

Е.И. Дубровинская, М.В. Юрченко
E.I. Dubrovinskaya, M.V. Yurchenko

ВЗАИМОСВЯЗЬ ОБРАЗА-Я И САМОРАЗРУШАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

THE RELATIONSHIP OF THE SELF-IMAGE AND SELF-DESTRUCTIVE BEHAVIOR OF COLLEGE STUDENTS

Аннотация:

В настоящее время саморазрушающее поведение становится все более актуальной проблемой. Нарушения пищевого поведения, алкогольная и наркотическая зависимость, самоубийства и другие формы поведения, которые наносят вред здоровью и жизни человека, стали обыденностью в нашем мире. Одним из факторов, способствующих развитию саморазрушающего поведения, является низкая самооценка и негативный Образ-Я, который формируется под влиянием семьи, образования, культуры, масс-медиа и других факторов. Психологические и физические последствия такого поведения могут быть серьезными и продолжительными, оказывая негативное влияние на здоровье человека, его окружение и общество в целом. Проведенное эмпирическое исследование имело целью выявление взаимосвязи Образа-Я и саморазрушающего поведения. Достижение цели осуществлялось с привлечением обширной источниковой базы и предполагало использование корреляционного анализа. В результате проделанной работы была подтверждена гипотеза о том, что существует обратная взаимосвязь между позитивным Образом-Я и склонностью к саморазрушающему поведению.

Ключевые слова: Образ-Я, негативный Образ-Я, позитивный Образ-Я, саморазрушающее поведение, самооценка, Я-концепция, студенческая молодежь, отклоняющееся поведение.

Abstract:

Currently, self-destructive behavior is becoming an increasingly relevant issue. In everyday life, we are seeing more and more cases of eating disorders, alcohol and drug addiction, suicides, and other forms of behavior that harm a person's health and life. One of the factors contributing to the development of self-destructive behavior is low self-esteem and a negative self-image, which are formed under the influence of family, education, culture, mass media, and other factors. The psychological and physical consequences of such behavior can be serious and long-lasting, negatively impacting a person's health, their environment, and society as a whole. Therefore, studying this relationship is an important task for modern science. The theoretical study

undertaken aimed to identify the correlation between self-image and self-destructive behavior. The goal was achieved by utilizing an extensive database and employing correlation analysis. The results of the study confirmed the hypothesis that there is an inverse relationship between a positive self-image and a tendency towards self-destructive behavior.

Keywords: Self-image, Negative Self-image, Positive Self-image, self-destructive behavior, self-assessment, Self-concept, college students, deviant behavior.

В настоящее время саморазрушающее поведение продолжает оставаться актуальным, негативно влияя на жизнь как подростков, так и более взрослого поколения. Множество исследований показало, что одним из факторов, провоцирующих развитие саморазрушающего поведения, является негативный Образ-Я.

Под Образом-Я мы понимаем внутреннее представление о себе, комплексное понятие, которое включает различные аспекты личности, такие как самооценка, самопонимание, самоопределение и т. д. Это понятие является значимым фактором, определяющим поведение и эмоциональное состояние человека. Формируясь в процессе взаимодействия с окружающей средой и социальными нормами, а также в процессе внутреннего диалога с самим собой, Образ-Я может быть как положительным, так и отрицательным. Положительный предполагает высокую самооценку, уверенность в себе, позитивное самопонимание и т. д. Отрицательный, напротив, характеризуется низкой самооценкой, неуверенностью в себе, негативным самопониманием и т. д. Образ-Я и самооценка являются важными объектами изучения в психологии личности и могут быть использованы для объяснения различных аспектов поведения и эмоционального состояния человека. Самооценка может варьировать у разных людей и в разные периоды жизни, сильно влияя на их эмоциональное состояние и поведение.

Для более ценностного представления о данном феномене рассмотрим некоторые из исследований.

Основоположником изучения Образа-Я принято считать У. Джемса, который ввел термины «чистое Я» (познающее) и «эмпирическое Я» (познаваемое) как образующие самосознания личности¹¹⁹.

Изучение теоретических особенностей феномена Образа-Я показало наличие значительного количества сходных понятий, часто применяемых как синонимы в психологии. В наиболее распространенных случаях термин «Образ-Я» выделяется в одной общей группе с такими

¹¹⁹ Джемс У.Д. Психология / Под ред. Л.А. Петровской. М., 1991. 368 с.

выражениями, как «Я-концепция» (К. Роджерс, 1997), «идентичность» (Э. Эриксон, 1995) и «самосознание» (В.В. Столин, 1983).

В соответствии с взглядами Р. Бернса, Я-концепция представляет собой совокупность установок, характерных для каждого индивида, включая убеждения, оценки и тенденцию к поведению¹²⁰. Формирование Я-концепции происходит в процессе социального взаимодействия и выполняет три ключевые функции: обеспечивает внутреннюю согласованность индивида, определяет восприятие опыта и формирует ожидания. Я-концепция является внутренним фильтром, который определяет восприятие каждой ситуации, ожидания и поведение.

Рассматривая Образ-Я как психологическое образование, выделяют следующие составные элементы:

— когнитивный компонент, который состоит из представлений о самом себе, а именно ролевых, статусных и психологических характеристик «Я»;

— аффективный компонент, который включает аффективное отношение (самооценку) к имеющимся представлениям.

Эмоциональная оценка в отношении того, что входит в сферу «Я», согласно Р. Бернсу¹²¹, имеет такие характеристики:

— полюс (положительный или отрицательный) и интенсивность (сила оценки);

— поведенческий компонент, который подразумевает какие-либо конкретные действия, вызванные существующим Образом-Я и самооценкой.

В.В. Столин понимал самооценку как общую оценку личности, которая формируется на основе отдельных самооценок. Он считал, что самооценка — это итоговое измерение «Я», которое выражает уверенность или неуверенность человека в своих качествах и способностях, а также положительное или отрицательное отношение к себе. Поэтому высокая самооценка предполагает уверенность в своих силах и способностях, а низкая самооценка может привести к комплексу неполноценности и негативному отношению к своей личности. Таким образом, самооценка — это сложное психологическое явление, включающее в себя множество аспектов личности¹²².

Высокая самооценка и позитивный Образ-Я могут создать основу для здорового психологического функционирования. Когда человек видит себя в положительном свете и так же оценивает свои качества и способности, это рождает уверенность в себе, психологическую устой-

чивость и умение справляться с жизненными вызовами. Люди с высокой самооценкой могут лучше регулировать свои эмоции, разрешать конфликты, они стремятся к достижению личных и профессиональных целей. С другой стороны, низкая самооценка и негативный Образ-Я могут создать множество психологических проблем. Люди с низкой самооценкой часто испытывают чувство неполноценности, беспомощности и даже депрессии. Они могут избегать новых вызовов из-за страха неудачи и чувства, что они не достойны. Негативный Образ-Я может поддерживать негативные представления о себе и препятствовать развитию здоровых отношений.

Саморазрушающее поведение — это поведение, которое приводит к нанесению вреда самому себе. Оно может включать в себя различные формы, такие как наркомания, алкоголизм, самоповреждение, нарушения пищевого поведения, суицидальные попытки и другие деструктивные действия. Психологи рассматривают саморазрушающее поведение как сложный и многогранный феномен, зависящий от множества факторов, включая психологические, социальные и биологические.

В.Д. Менделевич говорил, что саморазрушающее поведение можно считать блокированием личностного роста и даже деградацией личности, что является следствием, а иногда и целью такого поведения¹²³. В соответствии с данным подходом, девиант осознанно или неосознанно разрушает собственную самооценку, стремится лишить себя уникальности, а также не позволяет реализовать собственные задатки.

К. Роджерс писал, что саморазрушающее поведение может быть вызвано необходимостью защиты себя от болезненных эмоций, которые могут стать непереносимыми для человека¹²⁴. Роджерс предполагал, что саморазрушающее поведение возникает в результате дискомфорта, который испытывает человек в процессе ощущения своих эмоций. Чтобы защитить себя от этого дискомфорта, человек может начать совершать опасные или неподходящие действия, которые создадут иллюзию контроля над собой и окружающей средой.

Теперь рассмотрим влияние Образа-Я и самооценки на саморазрушающее поведение. Как уже говорилось, высокий уровень самооценки и позитивный Образ-Я могут служить защитным фактором от саморазрушающего поведения.

¹²³ Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения. М.: «ЮНИТИ-ДАНА», 2015. 445 с.

¹²⁴ Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека // Полноценно функционирующий человек. М.: «Прогресс», 1994. С. 234–247.

¹²⁰ Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М.: «Дрофа», 2006. 234 с.

¹²¹ Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М.: «Прогресс», 1986. 422 с.

¹²² Столин В.В. Самосознание личности. М.: «Просвещение», 1983. 288 с.

Когда у человека здоровый Образ-Я и высокий уровень самооценки, это помогает ему чувствовать себя уверенно и стремиться к успеху. Такие люди по-другому реагируют на стрессовые ситуации: они могут находить конструктивные и здоровые способы решения проблем, их действия направлены на увеличение жизненных шансов и благополучие. Следовательно, уровень самооценки и Образ-Я играют важную роль в предотвращении саморазрушающего поведения.

Негативный Образ-Я и низкая самооценка могут быть факторами риска для развития саморазрушающего поведения. Когда человек видит себя в отрицательном свете и считает себя недостойным, это может вызвать чувства беспомощности и отчаяния. В этом случае он может прийти к саморазрушающему поведению: наркомании, алкоголизму, суицидальным попыткам, агрессии и депрессии.

Низкая самооценка и негативный Образ-Я могут создать цикл, в котором человек ищет способы справиться с психологическими болями и негативными эмоциями через саморазрушающее поведение. Это поведение может кратковременно облегчить его страдания, но в конечном итоге усиливает негативный Образ-Я и еще больше снижает самооценку, что ведет к усилению саморазрушающего поведения.

А. Бек писал, что саморазрушающее поведение может возникать из-за определенных когнитивных искажений, которые влияют на человеческое восприятие себя и окружающего мира¹²⁵. Он полагал, что такие искажения могут приводить к негативным мыслям, эмоциям и поведению, которые препятствуют развитию и благополучию личности. Бек также утверждал, что многие люди, склонные к саморазрушающему поведению, часто имеют низкий уровень самооценки и самопринятия, а также чувствуют себя неполноценными и беспомощными.

Образ-Я представляет собой совокупность представлений человека о самом себе и включает убеждения, оценки, тенденции поведения. Он оказывает влияние на веру в себя, способность принимать решения и общаться с окружающими. Важно, чтобы Образ-Я был позитивным и поддерживающим, так как он является ключевым фактором успеха в учебе и жизни. Саморазрушающее поведение рассматривается как проблема, которая может привести к негативным последствиям для здоровья и благополучия человека. Здоровый Образ-Я и высокий уровень самооценки могут служить защитным фактором от саморазрушающего поведения, в то время как низкий уровень самооценки может быть фактором риска.

¹²⁵ Бек А., Фримен А. Когнитивная психотерапия расстройств личности. СПб.: «Питер», 2018. 448 с.

Для проведения эмпирического исследования взаимосвязи Образа-Я и саморазрушающего поведения мы опросили молодых людей (72 девушки и 23 юноши) с помощью Google Forms. Далее мы выявили группу лиц с высоким показателем по саморазрушающему поведению и группу с низким показателем по данной шкале. Затем, проанализировав особенности Образа-Я в первой и второй группе, выявили параметры, которые влияют на саморазрушающее поведение.

Для оценки уровня саморазрушающего поведения у респондентов мы использовали шкалы склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению, аддиктивному поведению и склонности к преодолению норм и правил; методики «Теста-опросника самоотношения» (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев), «Степени готовности к риску» (А.М. Шуберт), «Склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел). Для расчетов результатов исследования и анализа взаимосвязи Образа-Я и саморазрушающего поведения нами была проведена проверка результатов с помощью метода ранговой корреляции Спирмена — непараметрического метода, используемого при статистическом исследовании связи между различными явлениями. Этот критерий относится к типу непараметрических и не требует, чтобы данные были распределены по нормальному закону. Достаточно, если психологические показатели представлены в порядковой шкале, т. е. учитывается только тот факт, что один показатель больше или меньше, чем другой. Два количественных ряда признаков имеют некоторую степень параллелизма. Именно эта степень и определяется с целью получения оценки тесноты установленной связи. Метод ранговой корреляции Спирмена позволяет определить тесноту (силу) и направление корреляционной связи между двумя признаками или двумя профилями (иерархиями) признаков.

Результаты представлены в таблице на следующей странице.

В современном мире, где стресс и соблазны могут оказать серьезное воздействие на психическое здоровье, важно понимать роль защитных факторов в предотвращении саморазрушающего и аддиктивного поведения. Анализ данных исследования позволяет выделить несколько ключевых факторов, которые способствуют здоровому психологическому функционированию и могут снижать риск развития саморазрушающего поведения.

Самоуважение и самопонимание. Один из важнейших защитных факторов — это самоуважение, которое формируется через понимание своих способностей, уверенность в себе и своих возможностях. Когда уровень самоуважения высокий, человек более устойчив к стрессам и трудностям, что помогает сохранять психическое и физическое здоровье. Самопонимание также играет важную роль, позволяя человеку луч-

ше понимать свои потребности, интересы и ценности, что способствует принятию более осознанных решений.

«Тест-опросник самоотношения» (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)	«Степень готовности к риску» (А.М. Шуберт)	«Склонность к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел)		
		Преодоление норм и правил	Аддиктивное поведение	Саморазрушающее поведение
Шкалы	Склонность к риску	Преодоление норм и правил	Аддиктивное поведение	Саморазрушающее поведение
Глобальное самоотношение	—	—	-,357**	-,316**
Самоуважение	—	-,324**	-,400**	—
Ожидаемое отношение от других	—	—	—	-,302**
Самоинтерес	-,315**	—	—	—
Отношение других	—	—	—	-,276**
Самопринятие	—	—	—	-,276**
Самопонимание	—	-,347**	-,428**	-,348**
** Коэффициенты корреляции, значимы на уровне 0,01.				

Глобальное самоотношение. Отношение к себе и своей жизни также имеет большое значение. Личность, которая позитивно относится к себе и своей жизни, более устойчива к стрессам и эмоциональным переживаниям. Она способна легче принимать себя и свои недостатки, не испытывая чувства страха или неполноценности.

Ожидаемое отношение от других. Ожидания отношения от других также важны для психологического благополучия. Личность, которая ожидает позитивного отношения, поддержки и уважения со стороны окружающих, чувствует себя более уверенно и спокойно в общении с людьми. Поддержка и позитивные отношения со стороны других могут способствовать развитию здоровых отношений, повышению уровня самооценки и самоуважения.

Самоинтерес. Внутренняя мотивация, которая побуждает к самопознанию, самоопределению и самореализации, также способствует здоровому развитию личности. Она направлена на удовлетворение личностных потребностей, помогая человеку достигать лучших результатов в жизни и избегать рискованных привычек.

Отношение других. Качество отношений с окружающими играет важную роль в психологическом благополучии. Умение устанавливать положительные и поддерживающие отношения способствует развитию эмоциональной стабильности и умению контролировать свои эмоции.

Самопринятие. Когда уровень самопринятия высокий, а склонность к саморазрушающему поведению низкая, человек будет иметь более позитивное отношение к себе и своей жизни. Это способствует развитию уверенности в себе и способности достигать больших результатов.

Все эти защитные факторы не только помогают предотвращать саморазрушающее и аддиктивное поведение, но и способствуют общему улучшению качества жизни. Важно находить баланс между внутренними ожиданиями и внешними влияниями, чтобы не потерять свою самоидентичность. Развитие этих защитных факторов и работа над психологическим благополучием — это инвестиция в счастливое и здоровое будущее.

Образ-Я, самооценка и саморазрушающее поведение тесно связаны и могут оказывать глубокое влияние на психическое здоровье и благополучие личности. Понимание влияния этих концепций и механизмов, лежащих в их основе, может помочь нам разрабатывать эффективные стратегии для предотвращения и лечения саморазрушающего поведения.

Высокий уровень самооценки и позитивный Образ-Я могут служить защитным фактором от саморазрушающего поведения, в то время как низкая самооценка и негативный Образ-Я могут увеличить риск его развития. Внимание к психическому здоровью, поддержка и профессиональная помощь могут играть решающую роль в преодолении саморазрушающего поведения и повышении качества жизни. Эмпатия, понимание и социальная поддержка также могут изменить в лучшую сторону жизнь тех, кто страдает от этого сложного и многогранного феномена.

В данной статье была проведена аналитическая работа с использованием теоретической базы и результатов эмпирического исследования, направленных на выявление и понимание роли защитных факторов в предотвращении саморазрушающего и аддиктивного поведения.

Список литературы

1. Бек А., Фримен А. Когнитивная психотерапия расстройств личности. СПб.: «Питер», 2018. 448 с.
2. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М.: «Дрофа», 2006. 234 с.
3. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М.: «Прогресс», 1986. 422 с.
4. Джемс У.Д. Психология / Под ред. Л.А. Петровской. М., 1991. 368 с.
5. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения. М.: «ЮНИТИ-ДАНА», 2015. 445 с.
6. Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека // Полноценно функционирующий человек. М.: «Прогресс», 1994. С. 234–247.
7. Столин В.В. Самосознание личности. М.: «Просвещение», 1983. 288 с.

Сведения об авторах

Дубровинская Екатерина Игоревна, кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики и психологии Московского государственного университета технологий и управления им. К.Г. Разумовского. Тел.: +7916–548–20–62; e-mail: e.dubrovinskaya@mgutm.ru

Юрченко Мария Владимировна, магистр 1 курса по специальности «Психология» Московского государственного университета технологий и управления им. К.Г. Разумовского. Тел.: +7926–652–95–00; e-mail: 4bigkit@gmail.com

Information about the authors

Dubrovinskaya Ekaterina Igorevna, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Pedagogy and Psychology, K.G. Razumovsky Moscow State University of Technology and Management.

Yurchenko Maria Vladimirovna, 1st year Master's degree in «Psychology», K.G. Razumovsky Moscow State University of Technology and Management.

В.П. Гончаров, Е.С. Гайломазова
V.P. Goncharov, E.S. Gaylomazova

РОЛЬ ИНТУИЦИИ В ПРИНЯТИИ УПРАВЛЕНЧЕСКОГО РЕШЕНИЯ THE ROLE OF INTUITION IN MANAGERIAL DECISION-MAKING

Аннотация:

В работе проведен анализ некоторых исследований и научных статей, в которых частично рассмотрена тема влияния интуиции на процесс принятия управленческих решений. Актуальность данного исследования заключается в изучении управленческих решений как неотъемлемой части проблемы принятия решений и влияния на них интуиции. Данная тема достаточно масштабна, и в рамках одной работы невозможно рассмотреть ее полностью, поэтому нами были выделены основные критерии управленческих решений, дано понятие интуиции и ее видов, а также выявлена взаимосвязь между ними.

Ключевые слова: интуиция, управленческие решения, виды интуиции, программируемые и непрограммируемые решения.

Abstract:

The paper analyzes some studies and scientific articles, which partially consider the topic of the influence of intuition on the process of making managerial decisions. The relevance of this study lies in the study of managerial decisions as an integral part of the problem of decision making and the influence of intuition on them. It is worth noting that this topic is quite large-scale and it is impossible to consider it completely within the framework of one work, so we have identified the main criteria for management decisions, given the concept of intuition and its types, and also revealed the relationship between them.

Keywords: intuition, managerial decisions, types of intuition, programmable and non-programmable decisions.

Основной функцией в структуре управленческой деятельности является принятие управленческих решений. Результат управленческого труда зачастую зависит от навыков руководителя находить решения для нестандартных задач и проблем. Управленческое решение имеет направление от управляющего к управляемым, что способствует получению необходимых результатов и целей. Умение и навыки руководителя, обеспечивающие правильность принятого решения, составляют компетенцию любого управленца.