

*Данилова Маргарита Александровна
к.п.с.н., ст.преподаватель
студентка*

*Рясная Каролина Александровна
ГБОУ ВО РК «Крымский инженерно-
педагогический университет им. Февзи
Якубова»*

ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ С ЛИЧНОСТНОЙ БЕСПОМОЩНОСТЬЮ

***Аннотация.** Статья посвящена теоретическому анализу специфических особенностей подростков с личностной беспомощностью. Дано определение понятию личностная беспомощность, описаны виды беспомощности: ситуативная и личностная. Определены ведущие индивидуально-психологические особенности подростков с личностной беспомощностью.*

***Ключевые слова:** особенности, психологические, подросток, личностная беспомощность.*

***Annotation.** The article is devoted to the theoretical analysis of the specific features of adolescents with personal helplessness. The definition of personal helplessness is given, the types of helplessness are described: situational and personal. The leading individual psychological characteristics of adolescents with personal helplessness are determined.*

***Key words:** features, psychological, adolescent, personal helplessness.*

Современные социальные, политические и информационные события зачастую крайне негативно воздействуют на психику подрастающего поколения, способствуя проявлению такого психологического феномена как личностная беспомощность. Личностная беспомощность представляет собой специфическое состояние, когда индивид не предпринимает попыток к улучшению собственного состояния даже при условии наличия возможностей,

сопровождающихся утратой ощущения свободы и контроля, отсутствием веры в себя.

В отечественной психологической науке глубинному анализу феномен беспомощности подвергся сравнительно недавно – в прошлом столетии. Предшественником концепции личностной беспомощности Д.А. Циринга выступает представление И.В. Пономаревой о подразделении беспомощности на два типа: ситуативную и личностную. Ситуативная беспомощность представляет собой состояние, формирующееся лишь в определенных условиях и возникающее в ходе реакции на травматичное событие сильной интенсивности [1]. Присутствие ситуативной беспомощности выражается в отказе от попыток оказать воздействие на происходящее, в бездействии, апатии. Изменение ситуации детерминирует нивелирование ситуативной беспомощности.

Личностная беспомощность Е.А. Евстафеевой, Д.А. Цирингом осмысливается не в качестве составляющей выученной беспомощности, а в качестве отдельного, более сложного образования, появляющегося под влиянием внешних и внутренних явлений. При этом внутренние факторы определяют формирование личностной беспомощности, однако внешние факторы здесь будут более решающие [2;3].

Известно, что окончательное формирование самоконтроля и саморегуляции происходит в старшем подростковом возрасте (период от 10 до 15 лет). Происходит бурное психофизиологическое созревание, становление самосознания, эмоциональной сферы, дифференциация по силе эмоциональной реакции. И.Ю.Кулагиной подчеркивается, что подростки, у которых данный период протекает неблагоприятно, чаще всего пассивные, несамостоятельные, неосновательные, неуверенные в себе, беспокойные, тревожные [4].

Беспомощные подростки, по мнению О.Ю. Краева, характеризуются когнитивным дефицитом, недостатком креативности, испытывают сложности в разных ситуациях поступать по-разному, творчески, склонны поступать стереотипно, вне анализа ситуации в целом [5].

На мотивационный дефицит подростков с беспомощностью указывает Е.В. Веденеева: низкая мотивация обучения у них менее выражена, по сравнению с самостоятельными сверстниками. Также имеют место экстернальный локус контроля, боязнь отвержения, недостаток целеполагания, избегание неудач. Ведущим мотивом для таких подростков становится хорошая отметка, мотив наказания за недостаточно успешную учебу [6, с.129].

Д.А. Циринг утверждает, что у подростков с личностной беспомощностью имеет место недостаток волевой компоненты, то есть умения контролировать собственное поведение, импульсивность. Характерны достаточно значительные сложности с изменением собственных действий в соотношении с конкретной ситуацией. Они не склонны к решимости, отстаиванию собственной точки зрения, упорству, настойчивости.

Подростки с личностной беспомощностью часто выступают обладателями таких черт, как эмоциональная неудовлетворенность, апатичность, депрессивность, тревожность, замкнутость, ранимость, обидчивость, эмоциональная лабильность, отмечает О.Н. Истратова [7].

По мнению О.В. Вовденко, Г.П. Геранюшкина, для подростка с беспомощностью свойственна эмоциональная зависимость от родителей в форме, например, неправильной модели семейного воспитания, симбиотических отношений [8].

Э.В. Галажанский беспомощных подростков описывает следующим образом: они зачастую могут быть интровертированы, быть сдержанными, испытывать затруднения в установлении контактов, обладать низким социометрическим статусом и привлекательностью для коммуникации. Их взаимоотношения со сверстниками не достаточно из-за чего возникает неудовлетворенность взаимоотношениями, зависимость от группы [9, с.140].

Согласно В.В. Шиповской, у подростков с беспомощностью имеются выраженные склонности к эскапизму, дезадаптации, отсутствие желания принимать ответственность, недостаточная мудрость в тонкостях

межличностных контактов; они чаще ощущают эмоциональный дискомфорт, по сравнению с самостоятельной группой сверстников [10, с.77].

Д.А. Циринг отмечает, что важное значение для развития системной особенности беспомощности отводится пессимистическому атрибутивному стилю, подразумевающему склонность пояснять суть отрицательных происшествий в понятиях генерализации, стойкости, персонализации [11]. Именно у подростков с беспомощностью, по мнению Д.А. Циринг, он встречается чаще, чем у сверстников с оптимистическим стилем атрибуции.

Присутствие личностной беспомощности взаимосвязано еще с таким показателем, как предрасположенность к депрессии. Наибольшее значение имеет как состояние депрессии, так и собственно склонность личности к острому переживанию неудач, чрезмерной самокритике, гипертрофированному ощущению вины, недостаточная уверенность в себе, подчеркивается Д.А. Цирингом [11].

Еще одним диагностическим критерием, по мнению исследователя, является тревожность, которая выступает как неизменная индивидуальная характеристика, детерминирующая появление тревожных переживаний, беспокойства. А также неадекватная завышенная или заниженная самооценка, формирующиеся на основе неких неоправданных ожиданий, ошибочной убежденности в собственной несостоятельности.

Подведем итог.

1. Подростковый возраст представляется критическим для развития личностной беспомощности, поскольку укрепившись в данный возрастной период, ее свойства обретают стойкие характеристики в структуре личности в дальнейшем.

2. Подростки с личностной беспомощностью характеризуются меньшей успешностью в ведущей деятельности и сформированностью регуляторных навыков, способностью к целеполаганию, недостаточно позитивным самоотношением. Они чаще всего интровертированы, испытывают затруднения в профессионализации.

Список источников

1. Пономарева И.В. Личностная беспомощность как фактор, детерминирующий поведение человека // Психология и образование: Материалы II Всероссийской научнопрактической конференции. – Махачкала: ДГПУ, 2010. – С. 422-425.
2. Евстафеева Е.А. Личностная беспомощность как одна из детерминант деструктивного поведения сотрудников уголовно-исполнительной системы // Прикладная юридическая психология. – 2011. – № 2. – С.106.
3. Циринг Д.А. Феномен выученной беспомощности в онтогенезе личности: дис. на соискан. уч. ст. канд. психол. наук: 19.00.01: утв. 2001. – Челябинск, 2001. – 157 с.
4. Кулагина И.Ю., Коллюцкий В.Н. Психология развития и возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие. – М.: Академический Проект, 2015. – 432 с.
5. Краев О.Ю. Психологические характеристики выученной беспомощности и особенности её коррекции в когнитивно-бихевиоральном подходе // Травматический стресс и профессиональная деятельность: материалы науч.-прак. конф. – М., 2010. – С. 51-65
6. Веденева Е.В., Циринг Д.А. Структура мотивационного компонента личностной беспомощности на разных возрастных этапах // Казанский педагогический журнал. – 2011. – №4 (88). – С.123-131.
7. Истратова О.Н., Вапельник Л.А. Роль семьи в формировании личностной беспомощности в подростковом возрасте // Гуманитарные научные исследования. – 2013. – № 10 – С. 15