и жизнерадостность, выступает в роли цели и желания, так как, скорее всего, испытуемые понимают, что только тогда, когда они распоряжаются своим телом так, как они хотят, они чувствуют над ним контроль. Рационализм, опять-таки как цель, заключается не только в осознании, но и в принятии того, что их поведение является угрожающим. Однако, из-за искажения восприятия их мышление работает наоборот — деструктивным путем.

Наименее важным элементом для контрольной группы является аккуратность,

которая выражается в их халатном отношении к своей жизни, своему телу и своим эмоциям. Чем интенсивнее негативные эмоции, которые они проживают, тем более разрушительно их отношение к себе. Высокие запросы находятся под влиянием уверенности в себе: чем выше уверенность, тем выше запросы. В данном случае это может означать, что они не живут полноценную жизнь, а существуют в ней, выживая день за днем, не ожидая ничего, кроме негативных событий. Твердая воля указывает на то, что, скорее всего, испытуемые легко манипулируемы, так как у них наблюдается заниженное критическое мышление, и они не в состоянии понять, что в их личностном психологическом портрете твердость воли отсутствует. Следовательно, для них будет гораздо сложнее изменить образ мышления и способ восприятия реальности.

В процессе исследования была выявлена склонность контрольных групп выбирать из терминальных ценностей именно здоровье и любовь. На самом деле, это можно объяснить тем, что испытуемые стремятся к тем ценностям, которые являются целью их жизни. Когда индивид ведет деструктивный образ жизни, скорее всего, несознательно в его психике активизируются инстинкты на выживание. В дикой природе у раненых животных данный инстинкт проявляется в их попытках поймать более слабое животное или спрятаться от других здоровых сородичей. В человеческой природе инстинкт проявляется, когда человек ставит перед собой цель выжить, то есть последовать за более легкодоступной добычей. В данном случае важно именно то, как индивид приближается к ней, а не характер самой жертвы. Например, голодающие дети ради выживания прибегают к воровству. В этом случае важен мотив: здоровье — цель, мотив ради которого они выживают. Этот аспект не просто означает оставаться в живых, а еще заботиться о себе, проявлять к себе нежность.

Также среди испытуемых была выявлена повышенная склонность из наименее важных терминальных ценностей выбирать счастье других (способ указать на свой отказ от альтруизма). Возможно, испытуемые считают других недостойными, либо мстят таким образом внешнему миру за то, что их счастье не оказалось настолько важным, насколько им этого хотелось. Если это так, то их эгоистическая позиция вполне справедлива. Следующая ценность — уверенность в себе, которая указывает на то, что индивиды, скорее всего, не понимают, что если она образовалась позитивным и здоровым образом, то они вряд ли бы вели деструктивный образ жизни. Но т.к. уверенность в себе формируется в данном случае путем агрессии, неподчинения, зависимости и т.д., то самооценка является нестабильной, и индивиды постоянно будут вынуждены искусственно повышать свою значимость. Нездоровое самоутверждение не дает чувства стабильной внутренней гармонии: когда эффект исчерпан, нужно снова убеждать себя и окружающих в своей ценности, и таким образом образуется замкнутый круг. Можно также предположить, что испытуемые не считают уверенность в себе важной для других людей, т.к. в социуме они занимают позицию агрессора, который преследует жертву (остальные члены социума). Если жертва обладает проблемной самооценкой, то ее намного легче подчинить. В данном случае в виде стратегии коммуникации используется «закон джунглей» — убей или будь убитым.

Из инструментальных ценностей наиболее важной для всех оказалась жизнерадостность, а это указывает на желание испытывать счастье. Однако из-за искажения восприятия реальности данная потребность удовлетворяется нездоровым путем, например, путем употребления различных веществ и неестественного выброса в кровь адреналина. То есть в их способе достижения радости наблюдается безрассудство. Это можно объяснить неосведомленностью девиантов о том, что источник позитивных эмоций может быть безопасным, не наносящим урона ни себе, ни окру-

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

жающим. К вышеизложенному убеждению также можно отнести и их склонность к романтизации деструктивных событий. В силу отсутствия позитивного опыта они не осознают, что своими действиями провоцируют выброс адреналина, который ошибочно принимают за дофамин, серотонин или окситоцин, которые также выделяются деструктивным путем. Такой избыток гормонов может быть смертельным для психически нестабильного человека, который существует и развивается в нестабильной и нездоровой среде.

Наименее важной из инструментальных ценностей является твердая воля, которая указывает на то, что группе будет крайне сложно повернуть свою жизнь в менее деструктивное русло, так как данный выбор означает, что воля в их сознании как таковая либо отсутствует, либо находится на крайне низком уровне. Из-за этого испытуемым может быть крайне сложно бороться с недостатками и пагубными привычками, т.к. им присуще качество спускать все на самотек и апатически относиться к своей судьбе. Данный выбор также может указывать на то, что они могут считать, что если у их жертв слабая воля (также как и у них, но они этого не осознают), то гораздо легче подчинить ее себе. А нетерпимость к недостаткам указывает на их высокий уровень терпимости к плохим условиям жизни и на отсутствие осознания того, что происходящее в их жизни не является нормой и что необходимо разорвать деструктивный замкнутый круг.

Обсуждение результатов

С точки зрения Змановской, Е. В. ценностные ориентации играют одну из важнейших ролей в формировании девиантного поведения. Она исследует культурный, социальный и психологический факторы формирования личности и ее нездоровое развитие при условиях депривации вышеперечисленных параметров.

Е.А. Воронцова занимается исследованием данной проблемы с точки зрения социальной среды как фактора формирования нездоровой личности. Например, неправильное формирование морального компаса еще в раннем возрасте может проявиться как вид девиации во взрослом возрасте.

В работе Миннегалиева М.М. рассматривается проблема формирования девиантного поведения в раннем детстве. Автор указывает на основные факторы, которые провоцируют развитие девиаций: дисфункциональная семья, депривация внимания, негативная социальная среда. Все, о чем упоминает исследователь является «скелетом» девиантного поведения.

Проведенное нами исследование также может служить подтверждением идеи о том, что неправильного формирования ценностных ориентации служит как основу для развития девиантного поведения. При этом мы дополняем ее предположением о том, что депривация различных ценностей ведет к формированию различных типов девиантного поведения.

Заключение

В процессе исследования мы обнаружили, что подростки, у которых выражен тот или иной тип девиантного поведения, придают разное значение различным ценностям. Этот факт необходимо учитывать при коррекционной и воспитательной работе с данной социальной группой.

Литература

- Абатаева, П. Н. (2019). Понятие ценностей в психологических исследованиях. *Проблемы современного педагогического образования*, 63(2). <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-tsennostey-v-psihologicheskikh-issledovaniyah>
- Айман, К. (2018). Специфика формирования самооценки в подростковом возрасте. *МНКО*, 2(69). <https://cyberleninka.ru/article/n/spetsifika-formirovaniya-samootsenki-v-podrostkovom-vozzraste>
- Воронцова, Е. А. (2007). Социальная среда как фактор формирования девиантного поведения у подростков. *Проблемы образования и воспитания, Вестник МГУС*, 2(2), 316–334.
- Гребень, Н. Ф. (2007). *Психологические тесты для профессионалов*. Минск: Современ. Шк.
- Дворянчиков, Н.В., Делибалт, В.В., Дозорцева, Е.Г., Дебольский, М.Г., Дегтярев, А.В., Чиркина, Р.В., Лаврик, А.В. (2017). *Методическое руководство. Сборник тестов программно-методического комплекса дифференциальной диагностики поведенческих нарушений несовершеннолетних «Диагност-Эксперт+»*. МГППУ.
- Зауторова, Э. В. (2010). Ценностные ориентации личности как междисциплинарная категория. *Russian Journal of Education and Psychology*, 4. <https://cyberleninka.ru/article/n/tsennostnye-orientatsii-lichnosti-kak-mezhdistsiplinarnaya-kategoriya-2>
- Змановская, Е. В. (2006). *Девиантология: психология отклоняющегося поведения (3-е изд.)*. Москва.
- Иванова, И. Н., & Козлова, М. А. (2014). Особенности саморегуляции подростков с девиантным поведением. *Тюменский медицинский журнал*, 1.
- Миннегалиев, М. М. (2012). Причины девиантного поведения подростков и факторы, способствующие его предупреждению и преодолению. *Вестник ЮУрГППУ*, 2. <https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-deviantnogo-povedeniya-podrostkov-i-factory-sposobstvuyuschie-ego-preduprezhdeniyu-i-preodoleniyu>
- Нагоева, Л. Х. (2011). Ценностные ориентации: понятие и феномен. Новые технологии, 4. <https://cyberleninka.ru/article/n/tsennostnye-orientatsii-ponyatie-i-fenomen>
- Самсонова, А. В. (2019). *Гормоны и гипертрофия скелетных мышц человека*. Санкт-Петербург: Кинетика.
- Сапронов, Н. С., & Масалова, О. О. (2007). Нейрофизиологические эффекты тиреоидных гормонов. *ПФБН*, 2.
- Смирнягина, М. М. (2009). Возрастные границы и психологическое содержание стабильного периода подросткового возраста. *Психология. Психофизиология*, 5(138). <https://cyberleninka.ru/article/n/vozzrastnye-granitsy-i-psihologicheskoe-soderzhanie-stabilnogo-perioda-podrostkovogo-vozzrasta>
- Спановский, С. С. (2014). Теоретические основы исследования девиантного поведения. *На пути к гражданскому обществу*, 1(13). <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-osnovy-issledovaniya-deviantnogo-povedeniya>
- Спирина, О. Н. (2011). Основное содержание ценностных ориентаций личности. *Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология*, 2. <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnoe-soderzhanie-tsennostnyh-orientatsiy-lichnosti>
- Фромм, Э. (2004). *Искусство любить (2-е изд.)*. Санкт-Петербург: Азбука-классика.

References

- Abatayeva, P. N. (2019). The concept of values in psychological research. *Problems of modern pedagogical education*, 63(2). <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-tsennostey-v-psihologicheskikh-issledovaniyah>
- Ayman, K. (2018). Specifics of self-esteem formation in adolescence. *MNKO*, 2(69). <https://cyberleninka.ru/article/n/spetsifika-formirovaniya-samootsenki-v-podrostkovom-vozzraste>
- Dvoryanchikov, N.V., Delibalt, V.V., Dozortseva, E.G., Debolsky, M.G., Degtyarev, A.V., Chirkina, R.V., Lavrik, A.V. (2017). *Methodological manual. Collection of tests of the software and*

- methodological complex for differential diagnostics of behavioral disorders in minors "Diagnostic-Expert+": MGPPU.*
- Fromm, E. (2004). *The art of love (2nd ed.)*. St. Petersburg: Azbuka-classic.
- Greben, N. F. (2007). *Psychological tests for professionals*. Minsk: Sovrem. Shk.
- Ivanova, I. N., & Kozlova, M. A. (2014). Features of self-regulation of adolescents with deviant behavior. *Tyumen Medical Journal*, 1.
- Minnegaliev, M. M. (2012). Causes of deviant behavior of adolescents and factors contributing to its prevention and overcoming. *Bulletin of SUGHPU*, 2. <https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-deviantnogo-povedeniya-podrostkov-i-factory-sposobstvuyuschie-ego-preduprezhdeniyu-i-preodoleniyu>
- Nagoeva, L. H. (2011). Value orientations: concept and phenomenon. *New technologies*, 4. <https://cyberleninka.ru/article/n/tsennostnye-orientatsii-ponyatie-i-fenomen>
- Samsonova, A. V. (2019). *Hormones and hypertrophy of human skeletal muscles*. St. Petersburg: Kinetika.
- Sapronov, N. S., & Masalova, O. O. (2007). Neurophysiological effects of thyroid hormones. *PFBN*, 2.
- Smirnyagina, M. M. (2009). Age boundaries and psychological content of the stable period of adolescence. *Psychology. Psychophysiology*, 5(138). <https://cyberleninka.ru/article/n/vozzrastnye-granitsy-i-psihologicheskoe-soderzhanie-stabilnogo-perioda-podrostkovogo-vozrasta>
- Spanovsky, S. S. (2014). Theoretical foundations of the study of deviant behavior. *Towards a civil society*, 1(13). <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-osnovy-issledovaniya-deviantnogo-povedeniya>
- Spirina, O. N. (2011). The main content of value orientations of the individual. *Bulletin of Adyghe State University. Series 3: Pedagogy and Psychology*, 2. <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnoe-soderzhanie-tsennostnyh-orientatsiy-lichnosti>
- Vorontsova, E. A. (2007). Social environment as a factor in the formation of deviant behavior in adolescents. Problems of education and upbringing. *Bulletin of the Moscow State University of Education*, 2(2), 316–334.
- Zautorova, E.V. (2010). Value orientations of the individual as an interdisciplinary category. *Russian Journal of Education and Psychology*, 4. <https://cyberleninka.ru/article/n/tsennostnye-orientatsii-lichnosti-kak-mezhdistsiplinarnaya-kategoriya-2>
- Zmanovskaya, E.V. (2006). *Deviantology: psychology of deviant behavior (3rd ed.)*. Moscow.

Автор

Габриела Ц. Григорова – студент факультета психологии, Южный федеральный университет, ул. Б. Садовая, 105/42, 344006, ORCID <https://orcid.org/0009-0001-1663-0045> e-mail: roshchupka@sfedu.ru

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.