

ность исправления этого внешнего недостатка и в возможность выздоровления. Именно поэтому они нуждаются в психологической поддержке. Это обеспечит повышение эффективности реабилитационного процесса, достижение оптимальной компенсации заболевания, позволит предотвратить ряд его негативных социально-психологических последствий для подростка.

**Список использованных источников:**

1. Шильдер, П. Образ тела и внешний вид человека / П. Шильдер. – М. : Педагогика, 1973. – 264 с.
2. Бернштейн, Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н. А. Бернштейн. – М. : Медицина, 1966. – 148 с.
3. Кон, И. С. Психология ранней юности / И. С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 254 с.
4. Рамси, Н. Психология внешности / Н. Рамси, Д. Харкорт. – СПб. : Питер, 2009. – 256 с.
5. Ильин, Е. П. Пол и гендер / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2010. – 688 с.
6. Ситников, В. Л. Подросток глазами взрослых / В. Л. Ситников // Психология подростка. Полное руководство / под ред. А. А. Реана. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – С. 329–343.

УДК 159.9

**ПЕССИМИЗМ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ КАК ПОСЛЕДСТВИЕ  
ГИПЕРОПЕКАЮЩЕГО СТИЛЯ ВОСПИТАНИЯ В СЕМЬЕ**

**С. В. Остапчук**

*Новополоцк, ПГУ имени Е. Полоцкой*

**Е. С. Будник**

*Новополоцк, ПГУ имени Е. Полоцкой*

*19pp.budnik.e@pdu.by)*

**Аннотация.** Данная статья посвящена рассмотрению гиперопекающего стиля воспитания и проявлению его последствий в юношеском возрасте. Рассматриваются такие последствия гиперопекающего стиля воспитания как выученная беспомощность, а именно пессимистичный атрибутивный стиль. Запреты и следования потребностям родителей лишает ребенка возможности адекватного взаимодействия со своими желаниями и потребностями, тормозит и искажает развитие детей. Полученные результаты демонстрируют масштаб проблемы проявления выученной беспомощности в целом.

**Ключевые слова:** выученная беспомощность, гиперопека, гиперопекающий стиль воспитания, личностная беспомощность, пессимизм, симбиоз.

**PESSIMISM IN ADOLESCENCE AS A CONSEQUENCE  
OF AN OVERPROTECTIVE PARENTING STYLE**

**S. V. Astapchuk, E. S. Budnik**

*Novopolotsk, PSU named after Euphrosyne of Polotsk*

**Abstract.** This article is devoted to the analysis of overprotective parenting style and manifestation of its consequences in adolescence. Learned helplessness, namely a pessimistic

attributive style is considered as one of the consequences of the overprotective parenting style. Prohibitions and following the needs of parents deprive children of the possibility of adequate interaction with their desires and needs, inhibits and distorts their development. The results obtained demonstrate the importance of the problem of learned helplessness in general.

**Key words:** learned helplessness, overprotective, overprotective parenting style, personal helplessness, pessimism, symbiosis.

Основная цель семейного воспитания – развитие таких качеств личности, которые помогут справиться с трудностями, встречающимися в жизни человека. Однако некоторые родители проявляют чрезмерную и избыточную заботу о своих детях. Пытаясь отгородить детей от враждебного мира, они формируют противоположные качества – неспособность справиться с жизненными трудностями, примером может быть пессимистичный атрибутивный стиль.

Отсутствие психологической грамотности родителей и неготовность принимать знания порождает воспитание детей «в куполе гиперопеки», без готовности самостоятельно выйти в него. Подрастающая личность не может нормально реализовать актуальные для своего возраста задачи.

По мнению В.В. Столина, гиперопека и симбиоз – это навязчивое желание удержать, привязать к себе ребенка, лишить его самостоятельности из-за страха возможного несчастья с ребенком в будущем [1, с. 46].

Таким образом, мнимая забота со стороны родителей может нанести серьезный ущерб ребенку, требующий корректировки в будущем для адекватного построения взаимоотношений, с собой, с другими, партнерам и будущими детьми.

К. Сегрин, в результате проведенного исследования, указывает, что чрезмерная опека детей – это неэффективный метод воспитания. Он уверен, что такой подход лишает детей самостоятельности и может привести к возникновению проблем во взрослой жизни (ментальные проблемы и зависимости от алкоголя и психоактивных веществ). Последствия гиперопеки могут проявить себя не сразу, а в возрасте от 18 до 25 лет [2].

М. Селигман предположил, что решение проблемы, относительно того, кто подвержен чувству беспомощности кроется в стиле объяснения неприятностей. Наш способ объяснять неудачи и удачи формируется с детства под влиянием ряда факторов, к которым может относиться гиперопека со стороны родителей [3, с. 28].

Анализ современной психологической литературы показал, что одним из первых на проблему беспомощности указал З. Фрейд. Однако в начале 70-х годов прошлого столетия выученная беспомощность была описана как самостоятельный феномен (М.Селигман,1975) [4, с. 28].

Мы можем предполагать, что симбиотическая связь лишает ребенка самостоятельности и ощущения безопасности во внешнем мире, отсутствию объективного взгляда на причины происходящего, стиля объясне-

ния, что может провоцировать трудности в социальной, личностной и психологической сфере человека.

**Материал и методы.** Для того, чтобы исследовать наличие признаков гиперопекающего стиля воспитания в родительских семьях, нами была использована шкала «Симбиоз» теста-опросника родительского отношения А. Я. Варга, В. В. Столина.

Несмотря на долгую историю исследований феномена выученной беспомощности диагностический инструментарий остаётся недостаточно разработанным. В отечественной психологии для диагностики атрибутивного стиля в юношеском возрасте была произведена адаптация опросника ASQ Л. М. Рудиной. ТАС – тест атрибутивных стилей имеет несколько шкал: «время неудач», «время успеха», «широта неудачи», «Я – неудача», «Я – успешность».

**Результаты и их обсуждение.** В нашем исследовании приняли участие 130 студентов Полоцкого государственного университета (65 юношей и 65 девушек), в возрасте от 17 до 22 лет.

На первом этапе был обработана шкала «Симбиоз» теста-опросника родительского отношения А. Я. Варга, В. В. Столин.

59,2 % (77 респондент) опрошенных сталкивались с гиперопекающим стилем воспитания в детстве. Это говорит о том, что больше половины испытуемых воспитывались в семье с признаками гиперопеки и данная проблема является актуальной. Опрошенные студенты и студентки практически в равном соотношении (38 юношей и 39 девушек соответственно) воспитывались в семье с признаками гиперопекающего стиля воспитания. Следовательно, гиперопека проявляется как в отношении как сыновей, так и дочерей.

Далее рассмотрим результаты теста атрибутивных стилей Л. М. Рудиной. Данные представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты по ТАС-Тест атрибутивных стилей

Результаты	Количество человек	Процентное соотношение
Пессимизм	107	82,3%
Умеренный пессимизм	7	5,4%
Промежуточное значение	8	6,2%
Умеренный оптимизм	3	2,3%
Оптимизм	5	3,8%

Исходя из данных, представленных в таблице, можно сделать вывод, что большая часть выборки относиться пессимистично к причинам своих неудач в широком диапазоне смысла.

Что немало важно, студенты, воспитывающиеся в семье с признаком гиперопекающего стиля воспитания, чаще относятся пессимистично к причинам своих неудач – 68 испытуемых (пессимизм и умеренный пессимизм в данном случае объединены – всего 114 респондентов). И 46 испытуемых, воспитывающихся в семье без признаков гиперопекающего стиля поведения родителей. Данные представлены на рисунке 1.

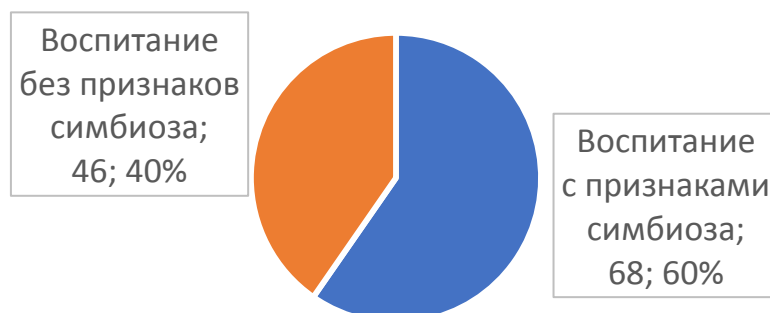


Рисунок 1 – Пессимистичное отношение к неудачам у студентов с признаками гиперопекающего стиля воспитания и без гиперопеки

Показатели пессимистичного отношения студентов (52 респондента) и студенток (55 респонденток) находятся практически в равном соотношении.

На следующем этапе исследования проводилась проверка гипотезы о существовании взаимосвязи гиперопеки как стиля семейного воспитания личностной беспомощности. При использовании коэффициента согласия Пирсона уровень значимости  $p > 0,05$ , следовательно, корреляция отсутствует. Гипотеза не подтвердилась. На основании полученных результатов, можно предположить, что гипотеза не подтвердилась из-за резкого перевереса по результатам теста атрибутивных стилей показателей в сторону проявления пессимистического атрибутивного стиля.

Полученные результаты позволяет актуализировать проблему гиперопекающего стиля поведения родителей в семье и проблему выученной беспомощности среди студентов, пессимистичного отношения к причинам своих неудач.

Проблема пессимистичного отношения к неудачам, и жизни в целом, в перспективе поддерживает интерес к ее более серьезному исследованию, нахождению подробных причин развития данного феномена и его последствий.

Нами были выдвинуты предположения, что такие показатели по тесту атрибутивных стилей вызваны рядом обстоятельств: ежедневные стрессы, с которыми студенты сталкиваются в учебе и межличностных коммуникациях. Однако самым большим стрессом для человека является нестабильность и изменчивость мира.

Например, в условиях пандемии COVID-19 мы априори стали зависимы от показателей заболеваемости, от санитарных ограничений. На данный момент мы зависимы от решений государств по поводу перелетов, условий учебы, выдачи виз – теряется инициативность и оптимизм во всех сферах. В таких условиях у человека отсутствует возможность поставить долгосрочную цель и идти к ней.

Состояние выученной беспомощности возникает под влиянием опыта неуспешности, приобретаемого под воздействием условий, в которых даже незначительные трудности не являются преодолимыми [5, с.758]. Ситуация пандемии – целый комплекс условий такого рода [6, 663].

**Заключение.** Уже на этапе теоретического анализа было выяснено, что выученная беспомощность является одними из многих последствий гиперопекающего стиля воспитания, приобретающими разные формы отражения в будущем.

На основании вышеизложенного, мы можем предполагать, что поиск любви гиперопекающих родителей продолжается в будущем, бессознательно или осознано такой ребенок в будущем стремиться быть объектом одобрения. В тот момент, когда этого не происходит возникает ощущение ненужности и беспомощности. Долгое пребывание в таком состоянии может повлечь за собой развитие депрессии.

Проблема пессимистичного отношения к неудачам, на основании теоретического обзора литературы по данному вопросу, в перспективе развивает интерес к ее более серьезному исследованию, нахождению подробных причин развития данного феномена и его последствий. На данном этапе существует острая необходимость в разработке рекомендаций по преодолению выученной беспомощности.

#### **Список использованных источников:**

1. Столин, В. В. Семья в психологической консультации: опыт и проблемы психологического консультирования / В. В. Столин, А. А. Бодалев / Под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. – М. : Педагогика, 1989. – 208 с.
2. Segrin, C., Burke, T. J., & Kauer, T. (2020). Overparenting is associated with perfectionism in parents of young adults. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 9(3), 181–190. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://doi.org/10.1037/cfp0000143>. – Дата доступа: 19.03.2022.
3. Селигман, М. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни / М. Селигман. – М. : София, 2006. – 368 с.
4. Селигман, М. Как научиться оптимизму. Измените взгляд на мир и свою жизнь / М. Селигман. – М. : Альпина, 2013. – 346 с.
5. Гордеева, Т. О. Оптимистический атрибутивный стиль и диспозиционный оптимизм: эмпирическая проверка сходства и различия двух конструктов / Т. О. Гордеева, О. А. Сычев, Е. Н. Осин // Психология. Журнал высшей школы экономики. – 2017. – Т.14. – № 4. – С. 756–765.
6. Волкова, О. В. Актуальные проблемы в сфере психологического здоровья студенчества: вызов пандемии COVID-19 / О. В. Волкова [и др.] // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2021. – Т. 23. – № 3. – С. 661–672.