

21. Sandvik A. M., Bartone P. T., Hystad S. W., Phillips T. M., Thayer J. F., Johnsen B. H. Psychological hardiness predicts neuroimmunological responses to stress // *Psychology, Health & Medicine*. 2013. Vol. 18. N 6. P. 705–713. URL: <http://dx.doi.org/10.1080/13548506.2013.772304>.
22. Saxena S. Relationship between psychological hardiness and mental health among college students // *Indian Journal of Health and Wellbeing*. 2015. Vol. 6. N 8. P. 823–825.
23. Shchipanova D. Ye., Tserkovnikova N. G., Uskova B. A., Puzyrev V. V., Markova A. S., Fomin E. P. Hardiness of adolescents with special educational needs: research results // *International Journal of Environmental & Science Education*. 2016. N 11 (17). P. 9829–9838.
24. Williams P. G., Wiebe D. J., Smith T. W. Coping processes as mediators of the relationship between Hardiness and health // *Journal of Behavioral Medicine*. 1992. Vol. 15 (3). P. 237–255.
25. Zeer E. F., Yugova E. A., Karpova N. P., Trubetskaya O. V. Psychological predictors of human hardiness formation // *International Journal of Environmental & Science Education*. 2016. N 11 (14). P. 7035–7044.

Е. Б. Лактионова, С. Ю. Яневская

РОЛЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЛИЧНОСТНОЙ БЕСПОМОЩНОСТИ У ПОДРОСТКОВ

В статье обсуждаются вопросы, связанные с характером влияния образовательной среды на психическое развитие учащихся. Образовательная среда рассматривается как составляющая социальной ситуации развития и как условие развития личности ребенка, раскрываются особенности образовательной среды как фактора формирования личностной беспомощности подростков. Представлена характеристика феномена личностной беспомощности, ее структура и симптомокомплексы, анализируется роль образовательной среды в формировании личностной беспомощности подростка. Обосновывается совокупность показателей личностных характеристик, помогающих подростку противостоять негативным влияниям образовательной среды.

Ключевые слова: личностная беспомощность, образовательная среда, социальная ситуация развития, подростковый возраст, личностные ресурсы.

E. Laktionova, S. Yanevskaya

THE ROLE OF EDUCATIONAL ENVIRONMENT IN THE FORMATION OF PERSONAL HELPLESSNESS IN ADOLESCENTS

The article discusses issues related to the nature of the impact of educational environment on the mental development of students. Educational environment is considered as a component of the social situation of development and as a condition of a child's personality development. Educational environment features are found to be a factor in the formation of personal helplessness in teenagers. The article presents the description of the phenomenon of personal helplessness, its structure and symptom complexes, and analyzes the role of educational environment in the formation of personal helplessness in teenagers. The article substantiates a set of indicators of personal characteristics that help adolescents to resist the negative effects of educational environment.

Keywords: personal helplessness, educational environment, social situation of development, adolescence, personal resources.

В современной психологической науке сохраняется устойчивый интерес к образовательной среде как феномену, обладаю-

щему определенными параметрами, влияющими на развитие ее субъектов. Для анализа состояния образовательной среды об-

разовательных учреждений и процессов, происходящих в ней, принципиальным является осознание системности воздействия среды, осознание взаимосвязи и взаимозависимости субъекта и окружения, в результате которого субъект может изменяться сам [5].

В настоящее время существует определенный дисбаланс в соотношении ожиданий общества от образования и его реальным состоянием. Несмотря на декларирование гуманистического принципа в построении образовательной системы, когда в качестве основного «продукта» образовательного процесса постулируется реализация личностного потенциала обучаемого, образовательная среда современной школы зачастую остается источником стрессов и конфликтов. Это проявляется в увеличении учебной нагрузки, ее неравномерном распределении в течение учебного года или четверти, страхе ожидания экзаменов, проявлении насилия по отношению к школьнику, подавлении его прав как со стороны сверстников, так и преподавателей.

Это приводит к тому, что от класса к классу у школьников наблюдается увеличение разных форм психической напряженности: неуверенности в своих силах, беспомощности, инфантилизма, безразличия к собственной жизни, позволяющих списывать свои неудачи на внешние причины. В дальнейшем это проявляется в беспомощности, невозможности брать ответственность, делать осознанный выбор, принимать решения — быть субъектом своей жизни. Все вышеперечисленное соответствует симптомокомплексам личностной беспомощности. Таким образом, разработка проблемы влияния образовательной среды на формирование личностной беспомощности подростка и факторов ее преодоления является в настоящее время крайне актуальной.

Изучением феномена личностной беспомощности занимались как зарубежные

(Б. Вайнер [15], М. Селигман [8], Д. Хирото [14] и др.), так и отечественные (Н. А. Батурич [3], Е. В. Веденева [4], И. В. Понамарева [6], Д. А. Циринг [10], В. В. Шиповская [11] и др.) исследователи.

Анализ литературных источников показал, что концепция личностной беспомощности была разработана на основе теории о выученной беспомощности, основоположником которой является американский психолог Мартин Селигман [8], изучавший поведенческую реакцию для избегания негативного воздействия у животных.

Изучая проявление указанного феномена у людей, Д. Хирото [14] утверждает, что для развития выученной беспомощности недостаточно, чтобы ситуация для испытуемых являлась неприятной, неконтролируемой и нерешаемой. Эффект выученной беспомощности у людей наблюдается при наличии дополнительных факторов, таких как убежденность испытуемых в случайности неприятного стимула и доминирование у них внешнего локуса контроля. В результате своих дальнейших исследований Д. Хирото пришел к выводу, что однажды полученное состояние беспомощности в ситуации неуспеха распространяется на новые ситуации, даже на те, с которыми человек потенциально может совладать.

Кроме того, в своих исследованиях Ю. Л. Абрамсон, М. Селигман и И. Д. Тисдейл [13] отмечают, что одним из факторов, определяющих появление выученной беспомощности, является стиль атрибуции, проявляющийся в привычной для человека стратегии объяснения самому себе происходящих с ним событий. Оптимистичный стиль пресекает беспомощность, тогда как пессимистичный стиль — усугубляет ее.

Таким образом, первоначально зарубежные исследователи рассматривали беспомощность как состояние, возникающее в качестве реакции на неконтролируемые, преимущественно негативные события

(выученная беспомощность). В отечественной психологии был предложен новый подход Д. А. Циринг, в рамках которого беспомощность рассматривается как устойчивое образование личности [10].

Согласно концепции Д. А. Циринг, под личностной беспомощностью мы понимаем системное качество человека, обусловленное симптомокомплексом определенных личностных особенностей, возникающих в результате взаимодействия внутренних условий с внешними (системой семейных взаимоотношений, опытом неконтролируемых травмирующих событий), определяющее низкий уровень субъектности, то есть низкую способность человека преобразовывать действительность, управлять событиями собственной жизни, ставить и достигать цели, преодолевая различного рода трудности. Личностная беспомощность проявляется в деятельности, обуславливая снижение ее успешности [10].

Структура личностной беспомощности включает в себя четыре компонента: мотивационный, эмоциональный, волевой и когнитивный [4, 6, 10]. Мотивационный компонент личностной беспомощности проявляется в экстернальном локус контроле, мотивации избегания неудач, низкой самооценке, низком уровне притязаний. В свою очередь, эмоциональный компонент изучаемого феномена определяется замкнутостью, равнодушием, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью, склонностью к чувству вины, тревожностью, депрессивностью, астенией, фрустрированностью. При этом волевой компонент характеризуется низкой сформированностью волевых качеств личности, что выражается в безынициативности и нерешительности. Когнитивная составляющая включает в себя низкие показатели дивергентного мышления, то есть низкий уровень креативности, ригидность мышления, пессимистический атрибутивный стиль. Необходимо отме-

тить, что структура личностной беспомощности не является устойчивой на протяжении различных периодов онтогенеза и изменяется в соответствии с возрастными особенностями психического развития человека.

Исследователи феномена личностной беспомощности [4, 10] к основным факторам, детерминирующим его развитие, относят дисгармоничное воспитание родителей и травмирующие события. Однако другие возможные факторы формирования личностной беспомощности остаются практически не изученными. Одним из таких факторов, на наш взгляд, является негативная образовательная среда школы, подразумевающая широкий спектр факторов, влияющих на воспитание, обучение и развитие личности учащихся.

В современных психолого-педагогических исследованиях образовательная среда рассматривается как психолого-педагогическая реальность, содержащая специально организованные условия для формирования личности, а также возможности для развития, включенные в социальное и предметно-пространственное окружение, психологической сущностью которой является совокупность деятельностно-коммуниктивных актов и взаимоотношений участников учебно-воспитательного процесса [2].

Многие исследователи (Е. И. Исаев [9], В. И. Слободчиков [9], В. В. Рубцов [7], В. А. Ясвин [12] и др.) указывают, что образовательная среда обладает активностью и воздействует на все психические процессы ребенка, способствует становлению и развитию его личности.

В контексте нашего исследования также необходимо остановиться на психологических рисках, детерминирующих негативное развитие личности в образовательной среде. По мнению ряда ученых (И. А. Баева, Е. Н. Волкова, Е. Б. Лактионова), к наиболее значимым факторам риска развития от-

рицательной образовательной среды можно отнести, во-первых, условия обучения, включающие в себя реальные условия учебного процесса; во-вторых, особенности объема, организации и распределения учебной нагрузки; в-третьих, особенности взаимоотношений, проявляющиеся в стиле взаимодействия педагога и учащегося, во взаимоотношениях со сверстниками, а также подростков с родителями [2]. Отметим, что при изучении специфики личностной беспомощности в образовательной среде наибольший интерес представляют риски второй и третьей группы факторов. Зачастую риски учебной нагрузки связаны с большим объемом учебных знаний, риски взаимоотношений — с проявлением насилия по отношению к школьнику, подавления его прав.

И. А. Баева [1], изучая структуру психологической безопасности образовательной среды, выделяет такие ее показатели, как помощь в выборе собственного решения и возможность проявления инициативы и активности, являющиеся структурными характеристиками индекса удовлетворенности образовательной средой, а также показатели защищенности от оскорблений, угроз, неуважения со стороны учителей и унижения от учеников, являющиеся структурными характеристиками индекса психологической безопасности.

В своих исследованиях данный автор раскрывает интенсивность влияния образовательной среды на направленность личности и характер общения младших подростков. И. А. Баева [1] экспериментально выявила, что у подростков в связи с незащищенностью от психологического насилия со стороны учителей, выражающегося в форме унижений, оскорблений или высмеиваний, формируется альтероцентристский стиль общения, характеризующийся игнорированием собственных интересов, чувств и целей, либо может проявиться манипулятивная направленность в общении в виде

различных уловок и манипуляций. Кроме того, низкий уровень психологической защищенности подростков от неуважения и оскорблений учителей повышает тенденцию к уходу от общения, проявляющуюся в усилении индифферентной направленности. Вследствие этого у подростков возникает нежелание оставаться в данной образовательной среде, участвовать в школьной жизни, равнодушие ко всему происходящему в ней, пассивное отношение к учебе.

При рассмотрении взаимосвязей показателей психологической безопасности образовательной среды с личностными свойствами подростков установлено, что психологическая незащищенность во взаимодействии со сверстниками, проявляющаяся в виде оскорблений, высмеиваний либо игнорирования одноклассниками, усиливает эмоциональную напряженность, повышает лабильность в поведении и делает более нестабильным самоотношение. В свою очередь, это будет препятствовать осознанию подростком своего Я, становлению устойчивой жизненной позиции [1].

Исследования В. В. Шиповской [11] по проблеме личностной беспомощности показали, что у старшеклассников в качестве значимого регулятора предотвращения беспомощности выступает высокая самооценка. Наряду с этим у подростков с хорошей социально-психологической адаптацией отмечаются интернализация ответственности, способность к познанию и логическому обобщению классов поведения.

Оптимизация психоэмоционального состояния подростка в ситуации высокой учебной и информационной нагрузки возможна через опору на веру в свои способности («у меня хорошая память/мышление, я могу разобраться в учебном материале, пусть и не сразу»), а также через восприятие ситуации как поддающейся изменениям и контролю: «чтобы усвоить большой

объем разной информации, нужно время», уклонение от установки «я этого никогда не смогу понять»; отношение к ситуации как к вызову, а не как к угрозе; возможность самоорганизации учебной деятельности, способность принять помощь, совет, отсутствие импульсивности в принятии решений, возможность переждать неблагоприятный период.

Подростки с личностной беспомощностью склонны использовать «замещение» как психологическую защиту. В этом случае их поведение характеризуется подавлением сильных эмоций (гнева и враждебности) по отношению к объекту, вызвавшему их. При этом разрядка подавленных эмоций осуществляется за счет объектов, кажущихся менее опасными или более доступными. В. В. Шиповская отмечает, что внешнее замещение может проявляться в смещении действия на доступную мишень или в замещении действия словом (бранью) [11]. Внутреннее замещение у беспомощных может выражаться в плаче, застенчивости, неосознанном стремлении демонстрации болезни или слабости, а также в переводе действий из реального мира в мечты и фантазии [11]. Отмечается более высокий уровень косвенной агрессии, свидетельствующий о более выраженной враждебности, которая связана с внутренними эмоциональными переживаниями, недоверием и осторожным отношением к людям, мыслями о несправедливости и неблагодарности, склонность к аутоагрессии. Такие подростки используют вариант замещения — «регрессию» и заменяют субъективно более сложные задачи на относительно более простые и доступные в сложившихся ситуациях. Это выражается и в импульсивности и слабости эмоционально-волевого контроля.

Установлено, что подростки с личностной беспомощностью применяют непродуктивные стили совладания, а именно копинг-стратегии «беспокойство» и «самооб-

винение». В сложных обстоятельствах жизни они чаще критикуют и обвиняют себя, беспокоятся о происходящем и будущем, что согласуется с такими их личностными особенностями, как повышенная тревожность, пониженная самооценка и склонность к чувству вины. В целом беспомощный подросток меньше использует сознательное и целенаправленное поведение для совладания с трудной ситуацией, при этом прибегает к устранению из сознания источника переживаний, снижая эмоциональную напряженность и избегая активного воздействия на ситуацию.

Логика нашего исследования диктует необходимость определения качества личности, которое было бы противоположно по своей модальности личностной беспомощности, понимаемой как устойчивое образование, включающее в себя сочетание определенных личностных особенностей: пессимистический атрибутивный стиль и склонность к невротическим нарушениям (депрессивность и тревожность), закрепившаяся позиция жертвы, снятие с себя ответственности за происходящее. В концепции личностной беспомощности отдельно выделяют самостоятельность как феномен, противоположный по своему психологическому содержанию личностной беспомощности. Д. А. Цириг считает, что, находясь на разных полюсах одного континуума, названные характеристики личности определяют уровень субъектности человека [10].

Обобщая вышеизложенное, можно выделить ряд личностных факторов, помогающих самостоятельному подростку противостоять психотравмирующим ситуациям образовательной среды, преобразовать их, при этом личностно развиваться. К ним относятся способность выбора приоритетных действий и поступков, активность в действиях, возможность иметь собственную позицию по отношению к ситуации, окружающим людям и самому себе, принятие

ответственности на себя, самостоятельность действий и мышления, гибкость и творчество при решении задач, оптимистичный атрибутивный стиль объяснений происходящего, способность к саморегулированию в деятельности, принятие себя и своих особенностей, положительная самооценка, эффективные копинг-стратегии, благополучные отношения с окружающими.

Таким образом, образовательная среда как социальная ситуация развития является одним из основных условий формирования личности подростка, которая может способствовать ее позитивному развитию, а

также порождать деформации, отклонения или препятствия, в том числе и личностную беспомощность. Можно выделить два ключевых фактора образовательной среды, детерминирующих развитие личностной беспомощности подростков: фактор учебной нагрузки, проявляющийся в большом объеме учебных знаний, неравномерном распределении учебной нагрузки, страхе ожидания экзаменов и т. д.; фактор межличностных взаимоотношений, выражающийся в проявлении насилия по отношению к школьнику, подавлении его прав как со стороны сверстников, так и педагогов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Баева И. А.* Психологическая безопасность в образовании: монография. СПб.: Союз, 2002. 271 с.
2. *Баева И. А., Волкова Е. Н., Лактионова Е. Б.* Психологическая безопасность образовательной среды: развитие личности: монография / под ред. И. А. Баевой. М.; СПб.: Нестор-История, 2011. 272 с.
3. *Батулин Н. А.* Психология успеха и неудачи. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 1999. 100 с.
4. *Веденева Е. В.* Мотивационный компонент в структуре личностной беспомощности на разных возрастных этапах // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. 2008. № 5. С. 165–169.
5. *Лактионова Е. Б.* Образовательная среда как условие развитие личности ее субъектов // Известия Российского государственного педагогического ун-та им. А. И. Герцена. 2010. № 128. С. 40–54.
6. *Понамарева И. В.* Исследование типов личностной беспомощности в зависимости от нарушений семейных взаимоотношений // Современные проблемы науки и образования. 2013. № 5. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=10570>
7. *Рубцов В. В., Ивошина Т. Г.* Проектирование развивающей образовательной среды школы. М.: Изд-во МГППУ, 2002. 272 с.
8. *Селигман М.* Ребенок-оптимист. Проверенная программа формирования характера. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015. 352 с.
9. *Слободчиков В. И., Исаев Е. И.* Основы психологической антропологии. Психология развития человека: развитие субъективной реальности в онтогенезе: учебное пособие для вузов. М.: Школьная Пресса, 2000. 416 с.
10. *Циринг Д. А.* Особенности совладающего поведения и психологических защит у подростков с личностной беспомощностью // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2009. Т. 15. № 5. С. 167–172.
11. *Шиповская В. В.* Взаимосвязь беспомощности и личностных свойств в старшем подростковом возрасте // Российский психологический журнал. 2008. Т. 5. № 2. С. 76–78.
12. *Ясвин В. А.* Образовательная среда: от моделирования к проектированию. М.: Изд-во МГППУ, 2005. С. 164–175.
13. *Abrahamson L. Y., Seligman M., Teasdale J.* Learned helplessness in humans: critique and reformulation // Journal of Abnormal Psychology. 1987. P. 49–74.
14. *Hiroto D.* Locus of control and learned helplessness // Journal of Experimental Psychology. 1974. N 102. P. 187–193.
15. *Weiner B., Frieze I., Kulka A., Reed L., Rest S., Rosenbaum R. M.* Perceiving the causes of success and failure // Attribution: Perceiving the Causes of Behavior. Morristown, New Jersey: General Learning Press, 1971. P. 95–120.

REFERENCES

1. *Baeva I. A.* Psihologicheskaya bezopasnost v obrazovanii: monografiya. SPb.: Soyuz. 2002. 271 s.
2. *Baeva I. A., Volkova E. N., Laktionova E. B.* Psihologicheskaya bezopasnost obrazovatelnoy sredy: razvitie lichnosti: monografiya / pod red. I. A. Baevoy. M.; SPb.: Nestor-Istoriya, 2011. 272 s.
3. *Baturin N. A.* Psihologiya uspeha i neudachi. Chelyabinsk: Izd-vo YuUrGU, 1999. 100 s.
4. *Vedeneeva E. V.* Motivatsionnyy komponent v strukture lichnostnoy bospomoschnosti na raznykh vozrastnykh etapakh // Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta im. N. A. Nekrasova. 2008. № 5. S. 165–169.
5. *Laktionova E. B.* Obrazovatel'naya sreda kak uslovie razvitie lichnosti ee sub'ektov // Izvestiya Rossiyskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo un-ta im. A. I. Gertsena. 2010. № 128. S. 40–54.
6. *Ponamareva I. V.* Issledovanie tipov lichnostnoy bospomoschnosti v zavisimosti ot narusheniy semeyniyh vzaimootnosheniy // Sovremennyye problemy nauki i obrazovaniya. 2013. № 5. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=10570>
7. *Rubtsov V. V., Ivoshina T. G.* Proektirovanie razvivayushey obrazovatelnoy sredy shkoly. M.: Izd-vo MGPPU, 2002. 272 s.
8. *Seligman M.* Rebenok-optimist. Proverennaya programma formirovaniya haraktera. M.: Mann, Ivanov i Ferber, 2015. 352 s.
9. *Slobodchikov V. I., Isaev E. I.* Osnovy psihologicheskoy antropologii. Psihologiya razvitiya cheloveka: razvitie sub'ektivnoy realnosti v ontogeneze: uchebnoe posobie dlya vuzov. M.: Shkolnaya Pressa, 2000. 416 s.
10. *Tsiring D. A.* Osobennosti sovladayushego povedeniya i psihologicheskikh zaschit u podrostkov s lichnostnoy bospomoschnostyu // Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta im. N. A. Nekrasova. Seriya: Pedagogika. Psihologiya. Sotsialnaya rabota. Yuvenologiya. Sotsiokinetika. 2009. T. 15. № 5. S. 167–172.
11. *Shipovskaya V. V.* Vzaimosvyaz bospomoschnosti i lichnostnykh svoystv v starshem podrostkovom vozraste // Rossiyskiy psihologicheskii zhurnal. 2008. T. 5. № 2. S. 76–78.
12. *Yasvin V. A.* Obrazovatel'naya sreda: ot modelirovaniya k proektirovaniyu. M.: Izd-vo MGPU, 2005. S. 164–175.
13. *Abrahamson L. Y., Seligman M., Teasdale J.* Learned helplessness in humans: critique and reformulation // Journal of Abnormal Psychology. 1987. P. 49–74.
14. *Hiroto D.* Locus of control and learned helplessness // Journal of Experimental Psychology. 1974. N 102. P. 187–193.
15. *Weiner B., Frieze I., Kulka A., Reed L., Rest S., Rosenbaum R. M.* Perceiving the causes of success and failure // Attribution: Perceiving the Causes of Behavior. Morristown, New Jersey: General Learning Press, 1971. P. 95–120.

А. В. Микляева, И. С. Клецина

**ЛИЧНОСТНАЯ ЗРЕЛОСТЬ И ИНФАНТИЛИЗМ
У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК,
ОБУЧАЮЩИХСЯ В ГРАЖДАНСКИХ И ВОЕННЫХ ВУЗАХ:
ГЕНДЕРНЫЙ АСПЕКТ**

Исследование выполняется при поддержке
Российского фонда фундаментальных исследований, проект 16-06-50031 ОГН

Статья посвящена анализу проблемы инфантилизации молодежи. Выделены внешние (социальные) и внутренние (психологические) показатели инфантилизации личности и личностной зрелости. Представлены результаты сравнительного исследования личностной зрелости и социально-психологической адаптации юношей и девушек, обучающихся в гражданских и военных вузах (n = 241). Для сбора эмпирических данных использовались Методики диагностики самооценки, Опросник социально-психологической адаптации, Методика оценки проявлений личностного инфантилизма. На примере обучения девушек