

Секция «Актуальные проблемы современной социальной психологии»

Взаимосвязь базисных убеждений и уровня субъективного благополучия женщин со степенью созависимости в отношениях.

Логинова Мария Александровна

Студент (бакалавр)

Ульяновский государственный университет, Ульяновск, Россия

E-mail: mrln.loginova@yandex.ru

Тема созависимых отношений является социально значимой, так как предрасположенность к вступлению в созависимость, а после и сама созависимость зачастую приводит к таким социальным проблемам как домашнее насилие, количество разводов. Достаточно хорошо исследована созависимость как феномен, но по гендерным особенностям созависимости были найдены только исследования, рассчитанные на небольшую выборку, массовых исследований найдено не было.

Исследование проводилось путем подбора респондентов в сети интернет. Выбор базы исследования осуществлялся в соответствии с целями и задачами исследования. В нашем общем исследовании приняли участие 25 человек: девушки, возрастом от 19 до 38 лет, состоящие в отношениях.

Проанализируем качества личности, склонной к зависимости и созависимости:

1. Низкая самооценка.
2. Выученная беспомощность.
3. Преобладание примитивных защитных механизмов.
4. Ощущение своей зависимости от окружения.
5. Психологическая незрелость.
6. Неопределенность психологических границ.
7. Недоверие к людям.
8. Внешний локус контроля.
9. Преобладание определенных психических состояний.
10. Неспособность (страх) испытывать чувства близости.
11. Повышенный уровень агрессии, которая проявляется не только как агрессия к внешнему миру, но и, возможно, как аутоагрессия [3].

Понятие «базисные убеждения» находится на пересечении социальной, когнитивной и клинической психологии. Все эти науки пытаются ответить на вопрос о том, каким образом индивид выстраивает свои представления о окружающем мире и собственным Я. Базисные убеждения – глобальные. Устойчивые представления индивида о мире и о себе, они оказывают решающее влияние на мышление, эмоциональное состояние личности, а также ее поведение.

Базисные убеждения большинства здоровых людей зачастую сформулирована следующим образом: «В этом мире хорошего гораздо больше чем плохого. Если плохое и случается, то в основном с теми, кто делает что-то не так. Я хороший человек, следовательно, могу чувствовать защищенным от бед.» [6]

Но есть ситуации (негативный опыт), который резко противоречит данным представлением о мире. Их осмысление приводит индивида в ужас: он ощущает уязвимость и беспомощность, испытываемая ранее уверенность в собственной защищенности терпит крах, что приводит человека в состояние дезинтеграции. [9]

Доктор психологических наук Р.М. Шамионов дает следующее определение понятия «субъективное благополучие»: «Субъективное благополучие – собственное отношение человека к своей личности и жизни, а также к процессам, которые личность оценивает,

исходя из усвоенных нормативных представлений о внешней и внутренней среде, и характеризующееся ощущением удовлетворенности» [7].

Ученый выделяет несколько составляющих субъективного благополучия, далее разберем каждый из них подробно:

1. Эмоциональное благополучие. Согласно исследованиям ученых Л.А. Абрамян, М.И. Лисиной, Т.А. Репиной эмоциональное благополучие можно определить как устойчивое эмоционально-положительное самочувствие человека, основой которого является удовлетворение основных возрастных потребностей: как биологических, так и социальных.[4]

2. Экзистенциально-деятельностное благополучие. Проявляется в желании достигать целей и получать удовольствие от достижений, а также в насыщенности жизни смысловыми событиями. Выполнение намеченных действий, достижение целей приносит человеку удовольствие, которое в свою очередь относится к аффективному компоненту субъективного благополучия личности.[2] Человек, не осознающий своих целей и не имеющий четкого плана их осуществления, не может выстроить деятельность таким образом, чтобы она эффективно удовлетворяла поставленные цели, а также приносила удовольствие от достижения целей.

3. Эго-благополучие. Благополучие, связанное с удовлетворенностью собой и своей личностью. Оно проявляется в уверенности в своих возможностях и в гармонии с самим собой, а также в способности принимать жизненные события. Человек, уверенный в своих возможностях, добивается больших успехов, а также понимает, что именно он является творцом своей жизни, и чувствует наибольшую удовлетворенность собой и своей личностью в данный момент. Совокупность этих факторов повышает уровень эго-благополучия. [1]

4. Гедонистическое благополучие. Удовлетворенность базовых потребностей личности: в безопасности, в уровне жизни, материальном благополучии, жилищных условиях, экологической обстановке и т.п. [8].

5. Социально-нормативное благополучие. Удовлетворенность своей жизнью при соотношении ее с социальными нормами и ценностями личности. Социальное благополучие определяется как основа социального настроения, его эмоциональный фон, который обусловлен оценкой и самооценкой социального статуса и социального положения человека, его представлениями о возможностях достижения желаемого. [5]

С помощью таких методов эмпирического исследования как: «Шкала измерения созависимости в отношениях Спанн-Фишер» (Фишер, Спанн (1991г.), адаптация Москаленко В.Д.); модифицированного опросника «Шкала базисных убеждений» (ШБУ) в адаптации М.А. Падун, А.В. Котельниковой (2012г.); «Методики диагностики субъективного благополучия личности» Шамионов Р.М., Бескова Т.В. (2018г.) мы провели исследование среди женщин, возрастом от 19 до 38 лет, находящихся в отношениях, которое подтвердило нашу гипотезу о том, что уровень субъективного благополучия и определенные базисные убеждения (в частности «shattered assumptions» (разрушительные предположения) по Янофф-Бульману) связаны с предрасположенностью к вступлению в созависимые отношения женщинами в возрасте от 19 до 38 лет.

Источники и литература

- 1) 1. Аргайл. М. / Психология счастья. — 2-е изд. — СПб.: Питер, 2003. — 271 с: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
- 2) 2. Деятельность, смысл и субъективное благополучие личности. // <https://cyberleninka.ru/URL:https://cyberleninka.ru/article/n/deyatelnost-smysl-i-subektivnoe-blagopoluchie-lichnosti/viewer> (дата обращения: 12.02.2024).

- 3) 3. Ковалева, С. А. Основные теоретические подходы к изучению созависимости / С. А. Ковалева // Социальное развитие современного российского общества: достижения, проблемы, перспективы. – 2016. – № 8. – С. 79-82. – EDN WKRKHN. Коленова, А. С. Особенности ценностно-смысловой сферы женщин, проявляющих созависимость / А. С. Коленова // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2018. – Т. 7. – № 6-2. – С. 304-316. – EDN AMLTSL.
- 4) 4. Кошелева А.Д., Перегуда В.И., Шаграева О.А. Эмоциональное развитие дошкольников: учеб. пособие М.: Академия, 2003.-168с].
- 5) 5. Магун В.С. Потребности и психология социальной деятельности личности Л.: Наука, 1983.].
- 6) 6. Петрова И., Коррекция созависимого состояния личности членов семьи больных химической зависимостью. / [Электронный ресурс] // URL: <https://www.b17.ru/article/95844/> (дата обращения 01.05.2021)
- 7) 7. Шамяионов Р. М. Психология субъективного благополучия: (к разработке интегративной концепции) // Мир психологии, 2002, №2. URL: <http://www.myword.ru> (дата обращения 13.05.2023 г.) С. 1].
- 8) 8. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia and well-being: An introduction. Journal of Happiness Studies, 9, 1-11. DOI: 10.1007/s10902006-9018-1 Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. Journal of Personality Assessment, 49, 71-75.
- 9) 9. Fischer J., Spann L., Crawford D. Measuring codependency // Alcoholism Treatment Quarterly. schema construct // Social Cognition. 1989. №7. P. 113-136.