

ОСОБЕННОСТИ И СЛОЖНОСТИ ДИАГНОСТИКИ ЧУВСТВА ОБИДЫ В ПСИХОЛОГИИ

Салманова Тамила Хикматовна
Преподаватель кафедры «Педагогика и психологии»
Международного университета Кимё в Ташкенте
<https://doi.org/10.5281/zenodo.14576004>

Аннотация. Данная статья посвящена анализу и степени изученности феномена обиды и ее взаимосвязь с характерологическими особенностями личности в психологической литературе. Проведен сравнительный анализ различных подходов в изучении чувства обиды и его значение и влияние на благосостояние личности.

Ключевые слова: обида, обидчивость, феномен, личность, эмоции, чувства, поведение.

Annotatsiya. Ushbu maqola xafagarchilik fenomenini tahlil qilish va o'rganish darajasiga va uning psixologik adabiyotda shaxsning xarakterologik xususiyatlari bilan o'zaro bog'liqligiga bag'ishlangan. Xafagarchilik hissi va uning ma'nosi va shaxsning farovonligiga ta'sirini o'rganishda turli xil yondashuvlarning qiyosiy tahlili o'tkazildi.

Kalit so'zlar: xafagarchilik, xafagarchilik, hodisa, shaxsiyat, his-tuyg'ular, his-tuyg'ular, xatti-harakatlar.

Annotation. This article is devoted to the analysis and degree of study of the phenomenon of resentment and its relationship with the characterological features of personality in psychological literature. A comparative analysis of various approaches to the study of feelings of resentment and its significance and impact on the well-being of the is carried out.

Key words: resentment, phenomenon, personality, emotions, feelings, behavior.

Введение.

В современном обществе вопросы психологии и психологического состояния людей проникают во все сферы деятельности людей. В нашей стране на государственном уровне издаются законопроекты, направленные на оптимизацию психологической сферы граждан. Так в целях развития службы охраны психического здоровья населения, раннего выявления и диагностики психических расстройств, повышения качества лечения лиц, страдающих психическими расстройствами, внедрения системы эффективного управления, развития науки, повышения кадрового потенциала в сфере, укрепления

материально-технической базы психиатрических учреждений, а также организации своевременного оказания психиатрической помощи населению Президент Ш.М. Мирзиёев подписал постановление «О мерах по дальнейшему развитию службы охраны психического здоровья населения» за 19.06.2023 года.

Эмоции как основная составляющая нашей психологической жизни непосредственно влияют на мировосприятие молодого поколения. Так наше исследование направленно на выявление влияния характерологических особенностей личности на чувство обиды.

Литературный обзор

Проблеме диагностики чувства обиды в науке уделено мало внимания. Методик изучающих чувство обиды как самостоятельного феномена очень мало и они, по требованиям предъявляемым психодиагностическим методикам, не имеют данных о надежности и валидности методик. Один из немногих методик на выявление обидчивости встречается в работе О.Опуневич («Психологические особенности преодоления обиды и обидчивости в подростковом возрасте». 2001), авторами которой являются Е.П. Ильин и П.А. Ковалев[5]. Чувство обиды можно выявить при помощи всем известной методики Басса-Дарки на выявление агрессивности, т.е. здесь чувство обиды будет рассматриваться как проявление агрессии. Практические психологи в консультативной работе больше обращаются к проективным методикам (Цветовой тест Люшера, Рисуночные методики и т.д.) Так в проведенном нашем исследовании результатом по методике на выявление обидчивости и по шкале обиды по методике Басса-Дарки у одной и той же выборке мы получили противоположные результаты.

С точки зрения теории дифференцированных эмоций К. Изарда выделяются [8] базовые или фундаментальные эмоции, в основе которых лежат врожденные физиологические механизмы. Базовые эмоции переживаются и распознаются людьми безотносительно к культурной и социальной среде. Изард выделил десять базовых эмоций: интерес, удовольствие, удивление, отвращение, гнев,

презрение, горе (печаль), страх, стыд, вина. Другие эмоциональные состояния и чувства состоят из смеси этих базовых эмоций. Им в виде приложения к его теоретической концепции, была разработана методика, которая включает 30 шкал, представленных прилагательными, соответствующими различным оттенкам эмоциональных переживаний. Чувство «обиды» не относится к базовым эмоциям. Феноменологически обида включает базовые эмоции гнева, горя, стыда или вины.

Методология

Гнев умеренного уровня проявляется в виде злости, досады или раздражения. В ситуации, которая вызывает обиду, гнев вызван фрустрацией. Человек не получил, что желал получить. Первая реакция на фрустрацию у взрослых и маленьких детей – гнев или ярость. В процессе жизни в социальной среде ребенок постепенно научается тому, что выражение гнева и ярости иногда приводит к нежелательным для него же последствиям. В припадке ярости ребенок может пораниться или получить травму[4]. Кроме того, взрослые (родители, бабушки и дедушки, воспитатели) наказывают или не поощряют ребенка за частые вспышки гнева. Далеко не всегда - это физические наказания. Отвержение – прекращение контакта с ребенком, высказывание отвращения или презрения ребенку, осуждение поведения и самого ребенка – гораздо «эффективнее». Такое «воспитание» вызывает у ребенка вину и стыд, которые «блокируют» гнев. Происходит инверсия – переворачивание горячего, агрессивного и наступательного состояния в угнетающее, подавленное, депрессивное состояние с элементами стыда и самообвинения. Это состояние определяют как «обиду». Однако ситуация еще сложнее.

Исходя из методологической проблемы науки психологии, каждая школа рассматривала обиду согласно особенностям предмета изучения.

Прежде всего, природу фрустрации и разочарования начали изучать по проявлениям психодинамических направлений психологии.

Фрейд лирично определял обиду как страдание, испытываемое в тишине. Если по какой-либо причине ответная реакция на психическую травму не осуществляется, травма сохраняет свой первичный аффект, и человек не избавляется от сильного возбуждения путем "реагирования", есть вероятность, что это состояние станет для него психической травмой. Фрейда: "Если в ответ на оскорбление не будет ничего в ответ, будут ноты, отличные от тех, на которые не было ответа и которые сопровождались молчанием, безответная тоска будет описана как «фрустрация». В некоторых случаях аффект изменяет облик человека, застывает в нем и переходит в новое качество: "обидчивость". Феномен обидчивости согласно точке зрения Фрейда – специфичен для истеричных личностей[7].

Анализ и результаты

По мнению Карен Хорни [2] чувство обиды не исчезает в юности, а остается скрытым на протяжении всей жизни, то есть становится неотъемлемой частью качества человека. Человек всегда хочет быть любимым и чувствует боль. Он расстраивается, когда окружающие не подчиняются его бессознательным требованиям, например, когда они не благодарны за его усилия по завоеванию сердец окружающих. Обычной реакцией на разочарование его требований является не гнев, а скорее жалость к его относительно несправедливому обращению.

Карен Хорни показывает взаимосвязь между чувством вины и обидой в своих работах. Наибольшее страдание причиняют самоупреки и самокритика. Он начинает винить себя в каких-то жизненных трудностях, тут же вспоминает о плохом обращении с ним и ввязывается в эти события. Таким образом, чувство «я-жертвы» становится стратегической позицией, которая защищает и защищается со всем рвением от чувства ненависти к себе. Обычно обиженные не принимают помощи извне, потому что это разрушает положение жертвы.

В транзактном анализе Э. Берна, обида определяется как форма поведения личности с позиции ребенка. «Любимая» эмоция формируется у ребенка до 10 лет и доминирует на протяжении всей его жизни[4]. Сначала в качестве «эксперимента» ребенок попеременно испытывает гнев, вину, обиду, страх и т. д. Если ребенку нравится чувство расстроенности, то это чувство укрепит в нем. В дальнейшем человек будет собирать и разбирать свои обиды.

Одни вспоминают об этом редко, а другие со скуки; есть те, кто ищет один повод, чтобы расстроиться, вспоминает все обиды и издевательства и, наконец, «взрывается», чтобы высказать всем свои чувства. Некоторым людям нравится держать эти чувства в себе, а другим нравится постоянно показывать их другим.

Когда мы говорим о обиде как о свойстве личности, мы также обращаемся к факторной теории Р. Кеттелла, который понимает личность как сложную структуру эмоций, истоки которых различны, а относительно устойчивые эмоции формируются окружающей средой. Устойчивость последних слабее, и в основе лежит продукт взаимодействия эмоций. По Кеттеллу, эмоциональность – это динамическая характеристика человека, формируемая в результате действия социокультурных факторов окружающей среды, а не психологических доминант.

Гештальтисты[3] чувство обиды, относят к эмоции, относящейся к незавершенным ситуациям, которое невозможно понять правильно, не оценив значимость цепляющегося отношения.» Цепляющийся человек, не может отпустить свою добычу, от казаться от нее, он не способен успешно иметь дело с тем, кто стал объектом его фиксации: усиливая «присасывание», он не прекращает попыток извлечь что-то из уже к выдохшихся взаимоотношений, не получая больше удовлетворения, а лишь изматывая себя и усиливая чувство обиды. В таких отношениях не происходит разделения на фигуру и фон, вместо этого они сливаются.

Гештальт-психолог Фредерик Перлз считает чувство обиды признаком расстройства привязанности. Как пишет Перлз в «Экспериментах по психологии

самопознания»: «Если союз между А и Б разорван, либо А думает, что я разорвал его, либо Б разорвал его, то, естественно, виноват один из них. Если А предполагает, что она сделала это сама, она должна изменить ситуацию и извиниться перед Б, чтобы восстановить соединение; если он находит В виновным, то В должен заплатить за это или быть готовым понести наказание в виде извинений».

Обсуждение

Базой нашего исследования был педагогический университет студенты первых вторых и курсов, в возрасте от 18 до 20 лет. Результаты исследований по методикам показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки и Тест на обидчивость стали для нас довольно противоречивыми, выявилось особенности проявления обиды и обидчивости. Методика на определения агрессивности Басса-Дарки в процентном отношении выявило высокие показатели шкалы обиды только у 11% респондентов. А вот результаты методики на определение обидчивости, показали 26 % у той же выборки с высоким уровнем обидчивости. Согласно О.Апуневич, обида -это деструктивное чувство, а обидчивость является перманентным проявлением характера[1]. Можно сделать вывод, что в студенческом возрасте, обида как деструктивное чувство проявляется не у большого количества молодежи юношеского возраста, а обидчивость как характерологическое качество встречается чаще.

Выводы и рекомендации

Исходя из вышеизложенного, чувство обиды, это сложное эмоциональное состояние расцениваемое и как деструктивное и имеющее конструктивные последствия, это состояние, проявляющееся в поведении, источниками могут множество причин. Результаты нашего исследования показали, что обида и обидчивость как характеристика личности могут не иметь прямой и обратной зависимости.

Литература:

1. Апуневич О. А. Коррекция обиды и обидчивости в подростковом возрасте // Психологическая коррекция как фактор обеспечения безопасности развития личности. - Череповец: Изд-во ЧГУ, 2011. - С. 44-95.
2. Апуневич О. А. Психологические особенности преодоления обиды и обидчивости в подростковом возрасте: дис. ... канд. психол. наук. -Череповец, 2001. - 210 с.
3. Бганба М. Ч. Прямые и косвенные номинации концепта «обида» в английском языке: дис. ... канд. филол. наук. - М., 2010. - 217 с.
4. Ибрагимбеков Ф.А. Эволюция личности. – «Fuad İbrahimbəyov. Seçilmiş əsərləri». Mütərcim, Bakı, 2017.
5. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. - СПб.: Питер, 2001. - 752 с.
6. Орлов Ю. М. Обида. Вина. - М.: Слайдинг, 2004. - 96 с.
7. Хорни К. Невротическая личность нашего времени-М., 1993. -480 с
8. Чиркова Т.И. Психологическая служба вуза: иллюзия или стратегическая возможность решения проблем профессиональной подготовки студентов? // Проблемы современного образования. №1, 2011. С. 82-93 стр. 66-96
9. Шелер М. Ресентимент в структуре моралей. - СПб.: Наука: Университетская книга, 1999. - 231 с.