Бельтюкова А.В.

Beltyukova A.V.

Глазов, Глазовский государственный педагогический институт имени В.Г. Короленко

Glazov, Glazov State Pedagogical Institute named after V.G. Korolenko

**Социально-психологические детерминанты обидчивости**

**Socio-psychological determinants of touchiness**

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследования по изучению социально-психологических детерминант обидчивости и ее влияния на установки в межличностном общении.

**Abstract.** In the article presents the results of a study on the identification of socio-psychological determinants of touchiness and its effects on attitudes in interpersonal communication.

**Ключевые слова**. Обидчивость, социально-психологические детерминанты, виктимность, самоотношение, отношение к жизни, установки в общении.

**Keywords.** Touchiness, socio-psychological determinants, victimness, self-attitude, attitude to life, attitude to communication.

На сегодняшний день не теряет актуальности изучение деструктивных переживаний в области психологии личности и социальной психологии, а именно чувства обиды и обидчивости, их влияния на социальную жизнь индивида. В современных исследованиях отмечено, что деструктивные переживания оказывают существенное влияние на отношения между людьми, поэтому обидчивость может способствовать деформации установок успешности в выстраивании межличностного общения. Данная деформация выражается в неуверенности в себе, в проявлении таких психологических защит, как избегание, проекция, пассивная агрессия, сдерживание, регрессия, фантазирование, обесценивание.

Вопросом изучения деструктивных переживаний, а именно обидчивости и её влияния на деятельность личности, занимались многие отечественные ученые: З.А. Агеева, О.А. Апуневич, Л.С. Выготский, Ю.Б. Гиппенрейтер, М.С. Гриценко, Е.П. Ильин, Ю.М. Орлов и др. За рубежом обиду и обидчивость изучали Э. Берн, М. Кляйн, Ф. Перлз, З.Фрейд, Э. Фромм, К. Хорни и др.

Однако на сегодняшний день проблема обидчивости остается не до конца изученной: отсутствует методическая база изучения обидчивости, не разработан психодиагностический инструментарий, позволяющий судить о склонности личности обижаться. Во-вторых, недостаточно изученными представляются первопричины формирования обидчивости, и, как следствие, не разработан механизм коррекции данного качества личности. Кроме того, не ясно, что является «спусковым крючком» формирования обидчивости с точки зрения социальной психологии, т.е не выявлены социально-психологические детерминанты. Данный контекст представляет собой ценность, так как объясняет многие проблемы невозможности построения гармоничного взаимодействия между людьми в семейных и деловых отношениях.

Попробуем разобраться в содержании понятия «обидчивость» и выявить ее социально-психологические детерминанты.

После проведенного теоретического анализа, мы пришли к следующему определению обидчивости: обидчивость – устойчивое свойство личности, отражающееся в высокой склонности индивида обижаться в различных ситуациях общения, проявляющееся в чувствительности к нарушению взаимодействия и застревании на переживании обиды.

Далее рассмотрим подходы к пониманию социально-психологических причин формирования обидчивости.

К. Леонгард в своей типологической модели акцентуации характера выделяет застревающий тип личности, в основе которого лежит патологическая стойкость аффекта. В норме посте отреагирования чувств любые эмоции идут на убыль. У застревающего типа аффект теряет свою яркость очень медленно. Аффект сохраняется в памяти и при малейшем упоминании о ситуации, в которой он появился, эмоции вспыхивают с новой силой. Людей застревающего типа очень легко обидеть. Аффект в таком случае оказывается ответом за уязвленное самолюбие. Оскорбление, разочарование, как правило, не забывается застревающим типом. В связи с этим их часто характеризуют как обидчивых и злопамятных людей. Таким образом, с точки зрения К. Леонгарда обидчивость становится следствием сформированного застревающего типа характера [3].

А.Е. Личко, занимаясь описанием акцентуаций характера, выделяет ряд акцентуаций, которым свойственна обидчивость. Так, для истероидного типа доминирующими чертами являются демонстративность характера, завышенная самооценка. Эти черты являются детерминантами обидчивости для данного типа акцентуации. Еще один обидчивый тип акцентуации – сенситивный. Для него характерна повышенная чувствительность, впечатлительность, мнительность, чувство собственной неполноценности, замкнутость. Эти качества детерминируют развитие обидчивости, т.к. данный тип особенно чувствителен к нарушению социального взаимодействия и реагирует на него обидой. Для гипотимного типа характерна ранимость, уныние, пониженный эмоциональный фон. Этот тип часто обижается, т.к. видит практически в любом социально контакте причину возможного понижения своего настроения. Для циклоидного типа характерна смена двух состояний – гипотимного и гипертимного. В период сниженного настроения для данного типа характерны все личностные черты гипотима и обидчивость в том числе. Для эпилептоидного типа характерны повышенная агрессивность, гневливость, легкоранимость и чрезмерное самолюбие. Это является причиной обидчивости для данного типа. В связи с этим, психологическими детерминантами обидчивости с точки зрения А.Е. Личко могут быть некоторые характерологические особенности акцентуаций [2].

Э. Шостром считает, что причиной обидчивости может стать склонность к манипуляциям [5]. Он описывает механизм перехода склонности к манипуляции в обидчивость в своей типологической модели социального характера. Манипулятор не берет на себя ответственность за свои поступки и ошибки, поэтому обижается на всех. При этом манипулятор не только сам обижается, но часто осознанно обижает сам, часто оправдывая себя словами: «Я не хотел обидеть!» Э. Шостром выделяет три типа манипулятора: ориентированного не прошлое, настоящее и будущее. Наиболее обидчивый тип – манипулятор, ориентированный на прошлое. Этот тип часто испытывает чувство вины, сожаления и обиды на всех и испытывает сложности с выражением эмоции. Таким образом, по мнению Э. Шострома социально-психологическим основанием обидчивости является манипулятивность личности.

З.А. Агеева и М.С. Гриценко в статье «Социально-психологическая природа и феноменология обидчивости» приводят результаты своего исследования по выявлению социально-психологических детерминант этого качества [1]. В исследовании приняли участие 45 респондентов, показатели обидчивости которых сравнивались с разноуровневыми характеристиками личности, рассматриваемыми в качестве потенциальных предикторов. Приведем ниже некоторые итоги исследования:

* Обидчивость проявляется в частом переживании обиды в процессе межличностного общения.
* Существуют гендерные различия в проявлении обидчивости. Так, у девушек активный характер обидчивости сочетается с непродолжительностью реакции. Т.е. девушки более обидчивы, легко обижаются, но быстро отпускают ситуацию обиды. И, наоборот, у юношей относительно неяркая реакция на обиду сочетается с длительностью переживания.
* В результате корреляционного анализа авторы выделили следующие социально-психологические детерминанты обидчивости: низкая самооценка, высокая тревожность, ригидность, низкая коммуникативная толерантность, конфликтность и агрессивность.

С точки зрения Ю.М. Орлова обида возникает из-за столкновения ожиданий индивида относительно поведения другого и его реальным поведением. Обидчивость – это следствие того, что нам кажется, что окружающие люди жестко запрограммированы нашими ожиданиями, отрицая его право на самостоятельное действие. Причина возникновения этой установки заключается в эгоистичности и неспособности принять право другого человека на свое мнение [4].

Таким образом, нами представлены основные исследования обидчивости в контексте социально-психологических причин ее появления. Как видно из описания, эта проблема является недостаточно исследованной и представляет особую ценность для дальнейшего изучения.

Для более подробного изучения социально-психологических детерминант обидчивости, нами было проведено собственное исследование, в котором приняли участие 399 респондентов в возрасте от 18 до 25 лет.

Осуществив предварительно теоретический анализ изучаемой проблемы, мы выдвинули следующую гипотезу:

1. Социально - психологическими детерминантами обидчивости могут выступать виктимность, самоотношение и общее отношение к жизни.

2.Обидчивость оказывает влияние на психологические установки в межличностном общении, а именно:

2.1. Если формирование обидчивости обусловлено высоким уровнем виктимности, то в межличностном общении проявляется подчиняемость.

2.2. Если обидчивость является следствием сформированного негативного самоотношения, то личность в межличностном общении может проявлять подозрительность.

2.3. Если обидчивость сформирована на фоне общего негативного отношения к жизни, то в межличностном общении проявляется установка эгоистичности.

На первом этапе нами была разработана авторская анкета, позволяющая оценить степень обидчивости. Изначально анкета состояла из 32 утверждений, которые респонденту необходимо было применить к себе и оценить степень соответствия своим взглядам по шкале от 1 до 5. Далее при помощи факторного анализа с использованием вращения «облимин» ответы были сгруппированы вокруг двух основных факторов, которые мы назвали «застревание на переживании, злопамятность» и «чувствительность». В итоговой версии анкеты осталось 25 вопросов.

Далее был проведен опрос респондентов при помощи методики исследования виктимного поведения (О.О. Андронниковой), теста «Смысло-жизненные ориентации» (Д.А. Леонтьева), опросника для диагностики межличностных отношений (Т.Лири), методика исследования самоотношения (С.Р. Пантелеева) и авторской анкеты «Диагностика обидчивости».

В ходе регрессионного анализа методом пошагового включения переменных нами были выявлены следующие закономерности:

1. Социально-психологическими предикторами обидчивости действительно могут выступать виктимность, общее негативное самоотношение и негативное отношение к жизни.
2. Виктимность как социально-психологическая детерминанта обидчивости может проявляться в зависимом поведении, нежелании что – либо делать самому, ролевой позиции жертвы, попытке получить сочувствие и поддержку. Чем более ярко выражены эти качества, тем обидчивее человек. В таком случае обида – есть попытка манипуляции окружающими, чтобы занять выгодную позицию жертвы и получить социальное одобрение, сочувствие и сострадание. Вместе с зависимым поведением предиктором обидчивости является агрессивная виктимность. В таком случае человеку свойственно намеренно создавать конфликтные ситуации, впадать в ярость. Чем выше агрессивная виктимность, тем выше обидчивость. Таким образом, обидчивость прямо пропорциональна виктимности личности.

Следствием обидчивости, сформировавшейся на фоне виктимного поведения, становится установка подчиняемости в межличностном общении. Так, обидчивый человек, склонный к виктимному поведению, в общении может быть чрезмерно застенчивым, покорным, уступчивым, неспособный отстоять собственное мнение либо вообще не имеющий такового. Такой человек всегда ищет опору в лице более сильного человека. Обидчивость в таком случае выступает как психологическая защита от чрезмерного психического напряжения.

1. Обидчивость может быть сформирована на фоне негативного самоотношения. Оно может проявляться во внутренней конфликтности, самообвинении и пониженном саморуководстве. Такой человек сомневается во всем, неспособен самостоятельно принимать решения, отличается излишним самокопанием на фоне негативного отношения к себе, занимается самоуничижением («Обижайте меня, я это заслужил»), не желает проявлять какую-либо активность, склонен к фатализму.

Следствием обидчивости, сформированной на фоне общего негативного отношения к себе, становится установка подозрительности в межличностном общении. Эта установка проявляется в отчужденности, жалобах, постоянном недовольстве окружающими. Такие люди не способны принять искреннее хорошее отношение к себе, во всем ищут подвох. Они злопамятны, критичны, испытывают трудности в интерперсональных контактах. Часто прибегают к вербальной агрессии. Обидчивость в данном случае выступает как индикатор нарушенных взаимоотношений и способ оправдать или оспорить свои подозрения относительно партнера по общению.

1. Причиной обидчивости может стать общее дисгармоничное отношение к жизни, проявляющееся в эмоциональной ненасыщенности, бессмысленности, неудовлетворенности ею. Кроме того, негативное отношение к жизни проявляется в неверии в собственные силы, излишнем фатализме и неспособности контролировать события своей жизни. В таком случае обидчивость выступает как индикатор неудовлетворенности жизни.

Для блока «Общая неудовлетворенность жизнью – обидчивость» не выявлено каких-либо закономерных установок, которые могли бы проявляться в межличностном общении. Это может быть предметом для дополнительного исследования.

Таким образом, результаты исследования имеют ярко выраженную теоретическую и практическую значимость, так как могут стать основой для более глубокого изучения обидчивости. Кроме того, они могут быть использованы практикующим психологом для коррекции обидчивости, которая является препятствием для выстраивания гармоничных личных и деловых отношений. Логика построения психологической работы должна быть нацелена на активизацию у клиента потребности достижения личностной гармонии с самим собой, формирование установок принятия социального окружения и, в первую очередь, самого себя.

Литература:

1. Агеева З. А. Социально-психологическая природа и феноменология обидчивости / Вестник Ивановского государственного университета. 2009 год. №1. С. 19-23.
2. Изард К.Э. Психология эмоций / Пер. с англ. А. Татлыбаева. - СПб, 2007. -464 с.
3. Мкртчян Ц.Л. Психологические аспекты обиды и прощения как феномена межличностного общения // Вестник ЧГПУ. 2013. №5. С.76-86.
4. Орлов Ю.М. Оздоравливающее (саногенное) мышление. - М.: Слайдинг, 2006. - 96 с.
5. Шостром Э. Человек – манипулятор/ Пер. с англ. Н.Шевчук, Р.Римская. - М.: Психотерапия, 2008. - 192 с.