

**Министерство образования и науки Российской Федерации**  
**Автономная некоммерческая организация высшего образования**  
**Институт гуманитарного образования и информационных технологий**

*На правах рукописи*

**Мякотин Илья Сергеевич**

**Отношение родителей к ребенку как фактор формирования  
социальной фобии**

Специальность: 19.00.05 – социальная психология

**ДИССЕРТАЦИЯ**

на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Научный руководитель:  
кандидат психологических  
наук, доцент  
Юрасова Елена Николаевна

Москва 2018

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ПРОБЛЕМА СОЦИАЛЬНОЙ ФОБИИ И ОТНОШЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ К РЕБЕНКУ	14
1.1. Понятие социальной фобии и ее проявления	14
1.2. Понимание социальной фобии в различных направлениях психологии	19
1.3. Социальная фобия как личностные особенности	38
1.4. Семья как основной фактор формирования личности	49
1.5. Схема взаимосвязи социально психологических компонентов социальной фобии	70
Выводы по первой главе	71
ГЛАВА 2. МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ И ФАКТОРОВ СОЦИАЛЬНОЙ ФОБИИ	73
2.1. Организация исследования	73
2.2. Категориальный аппарат и диагностический инструментарий исследования	76
Выводы по второй главе	86
ГЛАВА 3. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ И ФАКТОРОВ СОЦИАЛЬНОЙ ФОБИИ	87
3.1. Сравнительный анализ основной и контрольной группы	87
3.2. Взаимосвязь индивидуального развития, личностных особенностей и проявлений социальной фобии	99
3.3. Особенности индивидуального развития, влияющие на личностные характеристики при социальной фобии	112
3.4. Взаимосвязь самовосприятия и самоотношения с совладающим поведением и эмоциональным интеллектом	118
3.5. Обсуждение результатов исследования	122
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	145
ЛИТЕРАТУРА	150
ПРИЛОЖЕНИЯ	169

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность проблемы.** В современной социальной психологии проблема социального взаимодействия признана одной из самых значимых. Успешное социальное взаимодействие неотъемлемым компонентом социализации индивида. В то же время, социальное взаимодействие индивида может быть затруднено по причине страха и избегания такого взаимодействия – социальной фобии. Распространённость социальной фобии в популяции варьирует от 3 до 13%, она характерна для лиц из дисфункциональных семей. Проявление социальной фобии приходится на подростковый и юношеский возраст, при этом затрудняется формирование навыков самостоятельного социального взаимодействия, затрудняется сепарация от родителей и формируются предпосылки для социальной изоляции в будущем.

В настоящее время в социальной психологии отсутствует единый концептуальный взгляд на факторы, способствующие возникновению социальной фобии. В научной литературе социальная фобия (СФ) рассматривается, в основном, в русле клинической психологии и когнитивного направления. Так определено место СФ среди тревожных и фобических расстройств – ряд авторов (Д. МакНейл, А. Ленг, М. Штейн) рассматривают социальную фобию на стыке клинической психологии и психологии личности. Отечественными исследователями С. А. Сагалаковой и Д. В. Труевцевом рассмотрены феномены когнитивных искажений при СФ. В рамках когнитивного-поведенческого направления так же рассмотрены негативные убеждения относительно социального взаимодействия (С. Тёрнер), паттерны избегающего поведения (Дж. Каган, Р. Лейбович), смещение фокуса внимания с внешних событий на внутреннюю искажённую интерпретацию (Д. М. Кларк и А. Уелс, Р. Хаймберг). Описано сниженное просоциальное поведение и дефицит социальных навыков (К. А. Мелешко и Л. Е. Алден, В. Джонс) при СФ. Так же социальная фобия за-

трагируется в работах связанных с формированием привязанности (М. Эйнсворт, Дж. Боулби, И. Вотерс, М. Босквет, Б. Игиланд).

В то же время влияние семьи и различных аспектов внутрисемейных взаимодействий на формирование социальной фобии практически не изучено. При этом важность родительских фигур и их роль в формировании различных личностных качеств ребенка, в том числе определяющих особенности межличностных отношений, показана неоднократно (Л. С. Выготский, К. Роджерс, К. Хорни, А. А. Леонтьев, А. Н. Леонтьев, И. С. Кон, Б. Г. Джилматин, Д. Винникотт, Д. Б. Эльконин, А. Я. Варга, А. Г. Асмолов, Дж. Каган, А. Файер, С. Кнеппи, К. Грюнер, П. Мюрис, Х. Меркельбач, С. Х. Спенс У. Бронфенбреннер, М. И. Лисина.)

Это позволяет предположить, что специфика отношения родителей к ребенку в детстве, в частности транслирование родителями определенного представления о ребенке, обуславливающего формирование его идентичности, создание психологического пространства развития, предпочитаемых способов поведения в трудных ситуациях, распознавания эмоционального контекста и соответствующего эмоционального реагирования может способствовать или препятствовать формированию социальной фобии.

Концепция идентичности, ее социальные и личностные аспекты изложены в работах таких исследователей как Э. Эриксон, А. Раш, Р. Крачфил, Н. Л. Иванова, М. Кляйн, Б. Р. Сленкер и М. Р. Лири, А. В. Мелева, П. В. Румянцева, К. Л. Тёрнер, К. С. Браун, Г. Тэджфел, С. Московичи, Г. М. Андреева, М. М. Бахтин, Ю. М. Лотман, О. Кернберг, Е. П. Белинская, А. В. Микляева.

Тема психологического пространства и психологических границ представлена в работах зарубежных и отечественных авторов: К. Левин, Дж. Болдуин, Ф. Перлз, П. Гудман, С. К. Нартова-Бочавер, Д. Зинкер, Э. Дюркгейм, В. И. Слободчиков, И. Шторк, Т. С. Павлова, А. Б. Холмогорова.

Концепция совладающего поведения в социальных ситуациях подробно рассмотрена в работах следующих авторов: С. Фолкман, Р. С. Лазарус,

К. А. Мелешко, Л. Е. Алден, Д. Н. Узнадзе, Г. В. Залевский, А. Бандура, А. Г. Шмелев, Л. Мэрфи, И. М. Никольская, Р. М. Грановская, А. В. Щербаков, Е. В. Куфтяк.

Эмоциональный интеллект и его использование в ситуациях социального взаимодействия представлены в работах авторов: В. Х. Джонс Д. В. Люсин Н. М. Щелованова, Н. Л. Фигурина, П. Лафренье, М. Диаз-Кастела, В. В. Хэйл К. Лоренц И. Н. Андреева Д. Д. Гуастелло Я. Рейковски, Г. Кочанска Дж. Циаррочи.

Таким образом, с одной стороны, существует феномен социальной фобии, описанный преимущественно в парадигме клинической и когнитивно-поведенческой психологии, с другой стороны очевиден социально-психологический контекст этого феномена и на данный момент он недостаточно исследован. Все вышесказанное определяет актуальность, теоретическую и практическую значимость выбранной нами темы исследования.

**Цель исследования:** выявить особенности отношения родителей к ребенку в детском и подростковом возрасте как фактора формирования и развития социальной фобии. Для достижения поставленной цели необходимо было решить следующие **задачи**:

– Проанализировать теоретические и эмпирические подходы к изучению феномена социальной фобии.

– Изучить теоретические взгляды различных исследователей на личностные механизмы, опосредующие влияние отношения родителей к детям на формирование социальной фобии.

– Разработать диагностический комплекс методик, позволяющих выявить механизм влияния родительского отношения к ребенку на формирование у ребенка социальной фобии.

– Произвести интерпретацию полученных эмпирических данных о взаимосвязях социальной фобии, особенностями взаимодействия родителей и ре-

бенка. Выявить особенности влияния родительского отношения к ребенку на развитие (формирование) социальной фобии.

**Объектом** исследования является социальная фобия.

**Предметом** исследования являются отношения родителей к ребенку как фактор формирования социальной фобии.

**Общая гипотеза** эмпирического исследования состоит в том, что существует взаимосвязь между дисфункциональным отношением родителей к ребенку и проявлениями социальной фобии.

Общая гипотеза конкретизировалась в следующих **частных гипотезах**:

– мы предполагаем, что отношение отца и матери к ребенку отличается и в разной степени может влиять на формирование социальной фобии. Пути влияния каждого из родителей различаются.

– мы предполагаем, что путями влияния могут быть как непосредственные эмоциональные проявления во взаимоотношениях с ребенком, так и создание родителями микросоциальной среды в которой происходит развитие ребенка.

**Научная новизна исследования.**

Систематизированы научные факты и предложена схема взаимосвязи социально психологических компонентов социальной фобии включающая в себя взаимодействие с родителями выраженное через непосредственное отношение родителей к ребенку и формирование родителями психологического пространства в котором развивается ребенок; личностные особенности характерные для СФ - особенности идентичности, особенности совладающего поведения и эмоционального интеллекта; проявления СФ в социальном взаимодействии.

Выявлена взаимосвязь социальной фобии с дисфункциональным отношением со стороны родителей, в частности, положительная взаимосвязь проявлений враждебности и непоследовательности со стороны родителей с избеганием и страхом контакта в социальной ситуации.

Выявлена ключевая роль влияния враждебности со стороны отца на де-

фицит положительного восприятия себя при социальной фобии. При этом дефицит касается как положительного восприятия себя в целом, так и в области индивидуальных положительных особенностей.

Обнаружена высокая взаимосвязь директивности со стороны матери с нарушением психологического пространства ребенка при социальной фобии: суверенности привычек, социальных связей и ценностей. Выявлена значительная взаимосвязь суверенности психологического пространства с восприятием себя при социальной фобии.

Описаны личностные особенности идентичности характерные для социальной фобии, так персональная идентичность носит характер «диффузной» с преобладающим негативным восприятием себя - слабо представлена половая принадлежность, выражено отрицательное отношение к своим физическим данным, присутствует описание себя через абстрактные образы.

Описаны особенности социального аспекта идентичности при социальной фобии которые выражаются в редком упоминании об успешных навыках коммуникации, редком позитивном восприятии собственной роли в семье, редком упоминании об увлечениях и интересах, редком удовлетворении учебно-профессиональной позицией.

Теоретически обоснована и описана преобладающая структура паттернов совладающего поведения у лиц с социальной фобией, состоящая из сочетания «избегания» с «дистанцированием» у мужчин и «избегания» с «принятием ответственности» у женщин. Также отмечено, что наиболее редко используемыми способами совладания являются «планирование решения проблемы», «положительная переоценка» и «поиск социальной поддержки».

Описана особенность эмоционального интеллекта при социальной фобии и ее взаимосвязь с психологическим пространством развития ребенка. Обнаружена сниженная способность к управлению собственными эмоциями и ее положительная взаимосвязь с нарушением суверенности территории и суверенности психологического пространства в целом.

**Методологической основой исследования являются:**

– принцип системности в психологии (В. А. Барабанщиков, А. В. Карпов, Б. Ф. Ломов);

– методологические требования к организации эмпирических исследований и конструктивности психодиагностических методик (Б. Г. Ананьев, А. Анастаси, А. Ф. Ануфриев, Л. Ф. Бурлачук, К. М. Гуревич, А. Г. Шмелев);

**Теоретической основой исследования являются:**

– положения о влиянии родителей на формирование личности ребенка (Э. Эйдемиллер, В. Юстицкис, К. Хорни, К. Роджерс, А. Адлер);

– концепции социальной идентичности личности (Э. Эриксон, Дж. Мид, Ш. Струкер, Н. Л. Иванова, И. С. Клецина, А. В. Микляева, П. В. Румянцева, Р. Дженкинс, С. Московичи);

– основные положения теории самоотношения (С. Р. Пантелеев, Н. И. Сарджвеладзе, В. В. Столин);

– концепция психологического пространства (С. К. Нартова-Бочавер);

– положения теории совладающего поведения (Р. Лазарус, А. В. Щербаков, Е. В. Куфтяк, Т. В. Гущина);

– концепция эмоционального интеллекта (Д. В. Люсин, Д. Д. Гуастелло, Д. Р. Циаррочи).

**Основные методы исследования.** В работе были использованы общепсихологические и социально-психологические методы исследования: теоретический анализ проблемы, наблюдение, опросные методы (беседа, опросники), методы математико-статистической обработки данных.

В эмпирическом исследовании были использованы следующие методики: опросник «Шкала социальной фобии» (М. Р. Лейбович); «Поведение родителей и отношение подростков к ним» – Подростки о родителях (ПОР) (Е. Шафер); «Опросник психологического пространства личности» (С. К. Нартова-Бочавер); Опросник самовосприятия «Кто Я?» (М. Кун, Т. Макпартленд в модификации Т. В. Румянцевой); Опросник самоотношения (ОСО) (В. В. Столин,



С. Р. Пантелеев); «Опросник способов совладающего поведения» (ССП) (НИПНИ им. В. М. Бехтерева, 2008, Л. И. Вассерман, Б. В. Иовлев); «Опросник эмоционального интеллекта» (Д. В. Люсин).

В качестве методов статистической обработки были использованы: U-критерий Манна-Уитни для определения различий между основной и контрольной группой; корреляционный анализ Спирмена для выявления уровня взаимосвязей; корреляционные отношения Пирсона для определения величины влияния.

**Основные этапы исследования:** 1 этап: теоретический (2013 – 2014 гг.) – определение сути проблемы исследования. Анализ психологических подходов к проблеме социальной фобии и влияния ближайшего окружения на формирование личностных особенностей ребенка. Определение социально-психологического взгляда на проблему социальной фобии. Выбор теоретико-методологической базы для последующего эмпирического исследования.

2 этап: эмпирический (2014 – 2015 гг.) – определение методов, методик, содержания, структуры эмпирического исследования. Проведение эмпирического исследования с использованием методов наблюдения и опросных методов (беседа, опросники).

3 этап: аналитический (2015 – 2017 гг.) – количественный и качественный анализ результатов эмпирического исследования, их синтез и систематизация, проверка гипотез, формулирование выводов, оформление текста автореферата и диссертации. Результаты исследования докладывались на семинарах и публиковались в форме научных статей.

**Эмпирическая база исследования.** В исследовании приняло участие 107 человек в возрасте от 17 до 35 лет. Выбор возрастного диапазона обусловлен тем, что в этот период многократно возрастает широта и разнообразие социальных контактов индивида, и угроза личностной дезадаптации, обусловленная наличием социальной фобии, становится очевидной. Была сформирована основная группа (51 человек) с уровнем социофобии от выра-

женного и выше по опроснику М. Р. Лейбовича и контрольная группа (56 человек) с незначительными признаками или без признаков социальной фобии. Выборки уравнивалась по полу, возрасту и составу семьи на момент рождения респондента – респонденты имели полные семьи.

**Надежность и достоверность данных** диссертационного исследования обеспечивалась, во-первых, проработанностью теоретико-методологического основания; во-вторых, наблюдением и анализом взаимоотношений в тематических сообществах СФ а так же анализом деятельности по оказанию психологической помощи индивидам с проявлениями СФ, что позволило повысить репрезентативность выборки для получения значимых результатов; в-третьих, выбором адекватных, соответствующих целям и задачам исследования эмпирических процедур и статистической обработки; в-четвертых, содержательной интерпретацией полученных данных. Основным критерием достоверности в нашей работе выступали показатели уровня значимости при вычислении коэффициентов корреляций, а также уровня значимости различий между группами. Количественный анализ данных с использованием программы SPSS продемонстрировал статистическую значимость полученных результатов на всех этапах исследования.

**Теоретическая значимость работы** определяется расширением теоретического представления о социально-психологических факторах способствующих формированию и развитию социальной фобии. Исследование социальной фобии в контексте отношения родителей к ребенку и углубляя представление о социально-психологических особенностях семьи, вносит вклад в понимание фундаментальной проблемы социальной психологии: проблемы социально-психологических факторов формирования личности.

Впервые социальная фобия рассмотрена в контексте социальной психологии как система личностных особенностей формирующаяся в контексте взаимодействия родителей и ребенка. Рассмотрено не только непосредственное отношение родителей к ребенку, но и психологическое пространство развития ребенка которое формируют родители.

Дополняя результаты предыдущих социально-психологических исследований, работа расширяет знание о личностных особенностях индивида влияющих на проявления социальной фобии, и детерминантах формирования таких личностных особенностей в детском и подростковом возрасте в полных семьях. Получены новые знания о взаимосвязях двух психологических реальностей: отношения родителей к ребенку и феноменах социальной фобии.

Конкретизирована роль социальной микросреды в формировании личностных особенностей индивида с социальной фобией. Расширяя представление о причинах формирования таких особенностей, исследование обращает внимание на наиболее значимые социально-психологические особенности семьи, связанные с отношением родителей к ребенку, эмоциональной составляющей этих отношений и создаваемого психологического пространства.

Определено наличие существенных факторов, способствующих развитию социальной фобии, таких как проявление враждебности и непоследовательности со стороны отца и проявление враждебности и авторитарности со стороны матери; отсутствие неприкосновенности у ребенка личного пространства, вещей убеждений и интересов.

**Практическая значимость исследования** обусловлена, прежде всего, прояснением социально-психологической природы социальной фобии, что позволяет расширить контекст понимания проблемы и включить в нее особенности отношений с родителями как формирующие идентичность индивида при социальной фобии. Наше исследование позволит сфокусироваться в практической работе с проявлениями социальной фобии на травматическом опыте дисфункциональных отношений, формировании целостной идентичности и приобретении конструктивного опыта отношений с окружающими. Таким образом, проведенное исследование позволит более дифференцированно подходить к индивидуальной и групповой психологической работе среди подростков и взрослых, более эффективно строить работу по консультированию и психологической помощи.

**Основные положения, выносимые на защиту:**

1. Для лиц с социальной фобией характерны дисфункциональные отношения с родителями в детском и подростковом возрасте. Отношения со стороны родителей характеризуются враждебностью и дефицитом позитивного интереса к ребенку. Враждебность проявляется со стороны родителей как агрессивность, чрезмерная строгость и критика, унижение, неадекватные требования. Дефицит позитивного интереса выражается в редких положительных эмоциональных контактах, редком принятии личности ребенка, трансляции догм вместо диалога, отсутствии доверия со стороны родителя, редких проявлениях теплоты и открытости в отношениях.

2. Дисфункциональное отношение родителей к ребенку способствует формированию социальной фобии через его влияние на формирование идентичности. Характерными особенностями такой идентичности являются: дефицит положительного самовосприятия (в самоописании количество положительных оценок собственных особенностей значимо меньше), выраженное негативное восприятие своей принадлежности к родительской семье (неприятие роли сына или дочери), амбивалентное восприятием своей половой принадлежности (отсутствие определения себя через указание пола или неоднозначное отношение к собственному полу), неприятие собственных физических данных и низкое самоуважением.

3. Для лиц с социальной фобией характерны дисфункциональные отношения со стороны родителей в детском и подростковом возрасте, проявляющиеся в нарушении суверенности психологического пространства ребенка. К таким нарушениям относятся: отсутствие собственного неприкосновенного физического пространства в доме, неприкосновенность личных вещей (игрушек), невозможность придерживаться собственных ценностей (требование родителей к совпадению убеждений ребенка с их собственными, игнорирование желаний, интересов и вкусов ребенка), нарушение безопасности физического тела (грубые манипуляции, насилие).

4. Особенности идентичности социальной фобии способствует редкому использованию конструктивного копинга. Это выражается в избегании конфронтации для отстаивания своих интересов в конфликтной ситуации, а так же редкое использование планирования решения проблемы, т.е. рассмотрение проблемы как задачи. Наиболее частым способом совладания является избегание стрессовых ситуаций (в том числе потенциально стрессогенного социального взаимодействия), дистанцирование от решения в конфликтной ситуации которое выражается в резком одностороннем обрыве коммуникации в случае возникновения стресса.

**Соответствие диссертации паспорту научной специальности.** Отраженные в диссертации положения, соответствуют специальности 19.00.05 – «Социальная психология»: изучение закономерностей поведения и деятельности людей, обусловленных фактом включения людей в социальные группы и пункту 4 – «Социальная психология личности»: специфика социально-психологического подхода к пониманию личности; Я-концепция как результат социального развития личности; личностные и ситуативные детерминанты социального поведения.

**Апробация и внедрение результатов исследования** отражены в публикациях автора, обсуждались на заседаниях кафедры социальной психологии АНО ВО «Институт гуманитарного образования и информационных технологий», методологических семинарах факультета психологии ФБГОУ ВО «Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова».

Результаты исследования внедрены в практику психологического центра «Искусство Жить» для оказания психологической помощи при социальной фобии.

**Структура и объём диссертации.** Диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, выводов, списка литературы из 203 наименований, в том числе 88 – на иностранных языках, изложенных на 194 с., 14 рисунков, 25 таблиц и 7 приложений.

# ГЛАВА 1.

## ПРОБЛЕМА СОЦИАЛЬНОЙ ФОБИИ И ОТНОШЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ К РЕБЕНКУ

### 1.1. Понятие социальной фобии и ее проявления

В буквальном переводе слово «социофобия» (далее СФ) обозначает «страх перед обществом». Как отмечает Т. Е. Дауд: «В прошлые века тревога обычно возникала при восприятии физической опасности, сегодня опасность имеет главным образом социальный и межличностный характер» [21]. Социальная фобия проявляется в немотивированной боязни исполнения каких-либо общественных действий (например, публичных выступлений); действий, сопровождаемых вниманием со стороны посторонних лиц (боязнь пользоваться местами общепита, общественным туалетом, невозможность заниматься чем-либо при наблюдении со стороны и т.п.), или даже просто общения с незнакомыми людьми и лицами противоположного пола. В общем случае социофобия выражается в страхе оказаться в центре внимания, проявляющемся в болезненных опасениях негативной оценки окружающих и в избегании подобных ситуаций. Распространённость социальной фобии в популяции варьирует от 3 до 13%. Она характерна для лиц из семей с низким социально-экономическим статусом, неполных или дисфункциональных семей, часто сочетается с депрессиями, а также с другими расстройствами тревожного спектра. В отличие от большинства других фобий, социальные фобии одинаково часто встречаются и у мужчин, и у женщин [64].

Как отмечает ряд авторов, практически каждый второй человек с комплексом неполноценности склонен к социофобии [91, 114]. Некоторые исследователи считают, что возникновению социальной фобии предшествует определенная травматическая ситуация: публичное оскорбление, осмеяние [34].

Другие делают акцент на несформированности навыков взаимодействия с другими людьми [12, 96, 115]. Как правило, «видимая» причина оказывается скорее поводом, а не основной детерминантной.

Существуют разные взгляды на выделение отдельных подтипов социальной фобии и соотношение их с понятиями «социальная тревожность» и «избегающее расстройство личности», в зависимости от количества социальных ситуаций, связанных со стрессом, уровнем стресса и способности к неформальному взаимодействию [35, 163].

Выделяют два подтипа социальной фобии: специфическую и генерализованную. Симптомами специфической СФ является деструктивный страх перед одной или несколькими весьма конкретными социальными ситуациями. Люди с таким страхом либо избегают этих ситуаций, либо «терпят их, испытывая сильнейший дистресс, интенсивный страх перед публичными выступлениями – самая распространенная СФ» [35]. Индивиды с генерализованной социальной фобией переживают состояние сильнейшего страха в большинстве социальных ситуаций (включая как ситуации публичных выступлений, так и ситуации, требующие социального взаимодействия). В зарубежных источниках подчеркивается необходимость различать генерализованную социофобию и избегающее личностное расстройство. «Для индивидов с избегающим личностным расстройством характерен паттерн крайней социальной заторможенности и интроверсии, ведущий к пожизненным паттернам ограниченности социальных отношений и нежелания вступать в социальные интеракции» [148]. Кроме того, такие личности гиперсенситивны к критике, испытывают чувства вины, боязни, в то же время им хочется любви, они страдают от одиночества и тоски. В ходе многочисленных исследований было выявлено значительное сходство между этими типами социальной дезадаптации. В результате сделан вывод: избегающее личностное расстройство является более тяжелой формой генерализованной социофобии [35]. Таким образом, исследования причин возникновения

социальной фобии также применимы к избегающему личностному расстройству.

Значительное число исследований в области социальных страхов посвящены изучению соотношения понятий застенчивость, социальная тревожность и социальная фобия. Многие исследователи отмечают, что различия между ними скорее количественные, нежели качественные. Так, С. М. Тёрнер и соавт. [192], сопоставляя эти понятия, выделяют следующие общие для них характеристики: негативные убеждения относительно социального взаимодействия, повышенная физиологическая возбудимость, стремление избегать социальных ситуаций, дефицит социальных навыков. Различия, по их мнению, заключаются в меньшей распространенности социальной фобии, более тяжелых последствиях и более позднем начале. Социофобию и социальную тревожность непросто отличить друг от друга, по причине схожих по интенсивности переживаний, однако важным показателем именно социальной фобии является регулярное избегание соответствующих ситуаций при социальной фобии, что повышает дезадаптацию. Этот феномен используется в опроснике социальной фобии М. Р. Лейбовича [153, 165, 166] и является ключевым.

Рассмотрим ключевые отличия застенчивости от социальной фобии. Застенчивость является зачастую ситуативным состоянием, тогда как социальная фобия включается в поведенческие паттерны в виде избегания. Несмотря на то, что оба эти состояния связаны с эмоциональными и социальными трудностями, очевидно, что люди, страдающие социальной фобией, более дезадаптированы и испытывают значительно больший дистресс. Согласно гипотезе, которую разделяют многие исследователи, социальная фобия – это крайняя степень застенчивости. Так, например, Л. Хендерсон и П. Зимбардо [27, 151] описывают застенчивость как варьирующую от лёгкой социальной настороженности до полностью парализующей социальной фобии. Модель Д. В. МакНейл [170], которую разделяют многие исследователи, предполагает, что застенчивость и



социальная фобия находятся (располагаются) на разных точках континуума интенсивности социальной тревожности, где застенчивость располагается на отрезке от нормальной до патологичной тревожности, затем по очереди следуют: негенерализованная социальная тревожность, генерализованная социальная тревожность и, наконец, избегающее личностное расстройство в крайней точке.

А. Ленг и М. Штейн предлагают рассмотреть спектр тревожных расстройств на континууме увеличения тревожности [163]. Они выделяют не только отдельные ситуативные проявления СФ, но и негенерализованную и генерализованную формы. В левой части континуума (см. рис. 1) с низким уровнем тревожности располагаются ситуативные фобии – случаи дезадаптивного поведения вызваны исключительно специфической ситуацией.



Рисунок 1. Уровни тревожности и тревожное расстройство

В средней части континуума расположены соответственно негенерализованная и генерализованная формы социальной фобии. При негенерализованной форме количество ситуаций социального контакта, вызывающих дезадаптивное поведение, возрастает и группируется в отдельные сферы жизнедеятельности, когда это количество становится преобладающим, то можно констатировать генерализованную социальную фобию, однако при этом страх сфокусирован на социальных ситуациях, и способность устанавливать неформальные контакты хотя и сохраняется, но снижается с возрастанием уровня тревожности.

Избегающее расстройство, которое находится в правой части континуума личности, напоминает социальные фобии. Типичные симптомы включают в себя страх унижения и неуверенность в себе, а многие люди с одним из этих рас-

стройств личности страдают также и другим. Однако люди с социальной фобией боятся главным образом определенных социальных ситуаций, тогда как лица с расстройством личности, как правило, опасаются близких социальных отношений [160].

Таким образом, социальная фобия характеризуется следующими феноменами при взаимодействии с социальным окружением:

1. Ярко выраженный или устойчивый страх перед одной или несколькими социальными ситуациями, в которых индивид сталкивается с незнакомыми людьми или подвергается оценке со стороны окружающих. В таком случае индивид боится показать симптомы страха, поскольку будет чувствовать себя неловко [5, 137].

2. Столкновение с пугающей социальной ситуацией вызывает почти всегда непосредственную реакцию тревоги, которая может принять вид панической атаки, связанной с ситуацией или вызванной ей [91].

3. Индивид осознает, что его страх преувеличен или не обоснован.

4. Пугающие социальные ситуации или ситуации, в которых оценивается успешность, избегаются или переживаются с усиленной тревогой [38, 65].

5. Избегающее поведение, состояние тревожного ожидания или сильное недомогание в пугающих социальных или производственных ситуациях значительно нарушает нормальный образ жизни человека, мешает его профессиональному успеху (или учебе), а также социальным взаимодействиям с другими людьми (или же фобия вызывает сильные страдания).

6. Тревога или избегание не обусловлены прямым физическим воздействием психоактивных веществ (например, наркотиков, лекарственных препаратов) или соматической болезнью и не могут быть лучше объяснены психическим расстройством.

Рассматривая СФ в рамках социальной психологии, в настоящее время, констатировать наличие социальной фобии у человека можно не только в случае, когда социальные ситуации избегаются, но и когда их выдерживают со

значительным дистрессом [36, 86], что приводит к субъективному снижению качества жизни. При таком подходе к рассмотрению проблемы социальной фобии она становится объектом социально-психологической помощи, что расширяет способы работы с данным типом дезадаптации.

Таким образом, границы понятия СФ в социальной психологии можно обозначить диапазоне от значительного дистресса и избегания индивидом социального взаимодействия с сохранением возможности межличностного взаимодействия; до участия индивидом в социальном взаимодействии при уровне дистресса достаточным для снижения качества жизни.

## **1.2. Понимание социальной фобии в различных направлениях психологии**

Исследователи социальной фобии, тревожности и сходных состояний, принадлежащие к разным направлениям психологической науки, обычно рассматривают феноменологию социальной фобии с позиции того направления психологии, к которому они сами принадлежат. Для психологии развития характерно фокусироваться на этиологии, в психологии личности и социальной психологии исследования сфокусированы на социальной фобии как на личностных особенностях взаимодействия с социумом, клинические психологи и психиатры рассматривают диагностические критерии социальной фобии. Эти многочисленные концепты связаны между собой, но не взаимозаменяемы. На данный момент тема социальной фобии и сходных состояний наиболее разработаны в интерперсональном и когнитивном направлениях [97, 99].

С точки зрения представителей интерперсонального (межличностного) подхода, социальная фобия является, прежде всего, расстройством межличностной сферы. Основные симптомы этого расстройства возникают при контакте с другими людьми, и самое тяжелое его последствие – это невозможность для индивида поддерживать личные и профессиональные отношения. В основе межличностной модели лежит предположение, что хорошие

социальные отношения теснейшим образом связаны с психическим благополучием, тогда как неудовлетворительные – способствуют возникновению и развитию разного рода расстройств. Краеугольным камнем межличностной теории является концепция так называемого самоподдерживающегося межличностного цикла. Согласно этой концепции, мы ожидаем со стороны других людей такого же отношения, какое встречали в нашем прошлом опыте, и повторяем те поведенческие паттерны, которым обучились в результате прошлых событий. Кроме того, наше поведение влияет на окружающих таким образом, что подтверждает наши ожидания и предположения. Таким образом, люди, ожидающие позитивного ответа от окружающих, выбирают те типы социального поведения, которые вызовут благоприятную реакцию, тогда как люди, ожидающие негативной реакции, применяют защитные стратегии, повышающие вероятность негативной реакции со стороны ранее нейтрального окружения. Исследования в этой области убедительно показали, как социальная тревожность влияет на межличностные отношения, и, наоборот – как отношения создают и поддерживают социальные страхи [53]. Рассмотрим основные положения межличностной модели социальной фобии, получившие эмпирическое подтверждение:

1. Дисфункциональные поведенческие паттерны развиваются в неблагоприятном межличностном окружении. В пользу этой теории говорят исследования Дж. Каган [159], который обнаружил, что примерно четверть от общего числа крайне застенчивых детей в возрасте 21 месяца, в 6 лет не отличались по этому показателю от сверстников, тогда как примерно четверть не стеснительных детей стали таковыми к 6 годам. Таким образом, можно предположить, что позитивное социальное окружение может снизить врожденную поведенческую заторможенность как фактор уязвимости к социальной фобии.

2. Социальная тревожность отрицательно влияет на межличностные отношения. Нет никаких сомнений, что люди с социальной фобией имеют менее удовлетворительные межличностные отношения, чем остальные. Респонденты с социальной фобией отмечали, что имеют меньше друзей, меньший опыт от-

ношений с противоположным полом, они реже вступают в брак (даже по сравнению с респондентами, страдающими другими тревожными расстройствами). Схожие данные получены и в отношении детей (меньше контактов со сверстниками), подростков (меньше друзей и худшее качество отношений) и студентов колледжей (меньше контактов с противоположным полом и меньший сексуальный опыт). Исследование Х. Хайнрекс [150] показало, что социально тревожные испытуемые отмечали достаточно высокий уровень супружеского стресса. А. Венцель [199], сравнивая социально тревожных индивидов с не тревожной контрольной группой, обнаружил, что социально тревожные индивиды отмечали меньшую близость и доверительность, возлагая при этом ответственность за неудовлетворительные взаимоотношения на партнера.

Одним из важнейших факторов, оказывающих влияние на развитие социальной тревожности, является качество привязанности между ребенком и его родителями [196]. Согласно теории привязанности Дж. Боулби, ребенок с надежным типом привязанности использует свой объект привязанности как гавань, убежище, приют для того, чтобы исследовать мир вокруг себя и возвращаться туда в случае дистресса. Ребенок с надежным типом привязанности воспринимает своего опекуна как заботливого, ответственного и доступного. Ребенок же с ненадежным типом привязанности, напротив, не может рассчитывать на доступность и ответственность объекта привязанности. Подобная неуверенность увеличивает возможность развития реакции страха на тревожные ситуации. Когда ребенок уверен в своих объектах привязанности, он меньше подвержен развитию чувства страха и тревоги.

М. Д. С. Эйнсворт с соавт. [116] различают два типа ненадежной привязанности: амбивалентную и избегающую. Ребенок с амбивалентным типом привязанности в ответ на непредсказуемость объекта привязанности вырабатывает двойственные реакции: он бывает то нежен, то груб. Ребенок с избегающим типом привязанности, вследствие частого опыта отвержения, не стремится устанавливать близкие отношения и не демонстрирует видимого дистресса, ес-

ли объект привязанности недоступен. Существует две гипотезы относительно связи между привязанностью и тревогой. Согласно первой, недостаток безопасности ведет к развитию и поддержанию тревоги. Как амбивалентный, так и избегающий типы привязанности являются факторами, повышающими вероятность развития симптомов тревоги, что подтверждено многими исследованиями [125, 188]. Другая точка зрения заключается в том, что только определённый тип ненадёжной привязанности, а именно амбивалентный, повышает вероятность развития социальной тревожности [127]. Как первая, так и вторая гипотеза получили эмпирическое подтверждение, что требует дальнейшей эмпирической проверки.

Другие исследования касались типов родительского воспитания: они доказали, что высокий уровень социальной тревожности связан с гиперопекающим, интрузивным типом поведения матерей. В исследованиях родительских репрезентаций пациенты с социальной фобией вспоминают своих родителей как более контролирующих, менее теплых, озабоченных чужими мнениями и в воспитании детей часто прибегающих к такому средству воздействия как стыд. При этом необходимо отметить, что представители межличностных моделей социальной фобии говорят о взаимном влиянии родительского воспитания и детской социальной тревожности. Так, исследования К. Х. Рубин и соавт. [173, 184] показали, что такое свойство темперамента детей как поведенческая заторможенность провоцирует менее эффективное родительское поведение и родительское восприятие социальной настороженности их детей является предиктором выбора таких стратегий социализации, которые ограничивают возможности ребенка для развития самостоятельности.

Изучалась также история межличностных отношений людей с высокой социальной тревожностью. Социальная тревожность связана с широким кругом неблагоприятного социального опыта, включая запугивание, отвержение, издевательства и пренебрежение. Так, исследования [141, 173] показали, что социально-тревожные испытуемые чаще сообщают о том, что в детстве подверга-

лись насмешкам и издевательствам со стороны сверстников. Многие взрослые пациенты с социальной фобией вспоминали травматичное социальное событие отрочества, которое вызвало или усилило их тревогу [174, 189].

Другое исследование, проведенное среди группы младших подростков, недавно поменявших место жительства, обнаружило следующие связи: социальная тревожность является предиктором менее доверительных и теплых взаимоотношений, но не прямого отвержения сверстниками. В свою очередь, отвержение сверстников повышает уровень социальной тревожности и страха негативной оценки [195]. Эти данные говорят о взаимном влиянии взаимоотношений со сверстниками и социальной тревоги.

Самовоспроизводящийся межличностный цикл, ключевое понятие межличностной теории, изучался с точки зрения его различных аспектов: 1) поведенческих паттернов; 2) реакции окружающих на социально тревожных людей; 3) искаженного социального восприятия; 4) дефицита социальных навыков и защитных стратегий. Рассмотрим их последовательно.

Поведенческие паттерны, которые часто связывают с социальной тревожностью, включают в себя низкий уровень социальных навыков, неассертивность и видимые проявления тревоги. Некоторые исследования также обнаружили различия между социально тревожными и не тревожными испытуемыми по таким показателям как зрительный контакт, более краткая продолжительность речи, паузы в разговоре, меньшее самораскрытие, дрожь, покраснение и другие признаки тревоги. Исследования последнего времени обратили внимание на то, что существуют различия в поведенческих паттернах социально тревожных испытуемых. Так, некоторые пациенты описывают свои трудности в терминах неассертивности, тревоги и социальной изоляции, тогда как другие связывают свои проблемы в межличностной сфере с собственной эмоциональной дистанцированностью. Отдельного упоминания заслуживает высокий уровень критики и гнева, обнаруженный среди выборки социально тревожных. Со-

гласно теории, предложенной Л. В. Бенжамин [122], социально тревожные люди ведут себя в соответствии с одним из этих паттернов: как будто в присутствии критичного, контролирующего, эмоционально холодного другого; в критичной, контролирующей, холодной манере по отношению к другим; в критичной, контролирующей, холодной манере по отношению к себе.

Эмпирические исследования подтверждают существование подобных паттернов поведения социально тревожных. Так, исследования В. Х. Джонс и соавт. [158] показали, что застенчивые испытуемые сообщают о своем критичном, эмоционально холодном отношении к друзьям. По сравнению с контрольной группой пациенты с социальной фобией чаще заявляют о том, что испытывают гнев и чаще его выражают. Другие исследования отмечают, что пациенты с социальной фобией чаще других пациентов в процессе психотерапии проявляют раздражение и неодобрение по отношению к терапевту [117, 118]. В целом, авторы сходятся во мнении, что необходимо дальнейшее изучение вклада порицания и критического отношения к другим в социальную фобию.

Второй аспект самовоспроизводящегося цикла межличностных отношений – реакции окружающих на социально тревожных людей. Социально тревожные люди вызывают отрицательную реакцию окружающих. Это подтверждают многочисленные исследования. Например, застенчивые испытуемые оценивались ниже по ряду межличностных качеств (теплота, социальная компетентность, привлекательность) как объективными наблюдателями, так и их лучшими друзьями [112, 113]. Исследование К. А. Мелешко и Л. Е. Алден [114] показало, что после краткого общения с тревожными студентами испытуемые выражали меньше желания продолжать общение, чем в случае с не тревожными студентами. Застенчивые люди оценивались как менее умные, нежели не застенчивые, что свидетельствует о некоем негативном образе, имеющем место при восприятии социально тревожных людей. Исследователи связывают такое отношение скорее с отсутствием просоциального поведения людей с социальной тревожностью (невербальной теплоты и интереса, взаимного самораскры-



тия), нежели с видимыми признаками тревоги. Сами социально тревожные пациенты приписывают отсутствие положительной реакции симптомам, вызываемым тревогой [171].

Третий аспект – искаженное социальное восприятие. В лабораторных исследованиях социально тревожные испытуемые при прочтении сценариев, содержащих социальные ситуации, высказывали мнение, что другие будут оценивать их самих и остальных студентов негативно, что, по мнению исследователей, отражает восприятие социально тревожными людьми окружающих как очень критичных. Также было показано, что социально тревожные испытуемые интерпретируют нейтральные выражения лиц в более негативном ключе и лучше запоминают лица с негативным выражением. При изучении актуальных межличностных отношений социально тревожные студенты оценивали своих друзей как менее внимательных, вежливых, в целом более негативно, чем не тревожные студенты.

Наконец, четвёртый из рассматриваемых аспектов самовоспроизводящегося цикла межличностных отношений – это дефицит социальных навыков и защитные стратегии. Описанные выше три поведенческих паттерна традиционно связывали с дефицитом социальных навыков людей с высоким уровнем социальной тревоги. Однако исследования последних лет выявили более сложную картину: люди с высокой социальной тревожностью не всегда ведут себя в избегающей и мало адаптивной манере. Неадаптивное поведение проявляется в ситуации неопределенности и возможной оценки, запускающей защитные стратегии поведения. Здесь мы напрямую подходим к когнитивной сфере – интерпретации социальных стимулов.

Таким образом, суммируя данные исследований, авторы, акцентирующие межличностный аспект социальной тревожности, предлагают следующую модель: при активизации схемы опасности социально тревожные индивиды прибегают к поведению, обеспечивающему безопасность (избегание контакта глазами, меньшее самораскрытие), которое, в свою очередь, вызывает негативную

реакцию окружающих. Возникающий порочный круг проявляется в самовоспроизводящемся цикле интерперсональных отношений.

Таким образом, в интерперсональном подходе подчеркивается влияние отношения родителей к ребенку на формирование социальной фобии и последующее развитие за счет дезадаптивного поведения в социальных ситуациях.

К сходному выводу можно прийти, рассматривая идеи психодинамического направления. С точки зрения данной методологии, первые месяцы жизни ребенка могут стать решающими для его психического здоровья, а при неблагоприятном стечении обстоятельств создать основу для будущей социальной тревоги. Теория объектных отношений смещает фокус внимания на поведение конкретных членов семьи и ближайшего окружения. М. Кляйн, представитель теории объектных отношений, считала, что на жизнь человека накладывают особый отпечаток ранние отношения с «материнской фигурой» [39].

М. Кляйн выделила два основных типа тревоги, которые может переживать личность. 1. Персекуторная тревога, заключающаяся в страхе преследования, боязни враждебного отношения со стороны окружающих, развивается у людей, для которых характерна параноидно-шизоидная спутанность. 2. Депрессивная тревога проявляется в страхе потери объекта любви, она свойственна людям с несформированным представлением о позитивном и устойчивом собственном Я [39].

Депрессивная тревога тесно связана со страхом повреждения объекта и виной. Персекуторная тревога связана с сильным страхом того, что объект может стать враждебным, агрессивным по отношению к нему. Тем самым, отношения с людьми выглядят пугающими, благодаря идее непредсказуемости поведения.

В процессе проведения психотерапии социофобии психоаналитики фиксировали отсутствие достаточного тепла и заботы у таких больных в раннем детстве [80]. Д. Винникотт ввел термин «достаточно хорошая мать», который означает следующее: функцию матери создать среду, в которой ребенок сможет

выработать с течением времени истинное и аутентичное ощущение себя. Обмен положительными эмоциями называют «социальная улыбка» – ответ ребенка на улыбку матери. Именно благодаря этому набору приятных для ребенка ощущений формируется важное подтверждение о том, что мир принимает его и приветствует [13, 103].

Если же ребенок недополучает позитивного внимания, он начинает проявлять беспокойство, тревогу. Мир вокруг воспринимается им более угрожающе и враждебно. Можно предположить, что именно в этом сосредоточено ядро будущей социальной тревоги [85].

В контексте социальной фобии также представляют интерес идеи К. Хорни, которая занималась рассмотрением проблемы страха, тревожности и опасности, идущей из мира, и возможностями их преодоления [101]. Центральным понятием в теории К. Хорни является понятие базальной тревожности – «чувство ребенка одинокого и незащищенного в потенциально враждебном мире». Базальная тревога является следствием недостатка внимания и заботы родителей по отношению к ребенку. Базовая мотивация, по мнению К. Хорни, – стремление к безопасности. Она выделила три типа личности как способы совладания с базальной тревожностью и соответствующие им невротические проявления: услужливая, отрешенная и агрессивная личность. Отрешенный тип личности, связанный с потребностью в одиночестве, избегающий контакта с людьми, отражает попытку справиться с тревогой посредством избегания социального контакта [100].

Психодинамическая модель социальной фобии акцентирует целый ряд факторов: нейрофизиологическую предрасположенность, наличие онтогенетических стрессоров, негативных объектных репрезентаций. На ранних этапах жизни у лиц, впоследствии страдающих социофобией, формируется негативное восприятие родителей, других опекунов, сиблингов как «обвиняющих», «критикующих», «высмеивающих», «унижающих», «вгоняющих в смущение». Впоследствии эти образы проецируются на окружающих людей. Человек начинает

избегать социальных контактов из-за страха критики и отвержения, что усугубляет его трудности. Переживание гнева несет в себе опасность из-за возможности быть отвергнутым важной фигурой привязанности. При социальной фобии эмоции гнева и презрения обычно проецируются на других, что позволяет избежать открытия этих переживаний в собственной душе. Однако в результате такой проекции пациент видит других людей как агрессивных, критичных и отвергающих, что запускает интенсивную социальную тревогу. Помимо этого, пациент ощущает вину за переживания гнева на других людей и оскорбительно критичное отношение к ним. Социальная тревога становится страхом быть наказанным за вытесненные и осознанные агрессивные побуждения [17].

Наряду с этими конфликтами, для индивидов с социальной фобией характерны и другие противоречия: параллельно со сниженной самооценкой у них может развиваться компенсаторная грандиозность, сопровождаемая фантазиями о всеобщем восхищении. Им присущи эксгибиционистские сексуальные импульсы, которые, однако, подвергаются действию отрицания. Устремления такого рода также усугубляют дистресс и разочарования в текущих социальных ситуациях, что вновь усиливает боль и гнев. Как и другие симптомы, социальная фобия является компромиссным образованием. Характерен конфликт между стремлением к эксгибиционизму и социальной тревогой; последняя выступает и в качестве проявления конфликта, и в качестве наказания [140, 202].

Основные компоненты социальной фобии в психоаналитическом направлении:

- данное эмоциональное расстройство связано с бессознательными переживаниями гнева и враждебности;
- осознание агрессии и гнева, а также их открытая экспрессия в поведении заблокированы;
- основными препятствиями на пути к осознанию гнева и агрессии и их разрядке выступают низкая автономность и зависимость от объекта враждебных чувств.

В 1990-х гг. были предложены две когнитивные модели социальной фобии, которые остаются наиболее влиятельными и являются основой для исследований этой дезадаптации. Это модели социальной фобии Д. М. Кларк, А. Уелс [133] и Р. М. Рапи, Р. Г. Хаймберг [179]. Эти модели особое значение придают интерпретации собственного социального опыта индивидом.

Эти модели содержат много общего: в них рассматриваются убеждения относительно социального взаимодействия, когнитивные искажения. Основное различие между ними состоит в том, что в модели Д. М. Кларк и А. Уелс постулируется определяющая роль внимания, направленного на себя (self-focused attention), то есть использования своих внутренних ощущений для создания искаженного, негативного представления о себе, тогда как модель Р. М. Рапи [178] и Р. Г. Хаймберг акцентирует роль как внутренних, так и внешних сигналов.

Целью модели Д. М. Кларк и А. Уелс (см. рис. 2) является ответ на вопрос о том, почему страхи человека с социальной фобией сохраняются, несмотря на частые контакты с социальной или общественными ситуациями без возникновения катастрофических последствий [133, 134]. Недавние исследования с контрольной группой поддерживают эффективность подхода [135].

Модель предполагает, что, когда люди с СФ попадают в социальную ситуацию, запускаются определенные установки (например, «я всегда должен быть остроумным и сообразительным»), предположения (например, «Если женщина узнает меня поближе, то она будет думать, что я никчемный») или безусловного убеждения (например, «Я странный и скучный»).

Когда индивиды с социальной фобией считают, что существует опасность быть оцененным негативно, они направляют все свое внимание на тщательное самонаблюдение и самоконтроль. Исходя только из результатов самонаблюдения (а не по реакции окружающих), они делают выводы о том, как они выглядят и что подумали о них окружающие (то есть они не делают разницы между

«чувствовать себя униженным» и «быть униженным», испытывать тревогу и подавать видимые признаки тревоги).



Рисунок 2. Когнитивная модель социальной фобии

Особое внимание в этой теории уделяется так называемым безопасным формам поведения, которые не позволяют индивидам с социальной фобией разубедиться в своем искаженном восприятии, несмотря на регулярную экспозицию (которая является одним из наиболее эффективных способов преодоления остальных видов фобий). Так, в тех случаях, когда социальное взаимодействие не имело негативных последствий, индивиды с социальной фобией объясняют это использованием безопасных форм поведения, которые, в свою очередь, могут вызывать симптомы социальной тревоги, привлекают внимание окружающих, усиливают самонаблюдение и, в конечном счете, заставляют окружающих вести себя в соответствии с опасениями индивидов с социальной

фобией. Так, например, усилия, направленные на то, чтобы скрыть тревогу, вынуждают индивидов с социальной фобией вести себя холодно и отстраненно. Другие люди воспринимают это как знак неприязни и ведут себя по отношению к ним также в недружественной и холодной манере. Подобное поведение пациентов с социальной фобией традиционно объяснялось недостатком социальных навыков, однако Д. М. Кларк и А. Уел [133] полагают, что эти пациенты обладают необходимыми социальными навыками, а их наблюдаемое поведение является следствием использования безопасных форм поведения.

Социально тревожные индивидуумы, таким образом, больше используют внутреннюю информацию, чтобы сделать вывод, как другие их оценивают. Внутренняя информация связана с чувством тревоги, и яркими искаженными образами себя «со стороны» [146].

Эти образы в основном визуальные, но они могут также включать телесные ощущения и слуховые или обонятельные перспективы. Это, конечно же, не то, что на самом деле наблюдатель «видит». Периодически эти образы вызывают припоминание социальной ситуации, связанной с крайним беспокойством. Как правило, это достаточно ранние воспоминания.

Также большое значение тому, как индивид воспринимает себя в социальном взаимодействии, придается А. Бандурой.

Социально-когнитивная теория А. Бандуры предлагает совместное взаимодействие среды, поведения и личностных факторов, в которых особое место отводится когнитивным процессам, обеспечивающим ментальный самоконтроль и самооффективность личности [81, 103]. Среда или окружение в социально-когнитивной теории оказывают влияние на личность в той же мере, в какой личность влияет на среду и формирует ее, а среда формирует личность. Это непрерывное взаимодействие сил создает некое равновесие между свободой и детерминизмом в социально-когнитивной теории.

Человеческое поведение, согласно социально-когнитивной теории, во многом состоит из приобретенных паттернов поведения [3]. Социальное пове-

дение личности формируется путем наблюдения за поведением других или на основании примера. Именно в ходе наблюдения личность научается имитировать поведение и моделировать себя по выбранной модели. В контексте социальной фобии это может означать копирование дисфункциональных моделей поведения родителей и иррациональных страхов [7].

Самоэффективность личности в Социально-когнитивной теории подразумевает осознанную способность человека справляться со специфическими и сложными ситуациями и оказывать влияние на эффективность деятельности и функционирования личности в целом. Тот, кто осознал самоэффективность, прилагает больше усилий к решению сложных задач, чем тот, кто испытывает сомнения в своих возможностях.

Высокая самоэффективность, связанная с ожиданием успеха, обычно приводит к позитивным результатам и, таким образом, способствует самоуважению личности, повышению самооценки, приобретению положительных компонент идентичности и обогащению позитивного опыта. Низкая самоэффективность, связанная с ожиданием неудачи, приводит к неудаче и, таким образом, снижает самоуважение. Личность, считающая себя неспособной справиться со сложными ситуациями, уделяет чрезмерное внимание своим недостаткам и постоянно занимается самобичеванием по поводу собственной некомпетентности. И, наоборот, личность, осознающая себя самоэффективной, мысленно представляет себе удачный сценарий, обеспечивающий позитивные ориентиры для организации своего поведения, и осознанно проигрывает варианты именно успешных действий и решений. Таким образом, самоэффективность в теории А. Бандуры во многом определяется предпочитаемым способом совладающего поведения в концепции С. Фолкман и Р. С. Лазарус [41, 63].

Определенные устойчивые эмоционально-когнитивные алгоритмы реагирования на социальные ситуации можно охарактеризовать в терминах теории установки. Понятие «установка» отражает те самые фрагменты, кристаллизующиеся в процессе опыта или посредством механизма мгновенного запечатле-



ния (импринтинг, имеющий место в определенные сенситивные периоды). Фиксация определенной поведенческой схемы не всегда является оптимальным для адаптации индивида.

Д. Н. Узнадзе рассматривал закрепление опыта через понятие «установка». В «установке» цементируется предшествующий повторяющийся опыт, фокусирующийся в понятиях, Автор этой концепции доказал, что любое действие в стабильных условиях – это установка, т.е. готовность в определенной ситуации действовать определенным образом. Восприятие основано на установочных схемах, закрепленных в процессе приобретения опыта, развития и используемых для ориентировки в мире [77]. Как утверждает Г. В. Залевский, наряду с позитивными функциями «фиксированных форм поведения», существуют и отрицательные, такие как закрепление в опыте неадекватных и жестких схем поведения и реагирования на ситуации, приводящие к их избеганию [86].

А. Г. Шмелев отмечает современную тенденцию, в рамках которой вместо термина «черта» в психологии более адекватным становится употребление термина «установка» или «отношение». Зафиксированная и выработанная установка «актуализируется при обнаружении индивидом некоего минимального набора ключевых категориально-значимых стимульных признаков» [104]. Таким образом, понимание причин поведения – суть понимание того, какая именно установка и «какого иерархического уровня будет актуализирована в данной ситуации» [104].

Очевидно, человек «видит» мир опосредованно, установка – промежуточный этап, посредник между видением мира, действием в нем и самим миром. Стиль деятельности, однажды сформированный в опыте и ставший установкой, может определять тревожно-фобические реакции по отношению к определенным ситуациям на протяжении значительного периода жизни [86].

Темы социальной фобии и психологических установок касаются отдельные исследования в отечественной и западной психологии. В исследовании Т. С. Павловой и А. Б. Холмогоровой «Психологические факторы социальной

тревожности в студенческом возрасте», в контексте интегративной многофакторной психосоциальной модели расстройств аффективного спектра, были обнаружены такие факторы, влияющие на повышенную социальную тревожность, как установки на перфекционизм, враждебное поведение, личностные установки избегающего и зависимого типа [71, 78].

Американские авторы одной из когнитивных моделей социальной фобии Ф. Сабунчи, Л. Ландс, Л. Ост обратили внимание на базовые убеждения респондентов (см. рис. 2). Многие люди с социальными страхами придерживаются такого базисного убеждения – «Социальные ситуации опасны (например, возможным унижением)». Одновременно они убеждены в том, что социальную опасность можно преодолеть только средствами совершенного социального поведения: «Я могу избежать унижения в контактах, только если я соответствую самым высоким образцам социального самопредставления». Таким образом, установка на соответствие самым высоким стандартам самопредставления является одним из иррациональных убеждений при социальной фобии [185].

Когнитивный подход предполагает, что вторым фактором, который поддерживает симптомы социальной фобии, является защитное поведение. Это действия, предпринятые в опасной ситуации, которые направлены для предотвращения возможной «катастрофической» неудачи [186]. В современном понимании защитное поведение включает в себя психологические защиты и копинг-стратегии. Когнитивное направление считает, что характерное защитное поведение при социальной фобии включает в себя: употребление алкоголя; избегание контакта взглядом; чрезмерное проигрывание своих действий в социальной ситуации (навязчивая репетиция); нежелание раскрывать личную информацию и задавать много вопросов.

Защитное поведение может усугублять когнитивные искажения следующим образом:

- уход из предположительно опасной ситуации не позволяет получить опыт о ее возможной безопасности;
- повышает самонаблюдение и самоконтроль, чтобы удержать свое поведение в «адекватных рамках»

- увеличивает закрытость позы и скованность пластики, чтобы скрыть дрожание конечностей или потливость ладоней
- воспринимается другими людьми как холодность и закрытость, что
- может приводить к отвержению и подкреплять негативные установки.
- привлекает внимание за счет неестественного проявления, например, из-за слишком тихого голоса.

Также существует гипотеза, что третьим фактором, который поддерживает симптомы социофобии, является упреждающая и постобработка событий. Такая обработка фокусируется на чувствах и конструировании поведения, которое ведет к повторению предыдущих неудач [200].

В связи с этим неадекватное копинг-поведение можно рассматривать как один из факторов, поддерживающих социальную фобию.

Модель самопрезентации предложена Б. Р. Сленкер и М. Р. Лири [187] в 1982 г. Она основана на предположении, что высокий уровень социальной тревожности связан, в первую очередь, с недостатком социальных навыков и негативной самооценкой, которые являются компонентами идентичности. Данная модель самопрезентации создана в результате изучения «нормальной» застенчивости и лишь затем применена для социальной фобии. Соответственно, модель самопрезентации ориентирована на объяснение страха социальных ситуаций у людей с низким уровнем социальных навыков и с низкой самооценкой и считает это первичными факторами.

Согласно этой модели, люди испытывают тревогу в социальных ситуациях лишь при совпадении двух условий:

- 1) высокой мотивации произвести нужное (определенное) впечатление на окружающих;
- 2) наличием сомнений в том, что это достижимо.

В остальных случаях, когда люди не заботятся о производимом ими впечатлении или не сомневаются в собственных способностях, социальной тревоги не возникает. Авторы модели отмечают, что «нужное, необходимое» впечатле-

ние не всегда является «хорошим», т. к. иногда люди стремятся произвести неблагоприятное, социально нежелательное впечатление. В то же время, иногда люди испытывают тревогу в социальных ситуациях, хотя знают, что их оценивают позитивно, и они производят довольно хорошее впечатление. Тревога связана с их убеждением, что производимое впечатление недостаточно для достижения поставленной ими цели в выполнении определённой роли (например, соискатель должности, подросток на первом свидании).

Авторы отмечают, что социальная тревожность не всегда дезадаптивна и зачастую выполняет полезную, адаптивную функцию. Р. Ф. Баумейстер и Д. М. Тайс [121] убедительно доказали, что тревожность является естественным следствием озабоченности отношениями с другими людьми.

Тем не менее, авторы считают, что по ряду причин люди могут быть чрезмерно озабочены впечатлением, которое они производят на других. Так, например, одна часть людей может нуждаться в одобрении больше других (их мотивация произвести нужное впечатление крайне высока), тогда как другие тревожатся из-за того, что они оценивают себя негативно (и сомневаются в том, что им удастся произвести нужное впечатление). Часть людей с высоким уровнем социальной тревожности беспокоится из-за дефицита социальных навыков, необходимых для того, чтобы произвести нужное впечатление. Другие выработали негативную эмоциональную реакцию на социальные события в результате неудачного прошлого опыта. Ряд положений модели самопрезентации получил эмпирическое подтверждение. Например, во время проведения экспериментов люди с высокой социальной тревогой были больше озабочены тем, соответствуют ли они стандартам окружающих, нежели своим собственным [128, 129, 142, 182]. При этом они не считали, что произведут худшее впечатление, тогда как люди с низкой социальной тревогой полагали, что они произведут лучшее впечатление.

Согласно бихевиоральной модели, социальная фобия развивается в результате прямого обусловливания, т.е. вследствие травматичного события в социальной области – например, опыта отвержения сверстниками. Так, в исследовании Р. Таунсли [41] 56% респондентов с социальной фобией сообщили о травматичных событиях, предшествующих их дезадаптации, тогда как в контрольной группе о подобных событиях вспомнило лишь 20%. Предположение о том, что социальной тревожности можно обучиться, лишь наблюдая за подобным поведением (викарное научение), родилось в процессе изучения обезьян [17]. Л. Ост и К. Хагбал [31] обнаружили, что 13% респондентов с социальной фобией заявляли, что приобрели социальные страхи в результате викарного научения, наблюдая за социальным опытом других людей. В целом необходимо отметить, что существует еще недостаточно данных в пользу теории о викарном научении социальной фобии [26, 27]. Вместе с тем, согласно условиям социального научения, выделенным А. Бандурой, действительно, недостаточно одного лишь присутствия при событии. Необходимы определенные предпосылки, в частности, внимание, направленное на происходящее.

В целом, поведенческая теория рассматривает социальную фобию как одну из простых фобий, и практически все объяснительные модели применимы для всех фобий в целом и неспецифичны для социальной фобии. Для объяснения же социальной фобии существует лишь одна теория в рамках бихевиорального подхода, получившая широкое распространение – модель дефицита социальных навыков, согласно которой в этиологии социальной фобии большая роль принадлежит несформированным социальным навыкам. Исследования говорят как в пользу данной теории [176, 177, 193], так и против нее [132, 150]. Противники данной теории связывают проблемное поведение людей с высоким уровнем социальной тревожности не с недостатком навыков, а с тревогой как таковой.

Таким образом, на формирование и развитие социальной фобии влияет как отношение родителей в детском и подростковом возрасте, так и особенно-

сти личности индивида – его представления о себе, отношение к себе, предпочитаемые способы совладающего поведения и развитие эмоционального интеллекта.

### **1.3. Социальная фобия как личностные особенности**

Вследствие того, что проблема социальной фобии находится на стыке социальной, клинической и психологии личности, то при рассмотрении этой проблемы следует обратить внимание на такие аспекты, как личностные и когнитивные особенности людей с социофобической симптоматикой, а также их восприятие себя, т. е. идентичность.

Фактором, во многом определяющим взаимодействие индивида с социумом, является его социальная идентичность. Роли, которые он может выделять в социальной структуре и идентифицировать себя с ними, детерминируют его поведение. Наиболее ярко это проявляется в условиях стресса, когда оперативные возможности адаптации перегружены и используются механизмы копинг-поведения, во многом связанные с личной «Я-Концепцией» [40].

Идентичность является сквозной проблемой психологии человека. Разнообразие подходов к пониманию сущности и структуры социальной идентичности является следствием сложности изучаемой проблемы. Современные исследования социальной идентичности осуществляются на стыке нескольких научных направлений: психологии личности, социальной психологии, психологии развития, когнитивной психологии [28]. Идентичность представляет собой компонент индивидуального сознания и самосознания, связывающий человека с социальной реальностью и позволяющий определить свое место в ней [60].

Формирование гуманистической парадигмы в гуманитарных науках, обозначившей проблемы свободы, ответственности и осмысленности жизни, вызвало интерес и к проблемам идентичности [156]. Исследованиями идентичности посвящены многочисленные работы различных авторов:

Н. Л. Ивановой [28]; А. В. Мелева, П. В. Румянцева [60]; К. Л. Тёрнер, К. С. Браун [191].

Появление термина «идентичность» в психологии принято связывать с именем Э. Эриксона. Однако истоки этого понятия современные ученые находят в работах З. Фрейда «Толкование сновидений» и «Групповая психология и анализ эго». В «Толковании сновидений», изданной на рубеже XIX-XX вв., З. Фрейд впервые использовал термин «идентификация», под которой он понимал неосознаваемое отождествление субъектом себя с другим субъектом и считал ее механизмом усвоения ребенком образцов поведения значимых других, формирования супер-эго. К моменту выхода в свет работы «Групповая психология и анализ эго» в 1914 г. З. Фрейд придавал понятию идентификации уже более широкий смысл, определяя ее не только как бессознательную связь ребенка с родителями, имеющую преимущественно эмоциональный характер, но и как важный механизм взаимодействия между личностью и социальной группой [60].

В современной психологии принято отличать понятие «идентификация» от понятия «идентичность». Если под идентичностью понимается некоторое состояние самоотождествления, то идентификация – это совокупность процессов и механизмов, которые ведут к достижению этого состояния.

«Идентичность» получила статус самостоятельного научного понятия в работах Э. Эриксона. В книге «Идентичность: юность и кризис» он представляет идентичность как внутреннюю непрерывность и тождественность личности, существующую в контексте непрерывного развития личности и выполняющую адаптационные функции. Идентичность – это динамическое образование, претерпевающее изменения на протяжении всей жизни человека. Она обеспечивает возможность видеть свою жизнь в аспекте ее непрерывности, органично переплетая прошлое и будущее и включая их в переживания настоящего, адаптируясь к изменениям жизненной ситуации [112].

В концепции Э. Эриксона идентичность личности объединяет в себе помимо природных задатков, потребностей и способностей, значимые идентификации и постоянные, устойчивые социальные роли.

Благодаря работам Г. Тэджфела и его последователей социальные аспекты идентичности получили в психологической литературе относительно самостоятельный статус. Он противопоставил актуализацию личностной и социальной идентичности как полюсы социально-поведенческого континуума [92], что породило продолжающуюся и сегодня дискуссию о соотношении личностной и социальной идентичности. Этот вопрос является открытым на сегодняшний день.

Для представителей современного символического интеракционизма характерно рассмотрение идентичности как динамического процесса, ключевым моментом которого является активность личности, проявляющаяся во взаимодействии с другими людьми. Р. Дженкинс [156] придерживается мнения, что индивидуальность и групповая идентичность являются сторонами одного и того же процесса и отражают социальный опыт человека [70]. В теории социальных представлений С. Московичи [61] социальная и личностная идентичности являются взаимодополняющими элементами идентичности человека. У. Дойс предлагает эмпирически обоснованную гипотезу о том, что личностная идентичность может рассматриваться как социальная репрезентация, представляющая собой результат ассимиляции распространенных в обществе представлений о человеческой личности [69].

Как правило, исследователи признают первичность социальной идентичности и ее опосредующее влияние на формирование личностной идентичности. Так, Г. М. Бриквел предположил, что личностная идентичность является продуктом социальной идентичности, формирующимся в процессе селективного отбора характеристик, являющихся содержанием разнообразных социальных стереотипов. Аналогичная гипотеза выдвинута в исследовании А. Рейд и К. Деукс, которые на основе анализа полученных эмпирических данных пред-



положили, что в формировании личностной идентичности существенную роль играет не только индивидуальный опыт, но и социальные представления, распространенные в культуре (А. Рейд, К. Деукс., 1996) [60].

Отечественные психологи и культурологи Г. М. Андреева, М. М. Бахтин, Ю. М. Лотман говорят о представленности образа идентичности и ролевого поведения в культуре [55].

Е. С. Эйбс и С. Р. Джонс, авторы многомерной модели идентичности, пишут, что в качестве измерений идентичности эта модель включает в себя расу, гендер, сексуальную ориентацию, религиозные убеждения, принадлежность к той или иной культуре и социальному классу [157]. Воздействие внешних факторов (семейных, профессиональных, социокультурных и т. д.) приводит к изменениям в содержании тех или иных измерений идентичности.

На современном этапе развития социальной психологии наиболее распространенной является точка зрения о том, что социальная и личностная идентичности являются взаимодополняющими, а не противоречащими друг другу компонентами идентичности человека.

Важным для нашего исследования является понятие «диффузная идентичность», предложенная Э. Эриксоном. Наиболее полно диффузная идентичность рассмотрена в работах О. Кернберга. Клинически «диффузная идентичность» представлена плохой интеграцией между концепциями Я (self) и значимых других. Постоянное чувство пустоты, противоречия в восприятии самого себя, непоследовательность поведения, которую невозможно интегрировать эмоционально осмысленным образом, и бледное, плоское, скудное восприятие других – все это проявления диффузной идентичности. Ееским признаком является то, что человек не способен целостно выразить свои значимые взаимодействия с другими для себя и другого человека [37, 57].

Таким образом, при социальной фобии можно предположить серьезное нарушение идентичности, что приводит к дискомфорту и избеганию социального контакта [71]. Предполагается диффузная идентичность, сложность в

определении собственных социальных ролей, негативное восприятие себя, неопределенное отношение к собственному полу.

Согласно предположению Д. М. Кларк и А. Уелс [133], у индивидов с социальной фобией в результате раннего опыта формируются определенные убеждения относительно себя и окружающего мира. Эти убеждения делятся на три категории:

1) чрезмерно высокие стандарты в отношении социальных взаимодействий (например: «я должен говорить всегда уверенно и интересно», «я никогда не должен выдавать своего волнения»);

2) промежуточные убеждения относительно последствий определенного поведения («если я не соглашусь с кем-то, меня отвергнут», «если я выдам свою тревогу, люди подумают, что я глупый, некомпетентный», «если я кому-то не нравлюсь, это моя вина», «то, что другие думают обо мне, и есть правда»);

3) базовые негативные убеждения о себе («я глупый», «я скучный», «я непривлекательный»).

Когнитивная схема индивидов с социальной фобией активизируется лишь в социальных ситуациях. Такие убеждения приводят к тому, что эти ситуации представляются опасными, и достижение желаемого уровня социального взаимодействия становится невозможным. Как только социальная ситуация оценивается подобным образом, уровень тревоги повышается, и множество порочных кругов поддерживает дистресс и не позволяет разубедить индивида в его негативных убеждениях и оценках.

Гипотезы, представленные в когнитивных моделях Р. М. Рапи, Р. Г. Хаймберг [34], Д. М. Кларк и А. Уелс [16], получили эмпирическое подтверждение:

1) индивиды с социальной фобией интерпретируют социальные события в чрезвычайно негативной форме;

2) индивиды вырабатывают следующие убеждения: люди очень критичны, быть хорошо оцененным окружающими крайне важно;

3) индивиды с социальной фобией в социальных ситуациях, вызывающих у них тревогу, чрезмерно фокусируются на себе;

4) индивиды с социальной фобией в социальных ситуациях, вызывающих у них тревогу, хуже воспринимают внешние сигналы (перерабатывают информацию из внешних источников);

5) сознание индивидов с социальной фобией в социальных ситуациях, вызывающих у них тревогу, наполнено искаженными образами самих себя в глазах окружающих;

6) индивиды с социальной фобией используют свои внутренние ощущения для того, чтобы сделать ложные выводы о том, какими они представляются окружающим;

7) безопасные формы поведения и внимание, сфокусированное на себе, не позволяют изменить негативные убеждения и поддерживают ее;

8) безопасные формы поведения и внимание, сфокусированное на себе, оказывают негативное влияние на социальное взаимодействие и приводят к тому, что индивидов с социальной фобией окружающие воспринимают как менее привлекательных;

9) недостаточная обработка внешних сигналов у индивидов с социальной фобией способствует вычленению и припоминанию тех сигналов, которые могут быть интерпретированы как признак отвержения;

10) до наступления пугающего их социального события индивиды с социальной фобией склонны прогнозировать негативный сценарий и переживают тревогу, вызванную ожиданием неудачи;

11) после социального события индивиды с социальной фобией подвергают все детали этого события продолжительному, искаженному анализу.

Таким образом, можно предположить, что индивиды с социальной фобией характеризуются специфической идентичностью, которую можно обозначить как диффузную.

Рассматривая личностные особенности индивидов с социофобической симптоматикой, следует отметить ярко выраженную склонность к избеганию социальных ситуаций вызывающих тревожность и страх [186].

Как отмечают авторы исследований [31, 83, 85], такая противоречивая система характерна для индивидов с социальной фобией. О характерном противоречии говорят и сами испытуемые, отмечая «некое внутреннее противоречие», «внутренний конфликт», «разнонаправленные побуждения», «страх, который оказывается сильнее желаний».

При социофобии наблюдается сочетание сверхзначимости какой-либо потребности, реализуемой только в социальных взаимодействиях (признания, аффиляции, принадлежности), одновременно с этим присутствует ригидный эмоционально-когнитивный образ этих ситуаций с субъективной уверенностью в неизбежной неудаче, отвержении и чувстве стыда [82, 84, 85]. Этот мотивационный конфликт вызывает расщепление направленности деятельности. Потребность в безопасности и уединении (мотивация избегания) сталкивается с потребностью в социальном признании (мотивация достижения). Эмоция страха, сформированная в зазоре между значимостью субъективно противоречащих потребностно-мотивационных напряжений индивида, провоцирует индивида с социальной фобией «создавать» патологические фиксированные формы поведения, являющиеся, по сути, средством защиты от интенсивной тревоги и страха [26, 48].

Значимая, но субъективно недоступная по параметру «успешность» социальная ситуация, вызывающая фрустрацию потребностей посредством переживания устойчивого страха и избегающего поведения для человека с социофобией является предметом постоянных переживаний. Индивидуум, избегая и прячась от социальных контактов, несчастен. Однако одиночество и изоляция не

приносят искомой гармонии и удовлетворенности, ему хочется быть социально активным, но он вынужден избегать контакта из-за страха быть униженным и прочих негативных эмоций, которые, как он предполагает, с неизбежностью настигнут именно его [4, 5, 7].

При социальной фобии остается потребность в реализации себя в личных и социальных отношениях. За счет трудностей в непосредственной реализации этой потребности это вызывает сильную фрустрацию, что переживается как «несчастье», неудовлетворенность и безысходность, что заставляет выбирать своеобразные формы копинга для преодоления этого состояния [32, 35, 89].

Ввиду того, что при социальной фобии индивид переживает значительное эмоциональное напряжение в ситуациях социального взаимодействия, можно предположить, что эмоциональный интеллект при социальной фобии менее развит или имеет некоторые специфические черты.

Эмоциональный интеллект играет существенную роль в наиболее распространенных типах продуктивных копинг-стратегий совладания со стрессом. Важно отметить, что люди, обладающие высоким эмоциональным интеллектом, объективно реже сталкиваются с критическими ситуациями (конфликт, фрустрация, стресс, кризис). Это связано с тем, что они способны принимать более эффективные решения, благодаря контролю собственных эмоций и управлению эмоциями других.

Как правило, люди с высокими показателями эмоционального интеллекта последовательно и результативнее действуют в ситуациях, предшествующих критическим: часто, вовремя собравшись, совладав с эмоциями, не допускают, например, конфликта, наступления ситуации, влекущей за собою кризис или стресс [18, 111].

Исследования личностных черт, связанных с эмоциональным интеллектом, также показывают, насколько трудно оценить истинную адаптацию человека. Обычно каждая черта имеет положительные и отрицательные стороны.

Дж. Мэттьюс с соавт. предположил, что полюса факторов в моделях личности типа «Большой пятерки» отражают адаптивные выборы, являющиеся центральными для человеческого существования. Так, эмоциональная стабильность позволяет противостоять угрозе напрямую, а противоположный ей нейротизм позволяет предвосхищать угрозы и избегать их. Таким образом, конкретная черта может быть адаптивна в одной среде, но дезадаптивна в другой. Один и тот же человек может проявлять высокий эмоциональный интеллект в среде, соответствующей особенностям его личности, и низкий эмоциональный интеллект в среде, не соответствующей его личности. Если это верно, то эмоциональный интеллект оказывается проявлением степени соответствия между личностью и средой [111]. Следовательно, эмоциональный интеллект является инструментом социальной адаптации и фактором стрессоустойчивости, определяющим выбор и эффективность использования копинг-стратегий. Внутриличностный аспект эмоционального интеллекта позволяет индивиду осознавать и контролировать собственные эмоции; межличностный компонент способствует установлению эффективных отношений с другими, что влияет на динамику стрессовой ситуации.

Рассмотрим, как происходит формирование эмоционального интеллекта. Начальный этап формирования эмоциональной жизни человека имеет генетически-врожденный, «преадаптационный» характер [29, 49], то есть у новорожденного существуют зачатки определенных эмоциональных реакций, позволяющих не только адаптироваться к новой среде, но и выжить в ней. Л. С. Выготский назвал такие эмоции «эмоционально подчеркнутые состояния ощущений» [43]. В процессе расширения «сферы деятельности» младенца от простого биологического существования до выделения в нем значимого человека (матери) изменяются и усложняются эмоциональные реакции, прежде направленные только на удовлетворение потребностей. На данном этапе формируются эмоциональная связь [9], первичная симпатия [10], аффективно-личностная связь [14] с ближайшим окружением, удовлетворяющие потреб-

ность ребенка в любви, безопасности, уверенности в новом мире, то есть личностные потребности. Результатом такого взаимодействия выступает формирование важного личностного эмоционального новообразования – «комплекса оживления» (Н. М. Щелованова, Н. Л. Фигурина) [14], «социальной референции» (П. Лафренье) [10]. То есть эмоциональные реакции становятся избирательными. Младенец открывает для себя факт манипуляции вниманием взрослых при помощи эмоций, они становятся средством не только удовлетворения социальных потребностей в общении с близким социумом, средством регулирования («социальная референция») этих эмоциональных связей.

В период раннего детства перед ребенком раскрывается предметный мир, познавая который он создает автономную эмоционально насыщенную речь [15, 90]: каждое слово несет в себе эмоциональную оценку предмета, явления окружающей действительности. Происходит трансформация содержания эмоциональных переживаний [30, 110]. Данное эмоциональное новообразование формируется на основе практической деятельности ребенка, в ходе познания окружающего мира и социума, в ходе формирования эстетических, нравственных чувств. В этот же период эмоции социализируются. Это сложный процесс, начинающийся с эмоциональной синтонии (эмоционального заражения) и заканчивающийся эмоциональной децентрацией (совокупность способностей ребенка к сочувствию, сопереживанию) и формированием эмпатии.

Сенситивный период для развития эмоциональной сферы – дошкольный. В этот период формируются основные эмоциональные новообразования, выступающие неким результатом взаимодействия эмоциональных и познавательных компонентов развития личности. Главное эмоциональное новообразование этого периода – становление процесса произвольной эмоциональной регуляции [16, 30, 49]. Оно включает в себя ряд эмоционально-когнитивных компонентов и механизмов.

Эмоциональное предвосхищение результатов деятельности [79] возникает в результате познавательной деятельности, на основе практического взаимо-

действия с окружающей действительностью. В данной деятельности формируется своеобразная познавательная система, сочетающая в себе как эмоциональные, так и познавательные процессы. В данной системе эмоции интеллектуализируются, а познание обретает смысл. Я. З. Неверович называла такую систему «синтетический эмоционально-гностический комплекс типа аффективных образов», которые моделируют смысл определенных ситуаций для субъекта и регулируют динамику его поведения, то есть формируют процесс эмоциональной коррекции поведения. Эмоциональное предвосхищение результатов – одна из важных особенностей при социальном взаимодействии, которая может быть нарушена при социальной фобии.

Переживания ребенка обретают смысл, становятся объяснимы, прежде всего, самому ребенку, он начинает сам открывать факт своих переживаний. Это формирует логику чувств и зачатки самомотивации деятельности [15, 22, 197]. Формируются навыки управления эмоциональными проявлениями, эмоциональная коррекция поведения (согласование поведения с личностным смыслом определенной), способность подчинять свои непосредственные желания сознательно поставленной цели [30, 198].

Таким образом, процесс развития основных элементов эмоционального интеллекта происходит к началу младшего школьного возраста, и связано, прежде всего, с первичным кругом общения ребенка и особенностями взаимоотношений в нем, т. е. с семьей.

В западной психологии проводятся отдельные исследования взаимосвязи эмоционального интеллекта и социальных страхов. Несмотря на различия в инструментальной базе и специфике социокультурных различий, например, для испано-говорящих и англо-говорящих респондентов можно однозначно утверждать об особенностях в использовании эмоционального интеллекта для респондентов с социофобической симптоматикой. В исследовании на испаноязычной выборке подростков (М. М. Диаз-Кастела, В. В. Хэйл, и др., 2013) были обнаружены различия, которые состоят в сниженной возможности эмоцио-



нального «восстановления», понимания собственного эмоционального состояния и саморегуляции [190]. В исследовании (М. Якобс и др., 2008) было обнаружена значительная отрицательная взаимосвязь между уровнем социальной фобии (по шкале Лейбовича) и восприятием и использованием эмоций по тесту Мэйера–Сэловея–Карузо (MSCEIT). Вместе с этим, способность к смысловому пониманию и контролю эмоций не отличается от контрольной выборки [147, 154, 155, 172].

Таким образом, можно утверждать, что при социальной фобии значительно снижены способности к восприятию собственных и чужих эмоций, а также управлению ими. Такие сниженные навыки затрудняют ориентирование в неформальном социальном контексте, и в таких ситуациях неопределенности повышается тревожность. Затруднения в непосредственном распознавании и применении эмоций компенсируются с помощью интеллектуальной обработки. Это приводит к значительным искажениям восприятия социального контекста, что отражено в когнитивных и психоаналитических моделях социальной фобии [17, 98, 133].

#### **1.4. Семья как основной фактор формирования личности**

Семья — важнейший из феноменов, сопровождающий человека в течение всей его жизни. Семейные отношения, как правило, выступают в роли наиболее важных, значимых для индивида, чем объясняется их ведущая роль в формировании личности и способов взаимодействия с социумом [25, 76, 93]. Ведущая роль семьи определяется рядом обстоятельств:

1. Ведущей ролью семейных отношений в системе взаимоотношений личности. Семья на ранних, наиболее важных для дальнейшего развития этапах жизни индивида, является единственной, а позднее — одной из наиболее важных социальных групп, в которые он включен.

2. Многосторонностью семейных отношений и их зависимостью друг от друга, попытка внести в любое из них более или менее значительные изменения

вызывает «цепную реакцию» изменений во всех других. В силу этой особенности от семейной травмы уйти труднее. У члена семьи при попытке избежать травматизации возникает больше сложностей.

3. Особой открытостью и, следовательно, уязвимостью члена семьи по отношению к различным внутрисемейным влияниям, в том числе и травмирующим. В семье индивид более доступен воздействию со стороны других членов семьи; слабости и недостатки его проявляются наиболее явно [78, 88, 108].

Одними из важнейших факторов для формирования личности ребенка в семье являются детско-родительские отношения. Они составляют важнейшую подсистему отношений семьи как целостной системы и могут рассматриваться как непрерывные, длительные и опосредованные возрастными особенностями ребенка и родителя отношения. Детско-родительские отношения как важнейшая детерминанта психологического развития и процесса социализации ребенка могут быть определены следующими интегративными параметрами [33, 94, 102]:

1. Родительская позиция, определяемая характером эмоционального принятия ребенка, мотивами и ценностями воспитания, образом ребенка, образом себя как родителя, моделями ролевого родительского поведения, степенью удовлетворенности родительство.

2. Тип семейного воспитания, определяемый параметрами эмоциональных отношений, стилем общения и взаимодействия, степенью удовлетворения потребностей ребенка, особенностями родительского контроля и степенью последовательности в его реализации.

3. Образ родителя как воспитателя и образ системы семейного воспитания у ребенка.

Существует ряд исследований влияния семьи на формирование социальной фобии. Вопросы влияния социальной дезадаптации родителей в той или иной форме (химические зависимости, асоциальное поведение, психические

расстройства) рассматриваются в работах А. Файер и С. Кнеппи [139, 161]. Авторы находят взаимосвязь таких условий развития ребенка с возникновением самых различных форм социальной дезадаптации тревожного спектра у ребенка, в том числе социальной фобии. Факторы воспитания, такие как гиперопека и эмоциональное отвержение как средство контроля ребенка рассматриваются в работах С. М. Боргес, А. ВанОусен, П. Мюрис и Д. Смулдерс [124], С. Кнеппи, К. Бисдо, Л. Фем. и др. [162].

Часть исследований сосредоточены на отдельных аспектах родительского взаимодействия с ребенком. Тревожное поведение родителей рассматривается в работе К. Грюнер, П. Мюрис и Х. Меркельбач [144]. Взаимоотношение родителей и поведение изучали С. М. Бёргелс, Л. ВанДонген, П. Мюрис [123], К. Кресвел и др. [136]. Родительская гиперопека, отсутствие эмоционального тепла как факторы защиты от неблагоприятных ситуаций и невозможность приобретения социальных навыков были предметом исследований Р. М. Рапи и С. Х. Спенс [181]. Неблагоприятное воспитание, возникновение тревоги и затруднение в автономности и приобретении механизмов совладающего поведения изучали Дж. Вуд и др. [201], Р. М. Рапи [180, 181].

Примечательно, что комплексной теории о том, как неблагоприятное воспитание способствует развитию социальной фобии, или дезадаптации в целом еще не существует (О' Коннор, 2002) [130]. Основные механизмы, которые способствуют социальной фобии, остаются не изученными. Несмотря на убедительные доказательства связи между этими особенностями в родительских семьях и СФ, детали этой взаимосвязи, отдельный вклад со стороны матери, отца и их отношений на специфику социальной фобии остаются неясными.

Опираясь на идею о присущей индивидам с социальной фобией диффузной идентичности можно предположить, что у них существует нарушение психологических и социальных границ.

*Формирование физических, психологических и социальных границ.* Формирование границ происходит на всем пути развития ребенка. Сначала – это

границы физического тела, позволяющие отделять себя от мира, психологические границы, которые позволяют отделить собственные психические феномены, социальные границы, позволяющие определить баланс между частным и социальным. Также граница – это необходимое условие процесса контакта, т. е. взаимодействия между субъектом и всем остальным, включая объекты внешнего мира, других субъектов и части организма или психики субъекта, воспринимаемые им в данный момент как «не Я» [72, 74]. С одной стороны, в контексте социальной фобии можно наблюдать неадаптивную жесткость границ, а с другой – избирательную проницаемость и уязвимость. Вероятно, определенное сочетание жесткости и уязвимости в отдельных областях психологических и социальных границ может затруднять интеграцию в социум. Также в определенных случаях это может касаться субъективного восприятия устойчивости границ собственного физического тела. Следует отметить, что формирования физических и психологических границ происходит при активном участии родителей, а социальных границ – сверстников с поддержкой семьи.

Психологическое пространство, которое человек ощущает как свое, позволяет ему обособиться, отграничиться от мира предметов, социальных и психологических связей, представляющих среду его жизнедеятельности. В зависимости от того, воспринимается ли окружающий мир как чуждый или родственный, строится и собственная активность человека, принимая агрессивную, либо кооперативную окраску [175]. Границы определяют отношение к малому и большому социуму: семье и друзьям, социальной группе, этносу, человечеству. Восприятие среды как дружественной, как части психологического пространства, позволяет проявляться конструктивным, жизнетворческим тенденциям, приводящим к взаимопроникновению человека и мира. Принятие в психологическое пространство в его социальном измерении широкого круга людей свидетельствует, как отмечал Э. Эриксон, о «широкой идентичности», чувстве общности с другими. Если же среда воспринимается как чуждая, это может быть результатом непрочности нарушаемых в прошлом границ, следами ранних пси-

хотравм, и тогда они блокируются, ограничивая поле самоактуализации личности. Мера уверенности в прочности границ, на наш взгляд, определяет способность личности к диалогу и толерантность в любых сферах жизнедеятельности.

По результатам эмпирических исследований и теоретических обобщений можно выделить следующие функции психологических границ.

На границе взаимодействия с миром рождается субъектность. Границы определяют, что есть «Я» и что есть «не-Я», чем я обладаю, а чем нет. Пограничная линия показывает, где заканчиваюсь «Я» и начинается кто-то другой.

Границы определяют личную идентичность человека, при не выраженности границ идентичность размывается, становится диффузной [37]. Устанавливая границу, субъект создает возможность и инструмент равноправного взаимодействия. Контакт как наиболее зрелая форма взаимодействия развивается именно на границе, где сохраняется разделение, а возникшее объединение не нарушает цельность личности [203]. Границы создают возможность селекции внешних влияний, а также защиту от разрушительных воздействий. Нарушение границ ведет к развитию у человека склонности к виктимизации и развитию комплекса жертвы. Наличие границ определяет пределы личной ответственности.

Слабость границ приводит к неспособности человека стать ответственным субъектом своей жизни в ее различных сферах: человек уязвим в отношении социальных воздействий, притязаний на его личную собственность, территорию, мировоззрение и даже тело. Другой стороной этой уязвимости является отсутствие внутренних сдерживающих сил перед внедрением в психологическое пространство других людей, то есть прозрачность границ – условие обобществленной «коммунальной психики», в которой не допускается приватность.

Первое измерение, которое возникает в онтогенезе и служит основой первичной идентификации субъекта, это его собственное тело. Понятно, что человек открывает его раньше другой реальности и учится им пользоваться благо-

даря развитию сенсорики и моторики. Насилие над телом может выражаться во фрустрации базовых потребностей в пище или комфорте; насильное кормление, неудобная поза, жестокое обращение – все это различные формы внедрения в личное жизненное пространство человека. В рамках теории приватности принято считать, что приватность начинает возникать только после младенческого периода, однако с этим трудно согласиться. Данные психосоматики, телесно-ориентированной психологии, психоанализа, эмпирические материалы, касающиеся ранней материнской депривации, свидетельствуют о том, что именно прочность телесных границ, возникающая как результат диалогического ненасильственного взаимодействия с миром в течение младенчества, становится основой самоидентификации субъекта.

Соответственно, в случае невозможности ребенка открыть и «присвоить» собственное тело оно может продолжать восприниматься как объект отчужденный, находящийся за пределами психологического пространства, в результате чего могут развиваться личностные и межличностные патологии.

В нормативном развитии самовосприятие по мере взросления от дошкольного детства к подростковому возрасту характеризуется тем, что уменьшается относительное значение таких категорий, как внешность, вещи, принадлежащие ребенку, и напротив, возрастает доля таких категорий, как личностные качества, устойчивые особенности поведения, интересы и увлечения, убеждения и ценностные установки, межличностные отношения, заметно увеличивается доля самокритичности, прослеживается озабоченность по поводу впечатлений которые ребенок производит на значимых других [89]. Таким образом, можно предположить, что нарушения на более ранних этапах развития самовосприятия могут привести к затруднению в развитии последующих.

Проблема психологических границ не рассматривалась учеными до начала XX в., точнее, исследовались либо пограничные (между нормой и патологией) состояния, преимущественно в психиатрии, либо границы обитания, жизнедеятельности, преимущественно в биологии. Поэтому естественным было пер-

воначальное обращение психологов именно к внешним границам, влияющим (как положительно, так и отрицательно) на психическое развитие человека. При этом в русле как возрастной, так и социальной психологии те рамки, которыми общество ограничивало спонтанные реакции человека, по мнению ученых, помогали усвоению социальных норм и правил. Особенно ярко эта позиция проявилась в работах Э. Дюркгейма (Durkheim), который считал, что развитие самосознания и нравственности происходит путем интернализации норм, правил, эталонов поведения, транслируемых человеку обществом, а границы, которые всегда включены в правила, помогают их усвоению и оптимизируют процесс социальной адаптации людей [59].

Интересна концепция относительно границ между личностью и социумом Дж. Болдуина (Baldwin), который отмечал, что необходим диалектический подход к анализу духовного развития, т. е. изучение того, что представляет собой личность с социальной точки зрения, и изучение общества с точки зрения личности. В процессе социализации дети обучаются одинаковым вещам.

Индивидуальные же различия, связанные с наследственностью, заключаются не только в скорости усвоения, но и в возможности адаптации к тем нормам, которые приняты в обществе. Поэтому индивидуальные различия должны лежать в пределах того, чему должны выучиться и что должны принять индивиды [24].

Таким образом, в работах Дж. Болдуина уже ставится вопрос о роли собственно психологических границ как границ не только внешних, но и внутренних, имеющих амбивалентное значение для развития не только интеллектуальных, но и личностных качеств людей.

Конструктивная попытка интегрировать «внешнее» и «внутреннее» предпринята В. И. Слободчиковым, который составил периодизацию с учетом «внешнего» и «внутреннего» и выделил пять ступеней развития человека как субъекта собственного поведения и психики [87].

На первой ступени (оживлении) родившийся ребенок вместе с родным взрослым строит непосредственное общение и осваивает собственную телесную индивидуальность.

На второй ступени (одушевлении) ребенок вместе с близким взрослым осваивает предметно-опосредствованные формы общения. Прямохождение и речь становятся способами самоопределения во внешнем и внутреннем пространстве субъективности. Ребенок впервые осознает себя субъектом собственных желаний и умений.

На третьей ступени (персонализации) происходит взаимодействие с общественными взрослыми – учитель, мастер, наставник, с которыми подростки осваивают правила в разных сферах социального бытия и уточняют границы социальной идентичности.

На четвертой ступени (индивидуализации) происходит интеграция общественного набора ценностей. Обособляясь от оценок окружающих, человек принимает ответственность за собственную самость.

Пятая стадия (универсализации) предполагает выход за пределы развитой индивидуальности в пространство экзистенциальных ценностей.

Таким образом, этот подход прослеживает онтогенез личности в аспекте развития ее субъектности – способности быть автором собственной жизни в ее разноуровневых проявлениях с различными социальными партнерами [62].

Значимые люди, отражая различные потребности человека, начинают включаться в психологическое пространство по мере разделения социального мира на «своих» и «чужих» и, по мнению И. С. Кона, также связаны с территориальным инстинктом: друг – это человек, живущий на той же территории, от которого не нужно защищаться, к которому можно безопасно для жизни повернуться спиной [8].

Отсутствие самостоятельной возможности, суверенности в установлении социальных отношений приводит либо к отчужденности, либо к симбиотиче-



ской зависимости – сложности в установлении гибких социальных границ [74], что можно наблюдать при социальной фобии.

Следует отметить различный вклад каждого из родителей в формирование границ у ребенка. По мнению И. Шторка, отец занимает крайне важную позицию третьего альтернативного объекта в отношениях «мать-дитя», и в случае его отсутствия ребенок лишается «символической функции отца, а поэтому вынужденно застревает в симбиотическом единстве с матерью» [105]. Продолжая обсуждение этой темы, И. Шторк отмечает, что отец помогает ребенку выйти из диады с матерью, избавиться от материнской зависимости, обеспечивая ему свободное личностное развитие. Кроме ослабления симбиотических отношений с матерью отец способствует переживанию агрессивных побуждений, эксплицирует и поддерживает в ребенке самобытность, определяет его позицию в мире как относительно независимого субъекта. «Отец – это тот, кто не испытывает страха перед матерью, кто может избежать воздействия воображаемого всемогущества материнского образа, кто свободен» [73, 75, 105].

Можно выделить следующие функции суверенности социальных границ:

1. Установление отношений психологической интимности.
2. Начиная с некоторого возраста — установление сексуальной интимности.
3. Выбор референтной группы или значимого другого.
4. Развитие самосознания («зеркального Я»).
5. Обретение личной и социальной идентичности.
6. Принятие личной ответственности за отношения с людьми.

В контексте социальной фобии в явном виде можно наблюдать затруднения в обретении идентичности и принятия ответственности за отношения с людьми. Также можно предположить, что в зависимости от выраженности социальной фобии вероятны нарушения остальных функций социальных границ. Следует отметить, что отношения с родителями внутри семьи, или лицами их замещающими, являются ведущим фактором для развития физических, психо-

логических и социальных границ, которые необходимы для формирования идентичности и социализации. Важно отметить, что для отстаивания собственной суверенности необходимо принятие собственной агрессии и конструктивное обращение с ней [54], что является одной из стратегий совладающего поведения.

*Влияние семьи на формирование идентичности.* Ввиду того, что при социальной фобии наблюдаются такие феномены, как чувство пустоты, противоречия в восприятии самого себя, непоследовательность поведения, скудное, противоречивое восприятие других и другие признаки, указывающие на размытие границ идентичности – так называемую «диффузную идентичность» [37], которая затрудняет выражение себя в социуме [71], следует обратить внимание на процесс формирования такой идентичности.

В работах Э. Эриксона формирование идентичности рассматривается как непрерывный процесс, сочетающий собственные представления о себе и отражение себя в других людях при взаимодействии с ними [112]. Таким образом, в контексте теории развития, первыми людьми, которые участвуют в формировании идентичности являются родители и семья, которые вместе образуют первичную референтную группу для ребенка.

Референтная группа – это социальная группа, которая служит для индивида своеобразным стандартом, системой отсчета для себя и других, а также источником формирования социальных норм и ценностных ориентаций. Референтная группа как подструктура среды выделялась раньше других подструктур, в частности, в работах У. Бронфенбреннера и Дж. Вулвилла. В частности, У. Бронфенбреннер под влиянием работ Л. Выготского и К. Левина создал психологическую теорию экологических систем. Самая первая подсистема этой теории – микросистема семьи – рассматривается как первичная референтная группа.

У. Бронфенбреннер отмечал, что личность ребенка формирует его семья, родительские установки и атмосфера семьи. Если семья дружная, ребенок рас-

тет более спокойным, управляемым и доброжелательным. Напротив, супружеский конфликт обычно связан с непоследовательными дисциплинарными мерами и враждебным отношением к детям, что порождает ответную детскую враждебность. С другой стороны, автор утверждал, что все отношения взаимно обратны, т. е. не только взрослые влияют на поведение детей, но и сами дети, их физические свойства, характеристики личности и возможности также влияют на поведение взрослых [194]. Следует отметить, что выражение детской агрессии и адекватная реакция взрослых на нее, способность ее контейнировать и помогать ребенку ее вербализовать – одно из условий целостного развития психики ребенка, его позитивной самости и эмоционального интеллекта. Таким образом, враждебное отношение родителей и неспособность выдерживать естественные аффекты ребенка отрицательно сказывается на его самовосприятии.

При социальной фобии характерна низкая самооценка как часть негативного восприятия себя. М.И. Лисиной и др. было установлено, что если оценки и ожидания в семье не соответствуют возрастным и индивидуальным особенностям ребенка, его представления о себе кажутся искаженными [31, 42]. Дети с заниженным представлением о себе растут в семьях, в которых с ними не занимаются, но требуют послушания; низко оценивают, часто упрекают, наказывают, иногда – при посторонних; не ожидают от них успехов в школе и значительных достижений в дальнейшей жизни [44].

Следствием неадекватной самооценки может стать тревожность. Высокая тревожность приобретает устойчивость при постоянном недовольстве со стороны родителей. Если переживаемые ребенком временные трудности раздражают взрослых, возникает тревожность, страх сделать что-то плохо, неправильно. Такая тревожность может распространяться впоследствии на социальные ситуации.

Исследуя американских юношей из средних классов, У. Бронфенбреннер обнаружил, что дети, родители которых отсутствовали длительные периоды

времени, по сравнению с другими детьми имели значительно более низкие показатели по шкале ответственности и лидерства, т. е. инфантильны [126].

После обзора нескольких перекрестных обследований этой возрастной группы У. Бронфенбреннер пришел к выводу, что на детей, особенно мальчиков, значительно влияет отсутствие отца. Таким детям, вероятно, присущи недостаток честолюбия, стремление к немедленному удовлетворению желаний, чувство не «о'кей», подражание своей группе сверстников и склонность к правонарушениям, что может предполагать искажение идентичности [126].

Кроме отсутствия одного из родителей, значительным фактором риска при формировании идентичности становятся конфликтные отношения между родителями [108]. И если влияние неполной семьи на развитие ребенка изучено достаточно хорошо, то роль конфликтных взаимоотношений часто недооценивается. Последние вызывают глубокий внутренний конфликт у ребенка, который может привести к нарушениям половой идентификации или, более того, обусловить развитие невротических симптомов: энуреза, истерических приступов, страха и фобий. У некоторых же детей – привести к характерным изменениям в поведении: сильно выраженной общей готовности к реагированию, боязливости и робости, покорности, склонности к депрессивным настроениям, недостаточной способности к аффектам и фантазированию. Как отмечает Г. Фигдор, чаще всего изменения в поведении детей обращают на себя внимание лишь тогда, когда перерастают в школьные трудности. Следует отметить, что социальная фобия становится очевидной в большинстве случаев именно в школе и в подростковый период.

Следует отметить, что роль каждого из родителей в формировании идентичности ребенка различна. Особенно это связано с гендерной идентичностью ребенка. У подростков существуют устойчивые представления о мужчине (отце) как маскулинном субъекте и женщине (матери) как фемининной личности. Но разрешение их собственных проблем, связанных с диффузной идентичностью, нельзя объяснить тем, что представление ребенка о противоположно-

сти полов прямо влияет на его собственное «Я». В качестве существенной детерминанты окончательного принятия маскулинной, фемининной или андрогинной гендерной идентичности следует назвать специфическое влияние отца на внутренний мир подростка. В представлении мальчиков/девочек, юношей/девушек мужчины склонны к более дифференцированной оценке их идентичности по признакам маскулинности-фемининности, чем женщины [95].

С точки зрения 13–14-летней девочки, именно отец подчеркивает ее женские черты, усиливая их в отношениях с партнерами противоположного пола. Это свидетельствует о существовании матерей, которые остаются нечувствительными к проблеме дифференциации половой идентичности своих дочерей, что, по-видимому, обусловлено несколькими причинами. Одной из них является индифферентное отношение матери к дочери, другой – чувство ревности, зависти, соперничества.

Взаимоотношения отца и сына строятся на принципиально иных основаниях. Отец, в отличие от матери, формирует у сына черты мужественности. В период раннего пубертата мальчики воспринимают себя крайне диффузно, и сила отцовского влияния состоит в распознавании зачатков мужских черт и элементов мужского поведения и их подкреплении. Отец моделирует ситуации, в которых успешность сына определяется уровнем его мужественности, т. е. тем, что у него по существу еще отсутствует. Механизм развития подростковой маскулинности состоит в актуализации проекции черт мужественности на мальчика. Субъектом такой проекции выступает отец [95].

В работе Э. Эриксона, посвященной возрастным кризисам и формированию идентичности, определена возрастная стадия 11-20 лет, включающая в себя подростковый возраст и юношество, которая, по его мнению, является ключевой для приобретения чувства идентичности [109, 112]. Достижение самостоятельности – это одна из главных задач отрочества и юности. Неумение подростка разрешить конфликт между продолжающейся зависимостью от старших и новыми потребностями и преимуществами, связанными с самостоятельностью,

стью, приводит к возникновению многих проблем. Благополучная социальная и психическая адаптация в этом периоде во многом будет определяться как общепринятыми взглядами окружающих на независимость подростков, так и поведением и методами воспитания его родителей, а также взаимоотношениями подростка со сверстниками и их поддержкой его независимого поведения [11]. Можно предположить, что социальная фобия, возникающая в подростковом возрасте, является своеобразным способом ухода от решения задачи по формированию идентичности, ввиду затруднений на прошлых этапах развития, связанных с взаимоотношением в семье.

Как показали многочисленные исследования отечественных и зарубежных авторов, наибольшее влияние на состояние психического здоровья подростка оказывает адаптация в двух микросоциальных группах: семье и группе сверстников. Роль семьи на разных стадиях социализации не равнозначна, тем не менее, в силу объективных причин (материальная зависимость, территориально-совместное проживание и т. п.), роль семьи в развитии личности ребенка даже в юношеском возрасте остается одной из самых значимых [45]. Наряду с этим поведение родителей и их отношение к детям в значительной мере определяют, насколько легко подросток овладевает различными навыками, приобретает самостоятельность, уверенность в своих силах, положительную самооценку. В свою очередь, грубость и непонимание родителей, их пренебрежение к своим родительским обязанностям могут привести к множеству трудностей в дальнейшей жизни подростка.

Таким образом, мы вполне можем говорить о том, что семья для подростка является одной из субъективно приоритетных референтных групп и основным фактором возникновения искажений при формировании собственной идентичности при социальной фобии. Вклад каждого из родителей в особенности искажения идентичности при социальной фобии в настоящее время недостаточно изучен.

*Влияние семьи на способы совладающего поведения.* При социальной фобии взаимодействие с социумом вызывает весьма сильные негативные эмоциональные переживания, с которыми человеку приходится совладать тем или иным способом. Ввиду того, что ключевым признаком социофобии по сравнению с социальными страхами является избегание, можно предположить, что механизмы совладающего поведения не развиты или специфически искажены.

Термин «совладающее поведение» был введен Л. Мэрфи в 1962 г., в работе, посвященной изучению способа преодоления детьми кризисов развития [65]. В 1966 г. Р. Лазарус в своей книге «Психологический стресс и процесс совладания с ним» обратился к копингу для описания осознанных стратегий совладания со стрессом и с другими порождающими тревогу событиями [138].

Термин копинг – это «непрерывно меняющиеся когнитивные и поведенческие попытки справиться со специфическими внешними и/или внутренними требованиями, которые оцениваются как чрезмерные или превышающие ресурсы человека» [47]. Подчеркивается, что копинг – это процесс, который все время изменяется, поскольку личность и среда образуют неразрывную, динамическую взаимосвязь и оказывают друг на друга взаимное влияние.

Со временем понятие «копинг» стало включать в себя реакцию не только на «чрезмерные или превышающие ресурсы человека требования», но и на каждодневные стрессовые ситуации. Содержание копинга при этом осталось тем же. Копинг – это то, что делает человек, чтобы справиться со стрессом. Он объединяет когнитивные, эмоциональные и поведенческие стратегии, которые используются, чтобы справиться с запросами обыденной жизни. Мысли, чувства и действия образуют копинг-стратегии, которые используются в различной степени в определенных обстоятельствах. Таким образом, копинг – это «поведенческие и когнитивные усилия, применяемые индивидами, чтобы справиться с взаимоотношениями человек-среда».

В процессе онтогенеза у каждого ребенка формируется индивидуальный уникальный стиль совладающего поведения, управляющий состоянием и преодолевающий стрессы повседневной жизни. Как отмечали еще Л.С. Выготский

и А.Р. Лурия, в «торможении примитивных функций и выработке сложных культурных форм приспособления и заключается переход от примитивных детских форм поведения к поведению взрослого культурного человека». Можно предположить, что при социальной фобии приоритетными способами совладающего поведения остаются инфантильные.

Формирование механизмов совладания у ребенка происходит не только на основе имеющегося у него личностного опыта, но и поверхностно, через усвоение реального поведения других людей. Содержание подражания (идентификации), начиная с трехлетнего возраста, представляет собой моделирование поведения взрослого. Исследование о влиянии близкого окружения, в частности матери, на копинг-стратегии ребенка определило, что выраженность защитного поведения у матерей усиливает выраженность защитного поведения детей и определяет выбор у них непродуктивных стратегий избегания и отвлечения. Так, например, с увеличением выраженности механизмов защиты у матерей уменьшается вероятность сознательного выбора подростками копинг-стратегий. Причем, в большей степени, это касается продуктивных решающих проблемы стратегий. Проблемно-ориентированный стиль матери способствует формированию позитивного восприятия действительности у подростков, а эмоционально-ориентированный стиль напрямую связан с несовладанием подростков. Избегание матерью решения жизненных трудностей и отвлечение влечет за собой игнорирование подростками возникающих проблем и надежду на чудо [20]. В контексте социальной фобии можно предположить, что высокая тревожность у матери и использование защит от нее вместо проблемно-ориентированного разрешения затруднительных ситуаций не позволяет сформировать конструктивные копинг-стратегии у ребенка.

Важно отметить, что пол родителя влияет на вероятность формирования предпосылок к проявлению определенной копинг-стратегии в юности. В результате исследования было определено, что мать «не принимает» участие в формировании избегающего поведения дочери, в то время как отец активно влияет на его формирование. Количество связей детских ролей девочки по от-



ношению к отцу с ее поведением во фрустрирующих ситуациях в юности почти в два раза превышает соответствующее количество для матери, что показывает значимость отца как субъекта, формирующего предпосылки для одного из видов поведения у девочки [106].

Также была установлена разная чувствительность детских копинг-стратегий к влиянию материнских и отцовских стилей совладания. У детей наиболее чувствительными к особенностям совладания матерей оказываются стратегии, направленные на активное отвлечение. Рефлексивный уход, напротив, подвержен влиянию совладающего поведения отцов. Родители, регулярно наказывающие своих детей, выбирая позицию личной отстраненности при совладании с жизненными трудностями и избегая контактов с окружающей действительностью, лишают ребенка потребности искать социальную поддержку [46, 58].

Копинг-поведение детей из семей, регулярно применяющих физические наказания, обусловлено личностным отношением к окружающим людям (как предиктором совладания). Значимость отношений с отцом и родительской четой способствуют у мальчиков формированию пассивного совладания со стрессом. Значимость отношений с близкими взрослыми способствует у девочек формированию стратегий, направленных на поиск социальной поддержки и деструктивной эмоциональной экспрессии.

Анализ влияния особенностей родителей с учетом признака пола показал, что совладающее поведение ребенка более чувствительно со стороны матери к ее отношению (материнско-детскому отношению), а со стороны отца – к модели совладания [46]. В целом можно сказать, что материнская роль состоит в осуществлении интегративной синтезирующей функции, а отцовская – в дифференциации и сопоставлении особенностей ситуации с возможностями ребенка, в реализации аналитических стратегий [95].

Таким образом, основываясь на феноменологии социальной фобии можно утверждать, что отношения внутри семьи при СФ достаточно дисфункциональны для того, чтобы у ребенка преобладающими стратегиями совладания оста-

лись инфантильные, а это предполагает дисфункцию в семье с достаточно раннего периода. Также различен отдельный вклад каждого родителя. Для матери наибольшее влияние оказывает взаимоотношение с ребенком, а для отца – его собственные способы совладания. Можно предположить, что при социальной фобии мать не справляется со стрессом конструктивным образом и использует психологические защиты.

*Влияние семьи на формирование эмоционального интеллекта.* Рассматривая характерные особенности семьи и их влияние на возникновение социальной фобии следует обратить внимание на особенности развития эмоционального интеллекта, который играет важную роль в использовании копинг-стратегий и установлении личного и социального контакта. Ввиду очевидного искажения способов совладающего поведения при социальной фобии, можно предположить, что эмоциональный интеллект в этом случае имеет определенную специфику и следует рассматривать его развитие в контексте отношений внутри семьи.

По мнению И. Н. Андреевой, существуют определенные биологические и социальные предпосылки для развития эмоционального интеллекта [1, 2]. К биологическим предпосылкам эмоционального интеллекта можно отнести уровень эмоционального интеллекта родителей, правополушарный тип мышления, наследственные задатки эмоциональной восприимчивости, свойства темперамента, особенности переработки информации. Генетический компонент эмоционального интеллекта связан в первую очередь с полом. В исследованиях Д. Д. Гуастелло и С. Дж. Гуастелло была выявлена значимая корреляция между уровнем эмоционального интеллекта детей и их матерей, в то время как между уровнем эмоционального интеллекта детей и их отцов такая корреляция отсутствовала [145].

Можно предположить, что уровень эмоциональности родителей действует опосредованно, как «обогащенная среда», в которой ребенок может развить уверенность в своей эмоциональной компетентности. Наиболее значимым фактором этой среды является мать, которая, как правило, проводит с ребенком

больше времени, чем отец. Таким образом, взаимоотношения с матерью оказывают значимое влияние на начальном этапе развития эмоционального интеллекта.

Процесс социализации оказывает очень сильное влияние и на эмоциональное регулирование процесса коммуникации, что отображается в эмоциональных компонентах стиля социального взаимодействия. Например, склонность родителей обсуждать эмоциональные проблемы ведет к лучшему пониманию ребенком собственных эмоций и развивает у него способность к саморегуляции [52, 113].

В подростковом и юношеском возрасте, когда семья утрачивает свое первостепенное значение как фактор развития, «обогащенной средой» для развития эмоционального интеллекта становится группа сверстников. Этим и объясняются те факты, что более значимым в развитии детей оказалось групповое влияние, а не семейные связи, и уровень эмоционального интеллекта в целом выше у молодого поколения, нежели у их родителей [145]. Однако при социальной фобии, которая обычно проявляется именно в подростковом возрасте, взаимодействие со сверстниками затруднено, что препятствует дальнейшему развитию эмоционального интеллекта.

В исследованиях К. Бранда и В. Игана установлено, что уровень общего интеллекта возрастает вместе с повышением уровня нейротизма [23], одним из проявлений которого является тревожность. При этом в отличие от общего интеллекта, эмоциональный интеллект отрицательно связан с нейротизмом [167, 168], т. е. высокая тревожность может снижать способность к оценке своих и чужих эмоций т. к. происходит «затопление» аффектом, что характерно для социфобии.

Важнейшей предпосылкой развития эмоционального интеллекта, и такого его важного компонента, как распознавание эмоций других людей, является синтония, определяемая Я. Мазуркевичем как инстинктивное созвучие с окружением. Синтоническая личность поневоле переживает эмоции, совпадающие с эмоциями людей, с которыми она находится в непосредственном контакте

[169]. Становление синтоничности ребенка затрудняет гиперопека и переоценка его родителями. В условиях постоянной заботы родителей, их чрезмерной любви у ребенка нет необходимости стремиться к установлению эмоционального контакта со взрослыми. Развитие синтонии затруднено также в условиях безразличия или враждебности окружения по отношению к ребенку [183]. В историях людей с социальной фобией часто встречаются эпизоды про гиперопеку или про холодность и враждебность в детстве стороны родителей или опекунов.

По мере становления логического, причинно-следственного мышления синтония сменяется эмпатией, которая представляет собой не столько эмоциональное созвучие с состоянием другого человека, сколько его распознавание [152]. В связи с развитием склонности к рефлексии происходит естественное ослабление синтонности в пользу так называемой шизоидизации – стремление отгородиться от внешнего мира и аффективного влияния окружающих. Если у ребенка нет возможности проживать собственные эмоции, находясь под избыточным влиянием внешнего аффекта, это может приводить к сложностям с разделением своих и чужих эмоций и некоторым социальным страхам, связанных с этим.

На самых ранних ступенях развития личности формируются также и механизмы саморегуляции. Вся система личностной саморегуляции базируется на степени развитости самосознания [19]. Уровень развития самосознания выступает в качестве предпосылки управления собственными эмоциями. Процессы самооценки и саморегуляции лежат в основе уверенности в своей эмоциональной компетентности (т. е. в основе представлений человека о том, может ли он понимать эмоции, управлять ими и межличностными взаимодействиями). Данный конструкт зависит от образа «Я», формирующегося в ходе социального научения [119, 164]. Таким образом, можно предположить, что при социальной фобии искажения идентичности имеют взаимосвязь с развитием эмоционального интеллекта.

Оптимальные условия для эмоционального развития ребенка во многом зависят от характера взаимоотношений между супругами, от того, насколько родители удовлетворены семейной жизнью. Было выявлено, что люди, удовлетворенные своей семейной жизнью, имели значительно более высокое значение EQ, чем не удовлетворенные [67]. Можно предположить, что родители с высоким уровнем эмоционального интеллекта способны создать гармоничные условия семейных взаимоотношений, детерминирующие, в свою очередь, развитие эмоционального интеллекта их детей. В такой семье ее члены более внимательно относятся к переживаниям друг друга и чаще обсуждают эмоциональные проблемы. В историях людей с социальной фобией можно обнаружить значительное количество случаев, когда родительские конфликты служили фоном развития ребенка.

Исследование Дж. Циаррочи и др. (2001) уровня эмоционального интеллекта (по шкале Шатте и др., 1998) и социальной поддержкой внутри семьи обнаружило положительную взаимосвязь между уровнем эмоционального интеллекта и такими факторами, как количество социальной поддержки, удовлетворенность социальной поддержкой и «родительское тепло». Кроме того, количество социальной поддержки от друзей и расширенной семьи в большей степени связана с ЭИ, чем сумма социальной поддержки со стороны родителей, братьев и сестер. Уровень эмоционального интеллекта также положительно коррелировал с самооценкой и отрицательно с тревожностью [131, 172].

Таким образом, результаты исследований показывают, что социальные предпосылки эмоционального интеллекта определяются семейным окружением в детском возрасте. К ним относятся характер отношений между супругами, внимание к внутренней жизни ребенка, воспитание, формирующее адекватную самооценку и позитивный образ «Я», развитие самоконтроля и способности к взвешенному анализу переживаний. В контексте социальной фобии можно предположить, что большинство предпосылок развития эмоционального интеллекта могли быть неблагоприятными.

### 1.5. Схема взаимосвязи социально психологических компонентов социальной фобии

Исходя из представленных выше материалов, а так же принципа системности, нами предложена схема взаимосвязи условий развития, навыков и способностей в социальном взаимодействии, идентичности индивида с СФ, а также проявлений социальной фобии (см. рис. 3).

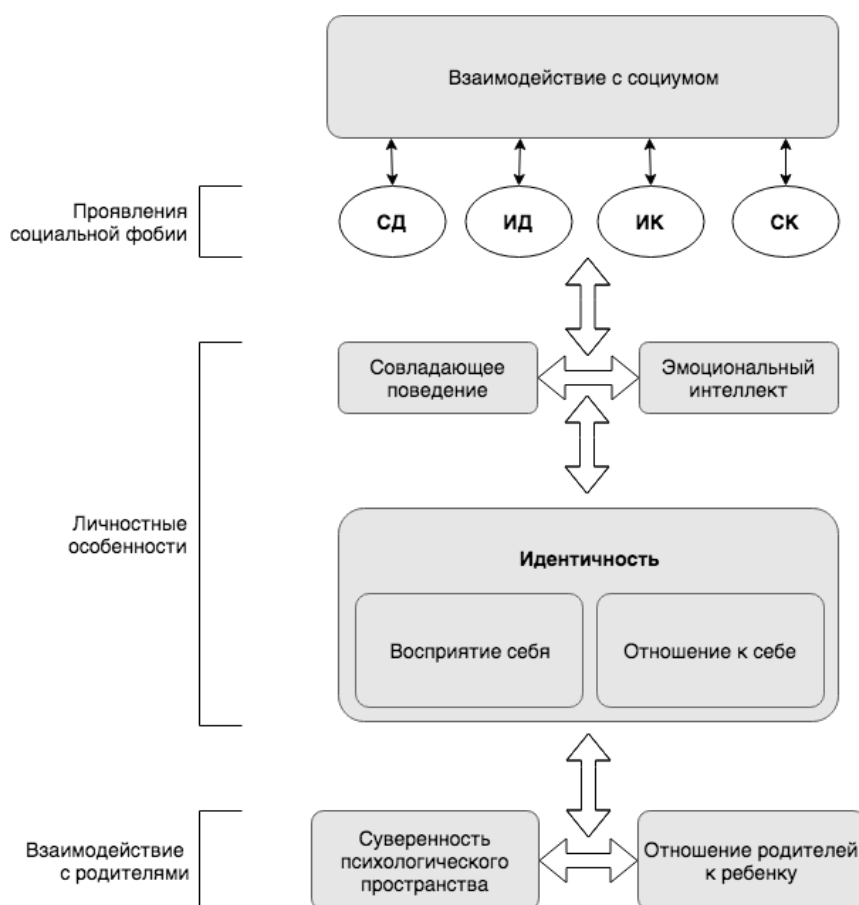


Рисунок 3. Схема взаимосвязи социально психологических компонентов СФ

Условные обозначения: СД – страх действия; СК- страх контакта; ИД – избегание действия; ИК – избегание контакта.

Представленная схема отражает социально-психологический подход к проблеме социальной фобии.

Взаимодействие с социумом: к нему относятся все действия и контакты, в которых каким-то образом задействован индивид. Оно включает непосред-

ственное физическое присутствие, общение в виртуальном пространстве с использованием аудио и видео потока, использование собственных фотографий и реальных анкетных данных в социальных сетях. Формальное и неформальное социальное взаимодействие определены как полюса одного континуума.

Проявления социальной фобии характеризуются страхом и избеганием ситуаций, в которых проявляется этот страх. Это проявляется в страхе и избегании действий в присутствии других людей (формального социального взаимодействия), а также в страхе и избегании близких отношений с людьми (неформальное социальное взаимодействие).

Личностные особенности включают в себя когнитивный и аффективный компоненты личности (восприятие себя и отношение к себе; предпочитаемые способы совладающего поведения в стрессовой ситуации и эмоциональный интеллект как инструмент восприятия и взаимодействия в социальной ситуации. Эмоциональный интеллект также может рассматриваться как компонент, задействованный в совладающем поведении.

Особенности развития – в соответствии с феноменологическим подходом социальной психологии рассматривается суверенность психологического пространства и взаимоотношения с родителями.

Предложенная схема позволяет систематизировать изучаемые факторы и их взаимосвязи и задает направление эмпирических исследований особенностей лиц с проявлениями СФ.

### **Выводы по первой главе**

1. Анализ литературы, касающейся проблемы социальной фобии, показывает, что теоретическим ориентиром может выступать принцип системности в психологии, позволяющий объединить исследования феноменов социальной фобии в различных психологических подходах, а также системный подход в семейной психотерапии и концепция социальной идентичности при изучении условий формирования личности индивида и взаимодействия его с социумом.

2. Научные исследования социальной фобии в различных направлениях психологии (когнитивно-поведенческом, психодинамическом, интерперсональном, теории привязанности) указывают на единство и сложное взаимодействие личностных особенностей и влияние социального окружения в формировании социальной фобии, что подтверждают актуальность выбранной нами темы.

3. Согласно теоретическим и практическим разработкам отечественных и зарубежных психологов, идентичность связывает человека с социальной реальностью и позволяет определить свое место в ней. Таким образом, в контексте выбранной темы, вопрос формирования особенностей идентичности при социальной фобии является одним из основных.

4. В отечественной и зарубежной психологической науке изучается влияние социального окружения и условий развития на формирование идентичности. К основным факторам относят взаимоотношение с родителями, а также условия развития, выраженные в суверенности психологического пространства индивида.

5. Согласно исследованиям, гибкое использование копинг-стратегий и развитый эмоциональный интеллект являются важными умениями и свойствами личности для эффективного социального взаимодействия. Также эти умения и свойства формируются при значительном вкладе первичного социального окружения.

6. Социально-психологический взгляд на проблему социальной фобии может рассматривать социальную фобию как систему, включающую идентичность, способы взаимодействия в социуме, особенности использования копинг-стратегий, развитие эмоционального интеллекта, взаимоотношение с родителями и условия развития.

Анализу и изучению некоторых из указанных аспектов посвящена глава 3.



## **ГЛАВА 2. МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ И ФАКТОРОВ СОЦИАЛЬНОЙ ФОБИИ**

### **2.1. Организация исследования**

Основная цель исследования – выявление особенностей отношения родителей к ребенку в детском и подростковом возрасте как фактора формирования и развития социальной фобии. Социально-психологический взгляд на проблему социальной фобии включает в себя как личностные особенности и условия их формирования, так и проявления этих особенностей во взаимодействии с другими. Таким образом, для достижения поставленной цели были рассмотрено влияние отношений родителей к ребенку в детском и подростковом возрасте на формирование личностных особенностей, способов взаимодействия с окружением, а так же психологических условий развития. Нами были определены следующие задачи:

- Изучить особенности отношения родителей к ребенку при СФ и их взаимосвязь с проявлениями социальной фобии.
- Изучить особенности идентичности при СФ и их взаимосвязь с проявлениями социальной фобии.
- Изучить особенности психологического пространства при СФ и их взаимосвязь с проявлениями социальной фобии.
- Изучить особенности копинг-стратегий и эмоционального интеллекта при СФ и их взаимосвязь с проявлениями социальной фобии.

На основе указанных задач была разработана схема исследования (см. рис. 4).

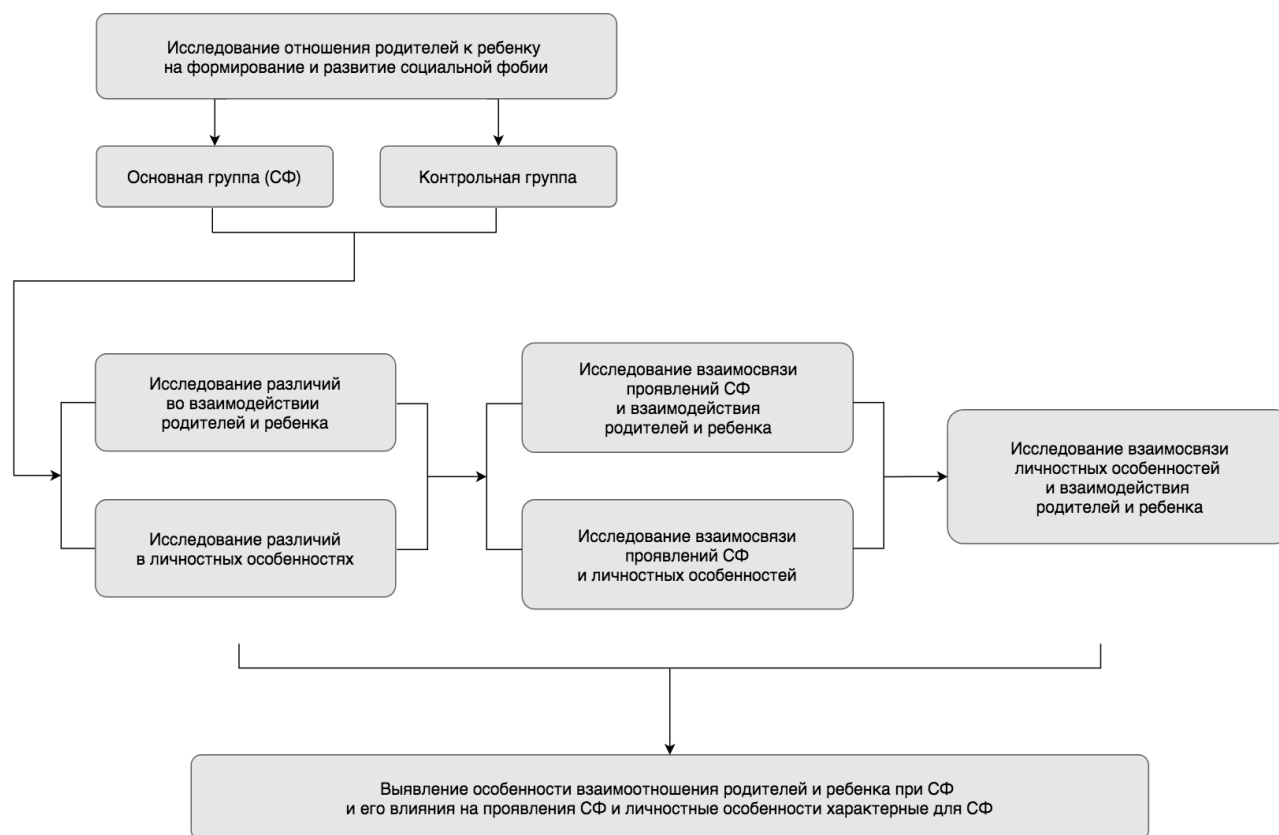


Рисунок 4. Схема исследования отношения родителей к ребенку на формирование и развитие социальной фобии

Схема исследования включает в себя:

1. Формирование основной и контрольной группы.
2. Изучение различий во взаимодействии родителей и ребенка (отношение родителей к ребенку, психологическое пространство), личностных особенностей (идентичность, совладающее поведение, эмоциональный интеллект).
3. Изучение взаимосвязи проявлений социальной фобии со взаимодействием родителей и ребенка.
4. Изучение взаимосвязи проявлений социальной фобии с личностными особенностями.
5. Изучение взаимосвязей взаимодействия родителей и ребенка при СФ с личностными особенностями.

Исследование личностных особенностей и предполагаемых факторов, способствующих возникновению и развитию социальной фобии было проведе-

но в 2014-2015 гг. Основным источником респондентов были тематические форумы и сообщества по социальной фобии в социальных сетях. Для отбора респондентов для основной и контрольной групп использовалось наблюдение, беседы очно или по видеосвязи Skype а так же использовался опросник социальной фобии М. Р. Лейбовича.

В проведенном исследовании приняли участие 107 человек в возрасте от 17 до 35 лет, из которых 51 человек относился к основной группе, а 56 – к контрольной. Возрастной диапазон выбран таким образом, чтобы включить завершение периода интеграции идентичности и ее развитие в контекст социальных связей (периодизация по Э. Эриксону). В возрасте 17-35 лет феномены дезадаптации личности, связанные с социальной фобией, становятся очевидными. Выборки уравнивались по полу, возрасту и составу семьи на момент рождения респондента – респонденты имели полные семьи.

Основная и контрольная группы выравнились по возрастному составу и соотношению полов (см. табл. 1 и 2). Критерием формирования основной и контрольной групп был уровень социальной фобии, измеренной по шкале М.Р. Лейбовича. Для основной группы он составил от 60 ед. (умеренный уровень социальной фобии). В контрольную группу вошли респонденты с уровнем СФ менее 50 ед. (отсутствие социальной фобии).

Для всех респондентов русский язык являлся родным, и уровень образования был не ниже среднего.

Таблица 1

Состав основной группы с уровнем СФ по шкале М.Р. Лейбовича более 60 ед.

	Количество респондентов		Возраст					
			17 - 23		24-30		31 - 35	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Мужчины	20	39%	9	18%	8	16%	4	8%
Женщины	31	61%	11	22%	15	29%	4	8%
Всего	51	100%	20	39%	23	45%	8	16%

Таблица 2

Состав контрольной группы с уровнем СФ по шкале Лейбовича менее 50 ед.

	Количество респондентов		Возраст					
			17 - 23		24-30		31 - 35	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Мужчины	24	43%	10	20%	9	18%	4	8%
Женщины	32	57%	14	27%	14	27%	5	10%
Всего	56	100%	24	43%	23	41%	9	16%

Некоторое преобладание женщин в выборке объясняется в целом более высоким уровнем доверия к психологии и готовности принимать помощь по сравнению с мужчинами.

Деление на возрастные подгруппы в основной и контрольной группах произведено в соответствии с возрастом окончания учебного учреждения (школа, вуз), достижения финансовой самостоятельности и создания семьи.

## **2.2. Категориальный аппарат и диагностический инструментарий исследования**

В качестве методологической базы исследования мы выбрали системный подход (В. А. Барабанщиков, А. В. Карпов, Б. Ф. Ломов). На разных этапах исследования применялись методы наблюдения, беседы, анкетирования.

Для реализации задач исследования нами использовались методики, которые наиболее полно позволяют протестировать наши гипотезы о факторах, способствующих развитию социальной фобии.

Для проверки гипотезы об особенностях идентичности и искажения самооотношения был использован опросник самовосприятия «Кто Я?» (М. Кун, Т. Макпартленд) и опросник самооотношения (В. В. Столин, С. Р. Пантелеев).

Гипотеза о дисфункциональных взаимоотношениях родителей с подростком тестировалась опросником «Поведение родителей и отношение подростков к ним» (Е. Шафер).

Гипотеза о нарушении границ психологического пространства – «Опросник психологического пространства личности» С.К. Нартовой-Бочавер.

Гипотеза об ограниченности использования способов совладающего поведения – «Опросник способов совладающего поведения» НИПНИ им. В.М. Бехтерева.

Гипотеза о сниженном развитии эмоционального интеллекта – «Опросник эмоционального интеллекта» Д.В. Люсин.

Для определения выраженности социальной фобии и специфики ее проявления используется «Шкала оценки социальной фобии» М.Р. Лейбовича.

*Опросник самовосприятия «Кто Я?» (ОСВ) М. Кун, Т. Макпартленд*

Методика в модификации Т.В. Румянцевой используется для изучения содержательных характеристик самовосприятия личности. Вопрос «Кто Я?» напрямую связан с характеристиками собственного восприятия человеком самого себя, то есть с его образом «Я» или Я-концепцией.

Методика предполагает свободные ответы респондента на вопрос в течение ограниченного времени – 12 мин. Каждый ответ (собственная характеристика) может быть оценен респондентом как положительный, отрицательный или неопределенный (нравится и не нравится одновременно).

В базовом варианте методика предлагает при обработке результатов соотносить ответы с 24 показателями, которые, объединяясь, образуют семь обобщенных показателей-компонентов идентичности: «Социальное Я», «Коммуникативное Я», «Материальное Я», «Физическое Я», «Деятельное Я», «Перспективное Я» и «Рефлексивное Я». Однако эту базовую структуру категорий можно дополнять в соответствии с задачами исследования.

Благодаря значительному количеству показателей, сгруппированных по основным структурным компонентам идентичности, а также гибкой системе

оценок, данная методика позволяет получать детальный материал для последующего анализа и обработки различными способами [90].

*Опросник самооотношения (ОСО) В. В. Столин, С. Р. Пантелеев*

Методика позволяет определить отношение респондента к себе, выраженное через действие. Она отражает намерения по отношению к самому себе. Опросник самооотношения (ОСО) построен в соответствии с разработанной В. В. Столиным иерархической моделью структуры самооотношения. Данная версия опросника позволяет выявить три уровня, отличающихся по степени обобщенности: глобальное самооотношение; самооотношение, дифференцированное по самоуважению, аутсимпатии, самоинтересу и ожиданиям отношения к себе; уровень конкретных действий (готовностей к ним) в отношении к своему «Я».

В качестве исходного принимается различие содержания «Я-образа» (знания или представления о себе, в том числе и в форме оценки выраженности тех или иных черт) и самооотношения. В ходе жизни человек познает себя и накапливает о себе знания, эти знания составляют содержательную часть его представлений о себе. Однако знания о себе самом, естественно, ему безразличны: то, что в них раскрывается, оказывается объектом его эмоций, оценок, становится предметом его более или менее устойчивого самооотношения.

Опросник включает следующие шкалы:

*Шкала S* – измеряет интегральное чувство «за» или «против» собственного «Я» испытуемого, внутренне недифференцированное чувство «за» и «против» самого себя.

*Шкала I* – самоуважение. Объединяет утверждения, касающиеся «внутренней последовательности», «самопонимания», «самоуверенности». Отражает тот аспект самооотношения, который эмоционально и содержательно объединяет веру в свои силы, способности, энергию, самостоятельность, оценку своих возможностей, контролировать собственную жизнь и быть самопоследовательным, понимание самого себя.

*Шкала II* – аутосимпатия, объединяет пункты, в которых отражается дружелюбность-враждебность к собственному «Я». В шкалу вошли пункты, касающиеся «самопринятия», «самообвинения». В содержательном плане шкала на позитивном полюсе объединяет одобрение себя в целом и в существенных частностях, доверие к себе и позитивную самооценку. На негативном полюсе – видение в себе по преимуществу недостатков, низкую самооценку, готовность к самообвинению. Пункты свидетельствуют о таких эмоциональных реакциях на себя, как раздражение, презрение, издевка, вынесение самоприговоров.

*Шкала III* – ожидаемое отношение от других отражает ожидание позитивного или негативного отношения к себе окружающих.

*Шкала IV* – самоинтерес отражает меру близости к самому себе, в частности интерес к собственным мыслям и чувствам, готовность общаться с собой «на равных», уверенность в своей интересности для других.

#### *Поведение родителей и отношение подростков к ним (ПОР) Е. Шафер*

Методика помогает изучать установки, поведение и тактику воспитания родителей так, как это видят и понимают их дети в подростковом и юношеском возрасте или воспоминания об этом во взрослом возрасте. В результатах методики, моделирующей определенные «воспитательные» ситуации, проявляются субъективное понимание и отношение подростков к гипотетической практике принятия родителями воспитательных решений, или, иначе говоря, создается образ, который складывается в восприятии подростка относительно этих отношений и воспитательной практики под влиянием осознаваемых и неосознаваемых факторов. Основой методики является опросник CRPBI, созданный Е. Schaefer (1965). Версия CRPBI легла в основу создания разработанной в 1983 г. словацкой методики ADOR, которая оказалась короче, проще и психометрически надежнее. В результате международного научного сотрудничества лаборатории клинической психологии Психоневрологического института

им. В. М. Бехтерева с Институтом психодиагностики был осуществлен перевод словацкой версии и разработан модифицированный русскоязычный вариант, который был назван «Подростки о родителях» (авторы Л. И. Вассерман, И. А. Горьковая, Е. Е. Ромицына [11]).

Методика позволяет оценивать отношения каждого из родителей к подростку по пяти шкалам: Позитивного интереса, Директивности, Враждебности, Автономности, Непоследовательности. При детальном рассмотрении интерпретация каждой шкалы учитывает пол подростка.

*Шкала позитивного интереса.* Положительное отношение к подростку, основанное на психологическом принятии, внимание к подростку, теплота и открытость отношений.

*Шкала директивности.* В общем случае это «позиция сверху» по отношению к подростку, в зависимости от пола родителя и ребенка может восприниматься как «необходимая строгость» или «жесткость и косность».

*Шкала враждебности.* Во всех случаях характеризует неприятие и агрессию по отношению к подростку.

*Шкала автономности.* Безразличие по отношению к подростку или недостаточная включенность в отношения с ним.

*Шкала непоследовательности.* Непредсказуемость и хаотичность воспитательных методов и реакций взрослого.

#### *Опросник «Суверенность психологического пространства личности» (СПП)*

*С.К. Нартовой-Бочавер*

Опросник «Суверенность психологического пространства» (СПП) относится к группе стандартизованных личностных тестов. Предполагаемый адресат теста – подростки, начиная с 11-12 лет, и взрослые, которым предъявляется смещенная ретроспективная инструкция. Поскольку основные идентификационные процессы завершаются в подростково-юношеском возрасте, предварительные данные подростков и взрослых практически не отличаются.



Опросник содержит шесть шкал, отражающих измерения психологического пространства. Суверенность физического тела (СФТ) человека констатируется при отсутствии попыток нарушить его соматическое благополучие, а депривированность – в переживании дискомфорта, вызванного прикосновениями, запахами, принуждением в отпавлении его физиологических потребностей. Суверенность территории (СТ) означает переживание безопасности физического пространства, на котором находится человек (личной части или собственной комнаты, игровой модели жилья), а депривированность – отсутствие территориальных границ. Суверенность мира вещей (СВ) подразумевает уважение к личной собственности человека, распоряжаться которой может только он, а депривированность – непризнание его права иметь личные вещи. Суверенность привычек (СП) – это принятие временной формы организации жизни человека, а депривированность – насильственные попытки изменить комфортный для субъекта распорядок. Суверенность социальных связей (СС) выражает право иметь друзей и знакомых, которые могут не одобряться близкими, а депривированность – контроль над социальной жизнью человека. И, наконец, суверенность ценностей (СЦ) подразумевает свободу вкусов и мировоззрения, а депривированность – насильственное принятие неблизких ценностей.

Шкалы опросника концептуально рассматриваются как содержательно независимые (каждый пункт входит в состав только одной шкалы), поэтому общий показатель суверенности равен сумме показателей по всем шести шкалам. Содержание каждой из шкал не может быть использовано для изучения суверенности ППЛ по другой шкале: так, утверждения о суверенности структуры ценностей не связаны с суверенностью телесного носителя психологических качеств [62].

*Опросник способов совладающего поведения (ССП)*

*НИПНИ им. В.М. Бехтерева 2008 г.*

Разработчики методики – Л. И. Вассерман, Б.В. Иовлев и др. Методика является адаптацией разработки Lazarus & Folkman для исследования копинг-

стратегий и может быть использована при исследовании особенностей поведения в проблемных и трудных для личности ситуациях, выявлении характерных способов преодоления стрессогенных ситуаций у разных контингентов испытуемых.

Методика включает 50 утверждений, каждое из которых отражает определенный вариант поведения в трудной или проблемной ситуации. Утверждения оцениваются испытуемым по 4-х балльной шкале, в зависимости от частоты использования предложенной стратегии поведения (никогда, редко, иногда, часто). Пункты опросника объединены в восемь шкал, соответствующих основным видами копинг-стратегий, выделенных авторами.

*Конфронтация.* Стратегия предполагает попытки разрешения проблемы за счет не всегда целенаправленной поведенческой активности, осуществления конкретных действий, направленных либо на изменение ситуации, либо на отреагирование негативных эмоций в связи с возникшими трудностями.

*Дистанцирование.* Стратегия предполагает попытки преодоления негативных переживаний в связи с проблемой за счет субъективного снижения ее значимости и степени эмоциональной вовлеченности в нее. Характерно использование интеллектуальных приемов рационализации, переключения внимания, отстранения, юмора, обесценивания и т.п.

*Самоконтроль.* Стратегия самоконтроля предполагает попытки преодоления негативных переживаний в связи с проблемой за счет целенаправленного подавления и сдерживания эмоций, минимизации их влияния на восприятие ситуации и выбор стратегии поведения, высокий контроль поведения, стремление к самообладанию.

*Поиск социальной поддержки.* Стратегия поиска социальной поддержки предполагает попытки разрешения проблемы за счет привлечения внешних (социальных) ресурсов, поиска информационной, эмоциональной и действенной поддержки.

*Принятие ответственности.* Стратегия предполагает признание субъектом своей роли в возникновении проблемы и ответственности за ее решение, в ряде случаев с отчетливым компонентом самокритики и самообвинения.

*Бегство-избегание.* Стратегия предполагает попытки преодоления личностью негативных переживаний в связи с трудностями за счет реагирования по типу уклонения: отрицания проблемы, фантазирования, неоправданных ожиданий, отвлечения и т.п..

*Планирование решения проблемы.* Стратегия планирования решения проблемы предполагает попытки преодоления проблемы за счет целенаправленного анализа ситуации и возможных вариантов поведения, выработки стратегии разрешения проблемы, планирования собственных действий с учетом объективных условий, прошлого опыта и имеющихся ресурсов.

*Положительная переоценка.* Стратегия положительной переоценки предполагает попытки преодоления негативных переживаний в связи с проблемой за счет ее положительного переосмысления, рассмотрения ее как стимула для личностного роста.

Содержательная и конструктивная валидность методики теоретическая: она обеспечивается соответствием инструмента концептуальным и эмпирическими разработками авторов (Лазарус & Фолкман), а также современному пониманию содержания понятия копинга [66].

#### *Опросник эмоционального интеллекта (ЭМИн) Д. В. Люсин*

Методика предназначена для исследования уровня эмоционального интеллекта по четырём основным шкалам и одной дополнительной. Теоретические основания опросника исходят из определения эмоционального интеллекта (далее – ЭИ) как способности к пониманию и управлению эмоциями, как своими собственными, так и чужими. Эмоциональный интеллект трактуется именно как когнитивная способность без включения в него (как это делается в некоторых моделях) личностных черт, которые могут способствовать лучшему или

худшему пониманию эмоций, но вместе с тем сами не являются компонентами ЭИ.

Опросник на эмоциональный интеллект измеряет представления людей о своем эмоциональном интеллекте. Эти представления человека о каком-то своем свойстве отличаются от истинной выраженности этого свойства, но измерение представлений о своем ЭИ, с одной стороны, дает сведения о человеке, с другой стороны, предоставляет косвенную информацию и о подлинном уровне его эмоционально интеллекта [56].

Согласно теоретической модели, лежащей в основе опросника ЭИИн (Люсин, 2004), в его структуре можно выделить, с одной стороны, внутриличностный и межличностный ЭИ (по направленности на свои или чужие эмоции), с другой стороны, - способности к пониманию и управлению эмоциями. Таким образом, в структуре ЭИ априорно выделяется два «измерения», пересечение которых дает четыре вида ЭИ:

*Субшкала МП* (понимание чужих эмоций). Способность понимать эмоциональное состояние человека на основе внешних проявлений эмоций (мимика, жестикация, звучание голоса) и/или интуитивно; чуткость к внутренним состояниям других людей.

*Субшкала МУ* (управление чужими эмоциями). Способность вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций. Возможно, склонность к манипулированию людьми.

*Субшкала ВП* (понимание своих эмоций). Способность к осознанию своих эмоций: их распознавание и идентификация, понимание причин их возникновения, способность к вербальному описанию.

*Субшкала ВУ* (управление своими эмоциями). Способность и потребность управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные.

### *Шкала оценки социальной фобии М.Р. Лейбовича*

Эта методика (Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS)) является основным диагностическим методом для выявления социальной фобии и используется для формирования контрольной и основной группы. Отличительной особенностью этой методики является измерение не только уровня страха, но и частоты избегания социальных ситуаций, что является важным диагностическим критерием.

LSAS состоит из описания 24 ситуаций социального взаимодействия, которые респондент может оценить по уровню вызываемого страха и стремления избежать данной ситуации. Методика позволяет оценивать проявление социальной фобии по четырем шкалам: избегание действия, страх действия и избегание контакта, страх контакта и общей шкале, которая отражает сумму остальных. Это позволяет разносторонне исследовать влияние тех или иных факторов на феномены социальной фобии.

Уровень социальной фобии по М. Р. Лейбовичу оценивается в условных баллах. Автор теста определил пороговые значения шкалы для качественной оценки уровня фобии, таких как умеренная (55-65), выраженная социальная фобия (65-80), сильная социальная фобия (80-95), очень сильная социальная фобия (95+)

Результаты LSAS хорошо коррелируют с результатами других опросников на социальную тревожность и результатами клинических интервью, а также несколькими инструментами для самодиагностики [165].

### *Способы обработки данных*

В работе применялись следующие методы статистической обработки эмпирических данных:

– для установления достоверности различий по определенным параметрам между основной и контрольной группой испытуемых использовался U-критерий Манна-Уитни;

- для выявления уровня взаимосвязей между отдельными переменными был использован корреляционный анализ по методу Спирмена;
- для определения преобладания влияния переменных друг на друга использовалось корреляционное отношение Пирсона.

Математическая обработка эмпирических данных проводилась с помощью пакета «MS Excel 2007», программы статистической обработки данных статистический пакет SPSS 20.0.

### **Выводы по второй главе**

1. Разработана схема проведения исследования, включающая три блока: изучение отношения родителей к ребенку в детском и подростковом возрасте и психологических условий развития, изучения особенностей идентичности, исследование совладающего поведения и эмоционального интеллекта.

2. Описаны методики для изучения отношения родителей к ребенку и психологических условий развития (Поведение родителей и отношение подростков к ним» Е. Шафер, опросник «Суверенность психологического пространства» С. К. Нартова-Бочавер). Для изучения особенностей идентичности использовались «Опросник самовосприятия «Кто Я?»» М. Кун, Т. Макпартленд; «Опросник самоотношения» В. В. Столина, С. Р. Пантелеева. Для исследования совладающего поведения и эмоционального интеллекта – «Опросник способов совладающего поведения НИПНИ им. В. М. Бехтерева»», «Опросник эмоционального интеллекта Д. В. Люсина. Для исследования уровня и особенностей проявления социальной фобии использовалась «Шкала оценки социальной фобии М. Р. Лейбовича».

3. Сформированы основная и контрольная группы по параметру наличия социальной фобии и ее отсутствия. Выборки выровнены по параметрам возраста и пола.

### ГЛАВА 3.

## ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ И ФАКТОРОВ СОЦИАЛЬНОЙ ФОБИИ

### 3.1. Сравнительный анализ основной и контрольной группы

С помощью вышеуказанных методик был проведен сравнительный анализ по показателям, выявленным, между мужчинами и женщинами в различных возрастных группах. Поскольку данное исследование учитывало только биологический пол респондентов, а не тип их гендерной идентичности, то полученные различия рассматриваются как половые, а не гендерные.

Обработка результатов опросника «Шкала оценки социальной фобии» (М. Р. Лейбовича) показала различия основной и контрольной группы по всем шкалам с уровнем значимости  $p < 0.01$  (см. таблицу 3).

Таблица 3

Различия контрольной и основной группы по результатам опросника  
социальной фобии по U-критерию Манна-Уитни

Шкалы опросника оценки  Проявления социальной фобии	Баллы, полученные по шкалам					
	Контр. гр. все	Контр. гр. муж.	Контр. гр. жен.	Осн. гр. все	Осн. гр. муж.	Осн. гр. жен.
Страх Действия	8	7	8	24*	24*	24*
Старух Контakta	6	7	6	22*	23*	21*
Избегание Действия	7	6	7	21*	21*	21*
Избегание Контakta	5	5	5	19*	21*	18*
Страх	14	14	14	46*	47*	46*
Избегание	12	11	12	40*	42*	39*
Всего	26	26	26	86*	88*	85*

\* – значимость различий  $p < 0.01$

По отдельным выборкам мужчин и женщин значимость различий аналогична. В количественном значении уровень проявлений социальной фобии в

целом и по отдельным шкалам опросника М. Р. Лейбовича у основной группы больше, чем у контрольной в 3.3-3.6 раза.

По результатам обработки теста у основной и контрольной групп можно утверждать, что группы имеют значимые различия по уровню проявления симптомов социальной фобии. Различия в проявлениях симптомов у мужчин и женщин в основной группе незначительны, можно предполагать, что в целом проявления социальной фобии у мужчин и женщин в основной группе сходны.

Обработка результатов опросника «Подростки о родителях» (Л. И. Вассерман, И. А. Горьковая, Е. Е. Ромицына) показала, что отношение родителей к ребёнку в основной группе можно охарактеризовать сниженным позитивным интересом и повышенной враждебностью, как от отца, так и от матери (см. таблицу 4).

Таблица 4

Различия отношения родителей к ребенку в контрольной и основной группе по U-критерию Манна-Уитни

Шкалы опросника «Подростки о родителях»	Выраженность проявлений (%)					
	Контр. гр. все	Контр. гр. муж.	Контр. гр. жен.	Осн. гр. все	Осн. гр. муж.	Осн. гр. жен.
Отец, позитивный интерес	74	75	73	<b>23**</b>	<b>21**</b>	<b>24**</b>
Отец, директивность	34	33	35	23	23	24
Отец, враждебность	14	12	15	<b>30**</b>	<b>35**</b>	<b>26**</b>
Отец, автономность	60	68	55	45	<b>48*</b>	42
Отец, непоследовательность	27	21	31	29	<b>37*</b>	22
Мать, позитивный интерес	88	96	83	<b>46**</b>	<b>50**</b>	<b>42**</b>
Мать, враждебность	12	7	16	<b>39**</b>	<b>37**</b>	<b>41**</b>

\* – значимость различий  $p < 0.05$

\*\* – значимость различий  $p < 0.01$

В частности, в основной группе позитивный интерес со стороны отца меньше в 3.2 раза по сравнению с контрольной, враждебность отца выше в 2.5



раза, позитивный интерес матери меньше в 1.9 раза и враждебность матери больше в 3.3 раза. Значимость указанных различий с контрольной группой  $p < 0.01$ .

Обработка результатов опросника самовосприятия «Кто Я?» (М. Кун, Т. Макпартленд) определила статистически значимые различия собственного восприятия образа «Я» у респондентов основной и контрольной группы, которые отображены в таблице 5.

Прежде всего, это различия в общем количестве положительных ответов о себе: по основной группе это 44% от общего числа, а у контрольной 68% от общего числа всех ответов, значимость различий  $p < 0.01$ . Для основной группы для мужчин и женщин отдельно количество положительных ответов о себе различается, 38% ( $p < 0.01$ ) и 50% ( $p < 0.05$ ) соответственно. Количество отрицательных ответов о себе в целом у основной группы 38%, у контрольной – 16%, со значимостью различий  $p < 0.01$ . В этом параметре значительный вклад вносят респонденты мужского пола 45% ( $p < 0.05$ ).

Значимые различия на уровне  $p < 0.01$  обнаружены также по параметру «персональная идентичность + », которая отражает положительное восприятие индивидуальных характеристик и личностных качеств. При этом такое положительное восприятие значительно снижено по сравнению с контрольной группой в 2.2 раза в целом, в 2.8 раз для мужчин и 1.8 раз для женщин с СФ.

Выявлены различия по шкале «Экзистенциальное Я» (описание себя через абстрактные понятия) у основной и контрольной групп на уровне  $p < 0.01$ , у респондентов с СФ частота упоминания о своем экзистенциальном компоненте идентичности с неоднозначным отношением к нему примерно в 19 раз выше. В большей степени это характерно для женщин.

Значимые различия обнаружены в описании субъективных и объективных физических данных, при этом негативное восприятие встречается только у респондентов с СФ. У женщин негативное восприятие выражено значительно больше ( $p < 0.01$ ) по сравнению с мужчинами ( $p < 0.05$ ), особенно при описании фактических физических свойства – цвет волос глаз, рост и т.д.

Различия самовосприятия контрольной и основной группы  
по U-критерию Манна-Уитни (% ответов от общего числа в пределах группы)

Шкалы опросника «Кто Я?»	Распределение ответов в пределах группы (%)					
	Контр. гр. все	Контр. гр. муж.	Контр. гр. жен.	Осн. гр. все	Осн. гр. муж.	Осн. гр. жен.
Прямое обозначение пола –	0.00	0.00	0.00	0.44	0.00	<b>0.85*</b>
Прямое обозначение пола ±	0.00	0.00	0.00	<b>0.91**</b>	<b>1.67*</b>	<b>0.22*</b>
Учебно-проф. позиция +	7.56	11.0	4.98	<b>1.85**</b>	<b>1.38**</b>	2.29
Учебно-проф. позиция –	0.9	1.80	0.23	1.39	1.67	<b>1.13*</b>
Учебно-проф. позиция ±	0.89	0.00	1.55	<b>2.45**</b>	<b>4.17**</b>	0.88
Семейная принадлежность +	7.44	8.60	6.58	<b>6.36*</b>	<b>4.01**</b>	8.49
Семейная принадлежность –	0.00	0.00	0.00	<b>0.98*</b>	0.28	<b>1.62*</b>
Дружеские связи –	0.90	1.80	0.23	1.84	2.37	<b>1.35**</b>
Умения в коммуникации +	4.74	5.60	4.10	<b>1.10**</b>	<b>0.39**</b>	1.75
Умения в коммуникации –	1.67	2.20	1.28	<b>4.92*</b>	7.08	2.94
Умения в коммуникации ±	1.16	1.80	0.68	<b>0.38*</b>	<b>0.19**</b>	0.55
Описание собственности	1.80	3.60	0.45	0.34	<b>0.00*</b>	0.65
Субъект. описание физ. данных –	0.00	0.00	0.00	<b>1.26**</b>	<b>1.00*</b>	<b>1.50**</b>
Факт. описание физ. данных –	0.00	0.00	0.00	<b>1.55**</b>	<b>0.48*</b>	<b>2.53**</b>
Деятельность, интересы...	10.1	8.60	11.3	<b>4.05**</b>	6.67	<b>1.66**</b>
Персональная идентичность +	26.5	24.2	28.2	<b>12.0**</b>	<b>8.40**</b>	<b>15.3**</b>
Персональная идентичность ±	10.7	12.0	9.65	7.99	<b>8.76*</b>	7.29
Экзистенциальное «Я» ±	0.23	0.00	0.40	<b>4.18**</b>	<b>3.33*</b>	<b>4.94**</b>
Проблемная идентичность	0.00	0.00	0.00	<b>1.41**</b>	<b>1.92**</b>	<b>0.96*</b>
Положительное кол-во ответов	68.0	72.0	65.0	<b>44.0**</b>	<b>38.0**</b>	<b>50.0*</b>
Отрицательное кол-во ответов	16.0	16.0	17.0	<b>38.0**</b>	<b>45.0*</b>	31.0

\* – значимость различий  $p < 0.05$

\*\* – значимость различий  $p < 0.01$

Женщины из основной группы значительно чаще отрицательно относятся к своей семейной принадлежности (шкала «семейная принадлежность–»), а также чаще отрицательно или амбивалентно – к своей половой принадлежности (шкалы «прямое обозначение пола–» и «прямое обозначение пола±»). Различия с контрольной группой значимы на уровне  $p < 0.05$ .

Мужчины из основной группы примерно в 2 раза реже положительно относятся к своей семейной принадлежности (шкала «семейная принадлежность+»  $p < 0.01$ ), а также чаще амбивалентно относятся к своей половой принадлежности (шкала «прямое обозначение пола±»  $p < 0.05$ ).

Мужчины из основной группы также реже положительно оценивают свою учебно-профессиональную ролевую позицию (шкалы «учебно-профессиональная ролевая позиция+», «учебно-профессиональная ролевая позиция ±» значимость различий  $p < 0.01$ ). Примерно то же самое можно сказать и о женщинах из основной и контрольной групп, значимость различий  $p < 0.05$ .

Относительно характеристик дружеских связей и умения в коммуникации можно отметить, что отсутствие дружеских связей острее переживают женщины из основной группы («Дружеские связи–»,  $p < 0.01$ ), а неудовлетворенность своими навыками в коммуникации больше характерна для мужчин, что выражается в неуверенности в своих навыках («Умения в коммуникации ±»,  $p < 0.01$ ). Также мужчины из основной группы на порядок реже упоминают о своих положительных навыках коммуникации по сравнению с мужчинами из контрольной группы («Умения в коммуникации+»,  $p < 0.01$ ).

Можно отметить, что у основной группы выражены дезадаптивные особенности самовосприятия, а адаптивные значительно снижены по сравнению с контрольной группой. К ярко выраженным дезадаптивным особенностям можно отнести неопределенное отношение к собственному полу, отрицательное отношение к собственной семейной принадлежности, негативное восприятие своих физических данных, «проблемную идентичность» – все они присутствуют только у респондентов с СФ.

Адаптивные особенности самовосприятия, такие как положительное отношение к собственной учебно-профессиональной позиции, положительные умения в коммуникации, отношение к собственным знаниям и умениям, положительная персональная идентичность у респондентов с СФ – снижены.

Обработка результатов опросника «Самоотношение» (В. В. Столин, С. Р. Пантелеев) определила (см. таблицу 6), что в целом основная группа характеризуется в большей степени заниженной самооценкой (40-45 баллов) за исключением интереса к себе, который находится в пределах нормы (45-55 баллов), определенной авторами опросника.

Таблица 6

Различия в самоотношении у контрольной и основной группы по U-критерию Манна-Уитни

Шкалы опросника самоотношения	Баллы полученные по шкалам					
	Контр. гр. все	Контр. гр. муж.	Контр. гр. жен.	Осн. гр. все	Осн. гр. муж.	Осн. гр. жен.
Шкала S (интегральная)	83	74	90	<b>41*</b>	<b>40*</b>	<b>42*</b>
Самоуважение (I)	75	65	83	<b>31*</b>	<b>27*</b>	<b>35*</b>
Аутосимпатия (II)	70	63	75	<b>43*</b>	45	<b>41*</b>
Ожидаемое отн. от других (III)	58	50	64	<b>28*</b>	<b>26*</b>	<b>30*</b>
Самоинтерес (IV)	94	97	92	<b>51*</b>	<b>52*</b>	<b>51*</b>

\* – значимость различий  $p < 0.01$

Контрольная группа характеризуется завышенной самооценкой. В количественном значении по каждой из шкал значения от контрольной группы отличаются в 1.6-2 раза в меньшую сторону со значимостью  $p < 0.01$ .

Обработка результатов опросника «Суверенное психологическое пространство» (С. К. Нартова-Бочавер) обнаружила (см. таблицу 7), что основная группа характеризуется пониженной суверенностью психологического пространства на границе с нормой (40 баллов), а контрольная группа характеризу-

ется суверенностью психологического пространства в средней части нормы (40-60 баллов) в соответствии с определением автора опросника.

Таблица 7

Различия суверенности психологического пространства в контрольной и основной группе по U-критерию Манна-Уитни

Шкалы опросника суверенности психологического пространства	Баллы, полученные по шкалам					
	Контр. гр. все	Контр. гр. муж.	Контр. гр. жен.	Осн. гр. все	Осн. гр. муж.	Осн. гр. жен.
СПП сев. псих. пространства	53	55	51	<b>37*</b>	<b>35*</b>	<b>39*</b>
СФТ сув. физического тела	49	48	50	<b>36*</b>	<b>33*</b>	<b>39*</b>
СТ сув. территории	52	58	48	<b>40*</b>	<b>40*</b>	39
СВ сув. вещей	54	56	52	<b>42*</b>	<b>40*</b>	<b>43*</b>
СП сув. привычек	53	54	52	<b>41*</b>	<b>39*</b>	<b>42*</b>
СС сув. социальных связей	51	52	51	<b>37*</b>	<b>35*</b>	<b>39*</b>
СЦ сув. ценностей	51	51	50	<b>39*</b>	<b>37*</b>	<b>41*</b>

\* – значимость различий  $p < 0.01$

Количественные значения у основной группы в 1.6-2.4 раза меньше, чем у контрольной. При этом в основной группе у мужчин значения меньше, чем у женщин, а в контрольной группе – наоборот, выборка по мужчинам демонстрирует более высокие значения суверенности психологического пространства.

Обработка результатов «Опросника способов совладающего поведения» (НИПНИ им. В. М. Бехтерева 2008 г.) (см. таблицу 8) показала, что основная группа, в отличие от контрольной, наиболее часто использует в качестве совладающего поведения уход из стрессовой ситуации, эмоциональное дистанцирование от нее, а также соглашается принять ответственность за ситуацию (шкалы «Бегство-избегание»  $p < 0.01$ , «Дистанцирование»  $p < 0.01$  и «Принятие ответственности»  $p < 0.05$ ).

Таблица 8

Различия способов совладающего поведения в контрольной и основной группах по U-критерию Манна-Уитни

Шкалы опросника совладающего поведения	Баллы, полученные по шкалам					
	Контр. гр. все	Контр. гр. муж.	Контр. гр. жен.	Осн. гр. все	Осн. гр. муж.	Осн. гр. жен.
Конфронтация	48	49	46	<b>43*</b>	46	<b>40*</b>
Дистанцирование	50	47	52	<b>57**</b>	<b>58**</b>	56
Самоконтроль	48	47	49	48	50	46
Поиск социальной поддержки	50	50	50	<b>41**</b>	<b>41**</b>	<b>41**</b>
Принятие ответственности	47	48	47	<b>52*</b>	49	<b>54**</b>
Бегство-избегание	51	50	52	<b>63**</b>	<b>62**</b>	<b>63**</b>
Планирование решения	55	54	55	<b>41**</b>	<b>45*</b>	<b>38**</b>
Положительная переоценка	54	54	54	<b>44**</b>	46	<b>42**</b>

\* – значимость различий  $p < 0.05$

\*\* – значимость различий  $p < 0.01$

При этом наиболее редко, в отличие от контрольной группы, индивиды с СФ в стрессовых ситуациях используют обращение за помощью к другим, построение планов выхода из такой ситуации, отстаивание собственных интересов и переосмысление ситуации с целью нахождения положительных сторон (шкалы «Поиск социальной поддержки»  $p < 0.01$ , «Планирование решения проблемы»  $p < 0.01$ , «Конфронтация»  $p < 0.05$  и «Положительная переоценка»  $p < 0.01$ ).

В соответствии с нормированием авторов опросника у основной группы выраженной копинг стратегией является «Бегство-избегание» (более 60 баллов), а «Поиск социальной поддержки» и «Планирование решения проблемы» находятся на нижней границе умеренного использования стратегии совладания (40 баллов).

У контрольной группы все стратегии находятся близко к середине умеренного использования (40-60 баллов) в соответствии с нормированием авторов опросника. Использование стратегии подавления и сдерживания эмоций в ос-

новой и контрольной группах имеет сходную выраженность (шкала «Самоконтроль»).

Обработка результатов «Опросника эмоционального интеллекта (Д. В. Люсин) показала, что характеристики эмоционального интеллекта у основной группы значительно снижены (в 1.5 – 2.1 раза) (см. таблицу 9). Наибольшее снижение наблюдается в способностях к управлению эмоциями. Значимость различий у основной и контрольной групп в целом  $p < 0.01$ .

Таблица 9

Различия эмоционального интеллекта основной и контрольной групп по U-критерию Манна-Уитни

Шкалы опросника эмоционального интеллекта	Выраженность свойств (%)					
	Контр. гр. все	Контр. гр. муж.	Контр. гр. жен.	Осн. гр. все	Осн. гр. муж.	Осн. гр. жен.
Понимание чужих эмоций	78	83	74	<b>54*</b>	<b>67*</b>	<b>43*</b>
Управление чужими эмоциями	76	72	79	<b>36*</b>	<b>38*</b>	<b>35*</b>
Понимание своих эмоций	67	66	68	<b>52*</b>	54	<b>50*</b>
Управление своими эмоциями	77	71	81	<b>43*</b>	<b>45*</b>	<b>41*</b>

\* – значимость различий  $p < 0.01$

Сравнение различий мужской и женской выборок в пределах основной и контрольной групп показало следующие результаты (см. таблицу 10).

В контрольной группе различия между мужской и женской выборками по большинству исследованных параметров выражены, а в основной группе наоборот: практически отсутствуют значимые различия между мужской и женской выборками.

Таблица 10

Различия мужской и женской выборки внутри контрольной и основной группы по U-критерию Манна-Уитни

	Контр. группа		Основная группа	
	М	Ж	М	Ж
Шкалы опросника «Подростки о родителях» (%)				
Отец, автономность	<b>68**</b>	<b>55**</b>	48	42
Отец, непоследовательность	<b>21*</b>	<b>31*</b>	37	22
Мать, позитивный интерес	<b>96**</b>	<b>83**</b>	50	42
Мать, автономность	49	52	<b>39*</b>	<b>44*</b>
Шкалы опросника самовосприятия «Кто Я?» (%)				
Прямое обозначение пола +	<b>0.80**</b>	<b>2.70**</b>	1.71	4.37
Учебно-проф. позиция +	<b>11**</b>	<b>4.98**</b>	1.38	2.29
Учебно-проф. позиция ±	<b>1.80**</b>	<b>0.23**</b>	1.67	1.13
Учебно-проф. позиция –	<b>0.00**</b>	<b>1.55**</b>	4.17	0.88
Семейная принадлежность +	<b>8.60*</b>	<b>6.58*</b>	4.01	8.49
Групповая принадлежность	<b>0.00*</b>	<b>0.80*</b>	0.00	0.40
Дружеские связи –	<b>1.80**</b>	<b>0.23**</b>	2.37	1.35
Умения в коммуникации ±	<b>1.80**</b>	<b>0.68**</b>	0.19	0.55
Описание своей собственности	<b>3.60**</b>	<b>0.45**</b>	0.00	0.65
Пристрастия к еде –	<b>0.00*</b>	<b>0.95*</b>	0.39	0.18
Шкалы опросника суверенности психологического пространства (баллы)				
СФТ сув. физического тела	48	50	<b>33*</b>	<b>39*</b>
СТ суверенность территории	<b>58**</b>	<b>48**</b>	40	39
СВ сув. вещей	<b>56**</b>	<b>52**</b>	40	43
СЦ сув. ценностей	<b>51*</b>	<b>50*</b>	37	41
Шкалы опросника способов совладающего поведения (баллы)				
Конфронтация	49	46	<b>46*</b>	<b>40*</b>
Дистанцирование	<b>47**</b>	<b>52**</b>	58	56
Планирование решения проблемы	54	55	<b>45**</b>	<b>38**</b>

\* – значимость различий  $p < 0.05$

\*\* – значимость различий  $p < 0.01$



*Выводы по сравнительному анализу основной и контрольной группы*

Обобщая полученные результаты сравнения самовосприятия, суверенности психологического пространства, взаимоотношения с родителями в подростковом возрасте, предпочитаемого совладающего поведения, самоотношения и эмоционального интеллекта основной и контрольной групп можно сделать следующие выводы относительно личностных особенностей, онтогенеза и специфики социального взаимодействия для лиц с симптомами социальной фобии.

1. Преобладает глобальное негативное самовосприятие вне зависимости от пола, с некоторой большей выраженностью у мужчин. Такое восприятие захватывает все компоненты идентичности и выражается не только в большем количестве негативных оценок в описании своей идентичности, но сниженном количестве положительных, при этом количество нейтральных оценок было сходным с контрольной группой. Вероятно, кроме акцента на собственных негативных характеристиках присутствует некоторое обесценивание или отсутствие восприятия своих положительных качеств.

2. Отмечено неоднозначное и негативное восприятие собственного биологического пола. У мужчин наблюдается дефицит положительных характеристик персональной идентичности, а у женщин – неоднозначная оценка собственного «экзистенциального Я».

3. Сниженное и негативное отношение к своей семейной принадлежности. При этом для мужчин больше характерно не упоминание о своей семейной роли вообще, а для женщин характерна некоторая часть негативных оценок.

4. Наблюдается несформированное отношение к учебно-профессиональной деятельности. Для женщин также можно отметить выраженную неудовлетворенность в этой сфере.

5. Суверенность психологического пространства находится на нижней границе нормы.

6. Семья при СФ отличается враждебностью матери и сниженным позитивным интересом со стороны отца по отношению к ребенку.

7. Выявлены: низкая самооценка, сниженный интерес к себе, а также предположение о собственной «неинтересности» для других у респондентов с СФ.

8. Преобладающими стратегиями совладания в стрессовых ситуациях являются «Бегство-избегание», «Дистанцирование» и «Принятие ответственности». Наиболее явным и независимыми от пола респондентов являются «Бегство-избегание». Наиболее редко используемым способом совладания являются «Планирование решения», «Поиск социальной поддержки». В целом характерен уход от проблемной ситуации через дистанцирование для мужчин или через вину у женщин.

9. В целом эмоциональный интеллект у респондентов с социальной фобией заметно снижен. Наиболее явное снижение относится к способности управлять эмоциями – своими и чужими.

10. Наблюдается отсутствие выраженных различий между идентичностью мужчин и женщин.

Результаты сравнения в целом соответствуют понятию социальная фобия, также можно предположить, что проявления социальной фобии у мужчин и женщин сходны по структуре.

### **3.2. Взаимосвязь индивидуального развития, личностных особенностей и проявлений социальной фобии**

По результатам исследования основной группы с помощью указанных методик был проведен корреляционный анализ. Целью проведения данного анализа был поиск первичных взаимосвязей личностных характеристик и особенностей развития с проявлениями социальной фобии.

Прежде всего, в качестве особенностей развития следует рассмотреть отношение родителей к ребенку. Для изучения взаимовлияния отношения родителей к ребенку и проявлений социальной фобии был применен метод корреляционных отношений Пирсона, позволяющий определить преобладающее нелинейное влияние одной переменной на другую. Это позволяет строить предположения о зависимости одних феноменов от других. Также был использован корреляционный анализ Спирмена для определения возможной линейной взаимосвязи и ее направления.

В таблице 11 представлены взаимосвязи между проявлениями социальной фобии и отношением родителей к ребенку. Следует отметить, что все взаимосвязи оказались значимыми по уровню  $p < 0.01$ . Использование методики корреляционных отношений позволило определить степень влияния проявлений СФ и особенностей отношений родителей к ребенку друг на друга при вероятном нелинейном характере такого влияния.

В результате обработки данных было определено, что на общий уровень проявления и большинство проявлений СФ оказывает влияние отношение родителей, однако некоторые проявления СФ оказывают влияние на особенности отношения родителей к ребенку (выделено жирным).

Страх контакта ребенка оказывает влияние на враждебность, непоследовательность, позитивный интерес отца, позитивный интерес и автономность матери. Избегание контакта ребенка влияет на позитивный интерес отца, позитивный интерес матери и автономность матери. Страх действия ребенка находится под влиянием отношения родителей. Избегание действия ребенка оказы-

вает влияние на позитивный интерес отца, позитивный интерес матери, директивность матери и враждебность матери.

Таблица 11

Взаимосвязь отношений родителей к ребенку и проявлений СФ,  
корреляционные отношения Пирсона

Шкалы опросника «Подростки о ро- дителях	Шкалы опросника уровня социальной фобии						
	Страх			Избегание			Всего
	Действия	Контакта	Страх, общее	Действия	Контакта	Избегание, общее	
Отец, поз. интерес	.88 / .67	<b>.56 / .73</b>	.90 / .71	<b>.62 / .68</b>	<b>.69 / .75</b>	.73 / .69	.96 / .72
Отец, директивность	.91 / .56	.75 / .62	.73 / .65	.86 / .55	.48 / .46	.69 / .61	.91 / .56
Отец, враждебность	.92 / .64	<b>.67 / .72</b>	.89 / .74	.70 / .60	.71 / .70	.85 / .79	.96 / .65
Отец, автономность	.93 / .55	.83 / .53	.89 / .57	.77 / .63	.63 / .54	.73 / .59	.97 / .54
Отец, непосл.	.87 / .68	<b>.79 / .80</b>	.95 / .81	.78 / .71	.80 / .71	.93 / .82	.97 / .87
Мать, поз. интерес	.80 / .74	<b>.69 / .82</b>	.73 / .56	<b>.66 / .78</b>	<b>.77 / .80</b>	.72 / .66	.95 / .81
Мать, директивность	.90 / .73	.70 / .63	.89 / .69	<b>.68 / .70</b>	.46 / .65	.67 / .63	.94 / .71
Мать, враждебность	.89 / .58	.81 / .65	.88 / .67	<b>.53 / .59</b>	.73 / .63	.71 / .58	.99 / .62
Мать, автономность	.85 / .73	<b>.58 / .67</b>	.80 / .71	.76 / .63	<b>.69 / .73</b>	.87 / .73	.93 / .72
Мать, непосл.	.92 / .55	.82 / .51	.89 / .53	.72 / .60	.67 / .64	.72 / .54	.98 / .55

*Примечание:* уровень значимости  $p < 0.01$ ; жирным выделено влияние проявлений СФ на отношение родителей.

В таблице 12 представлены линейные взаимосвязи отношения родителей к ребенку и проявлений СФ (корреляция по методу Спирмена). Это позволяет определить возможное линейное направление взаимосвязи в дополнение к результатам о преобладающем нелинейном влиянии отношения родителей к ребенку на проявления социальной фобии, представленных в таблице 11.

Взаимосвязь отношения родителей к ребенку и проявлений СФ, корреляции по методу Спирмена.

Шкалы опросника «Подростки о роди- телях»	Шкалы опросника уровня социальной фобии						
	Страх			Избегание			Всего
	Действия	Контакта	Страх, общее	Действия	Контакта	Избегание, общее	
Отец, поз. интерес	-.220	<b>-.376</b>	<b>-.311</b>	-.162	<b>-.387</b>	<b>-.361</b>	<b>-.368</b>
Отец, директивность	-0.017	-.055	0.083	0.125	-.105	.020	-.009
Отец, враждебность	<u>.282</u>	<b>.384</b>	<b>.366</b>	<u>.281</u>	<b>.364</b>	<b>.405*</b>	<b>.381</b>
Отец, автономность	-.019	.035	.012	-.032	-.032	-.034	.035
Отец, непосл.	-.123	.090	-.004	-.058	.081	.046	.017
Мать, поз. интерес	.015	-.153	-.059	.107	.031	.099	.076
Мать, директивность	-.006	.079	.002	.039	.166	.136	.232
Мать, враждебность	.048	<u>0.307</u>	.189	.046	<b>.368</b>	.263	-.033
Мать, автономность	-.018	-.210	-.096	.158	-.027	-.005	.240
Мать, непосл.	.020	.136	.114	.194	<b>.367</b>	<u>.325</u>	.035

.276 – корреляции на уровне значимости  $p < 0.05$

**.359** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.01$

**.39\*** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.005$

В результате обработки данных было определено, что наиболее статистически значимым проявлением отношения родителей к ребенку является враждебность отца, которая положительно взаимосвязана со страхом контакта ( $p < 0.05$ ), общим проявлением страха ( $p < 0.05$ ), избеганием контакта ( $p < 0.05$ ), общим избеганием ( $p < 0.01$ ), общим уровнем СФ ( $p < 0.05$ ), а так же наблюдается тенденция к взаимосвязи со страхом действия и избеганием действия ( $p < 0.1$ ). Позитивный интерес отца отрицательно взаимосвязан со страхом контакта ( $p < 0.05$ ), общим проявлением страха ( $p < 0.05$ ), избеганием контакта ( $p < 0.05$ ),

общим избеганием ( $p < 0.05$ ) и общим уровнем СФ ( $p < 0.05$ ). Враждебность матери положительно взаимосвязана с избеганием контакта ( $p < 0.05$ ), а так же наблюдается тенденция к взаимосвязи со страхом контакта ( $p < 0.1$ ). Непоследовательность матери положительно взаимосвязана с избеганием контакта ( $p < 0.05$ ), а так же наблюдается тенденция к взаимосвязи с общим избеганием ( $p < 0.1$ ).

Для определения личностных свойств и особенностей окружения, способствующих развитию социальной фобии, был произведен линейный корреляционный анализ по методу Спирмена, позволяющий определить направление взаимосвязи.

В таблице 13 представлены взаимосвязи с общим уровнем СФ по опроснику М. Р. Лейбовича. Наиболее значимые взаимосвязи обнаружены со шкалами, отражающими идентичность (отрицательные взаимосвязи: «Персональная идентичность +»  $p < 0.005$ , «Количество положительных оценок»  $p < 0.005$ , «Самоуважение»  $p < 0.005$ , «Самоотношение»  $p < 0.01$ , «Ожидаемое отношение от других»  $p < 0.01$ ).

А так же шкалами суверенности психологического пространства (отрицательные взаимосвязи: «Суверенность вещей»  $p < 0.005$ , «Суверенность территории»  $p < 0.05$ ), использованием копинг-стратегии отстаивания собственных интересов в стрессовой ситуации (отрицательная взаимосвязь: «Конфронтация»  $p < 0.005$ ). Следует отметить взаимосвязи с враждебностью и позитивным интересом отца (положительная взаимосвязь «Отец, враждебность»  $p < 0.05$ , отрицательная взаимосвязь «Отец, позитивный интерес»  $p < 0.05$ ).

Взаимосвязи с развитием эмоционального интеллекта обнаружены применительно к способности управлению эмоциями (отрицательная взаимосвязь: «Управление своими эмоциями»  $p < 0.05$ , «Управление чужими эмоциями»  $p < 0.05$ ).

Взаимосвязи с общим уровнем СФ опросника М. Р. Лейбовича,  
корреляции по методу Спирмена

Опросник	Шкала	Корр.
ОСВ	Персональная идентичность +	-.458**
ОСВ	Кол-во положительных оценок	-.437**
СПП	Суверенность вещей	-.435**
ССП	Конфронтация	-.428**
ОСО	Самоуважение	-.412**
ОСО	Самоотношение	-.377*
ОСО	Ожидаемое отношение от других	-.372*
СПП	Суверенность территории	-.355
ПОР	<i>Отец, враждебность</i>	.351
ЭМИн	Управление своими эмоциями	-.348
ОСВ	Субъективное описание физ. данных –	.346
ОСВ	Умения в коммуникации +	-.318
ПОР	<i>Отец, позитивный интерес</i>	-.311
ОСО	Аутосимпатия	-.307
ЭМИн	Управление чужими эмоциями	-.307
ОСВ	Субъективное описание физ. данных +	-.306
ОСВ	Кол-во отрицательных оценок	.297

.276 – корреляции на уровне значимости  $p < 0.05$

.359\* – корреляции на уровне значимости  $p < 0.01$

.39\*\* – корреляции на уровне значимости  $p < 0.005$

В таблице 14 представлены взаимосвязи со шкалой «Страх» по опроснику М. Р. Лейбовича. Наиболее значимые взаимосвязи обнаружены со шкалами, отражающими идентичность (отрицательные взаимосвязи: «Количество положительных оценок»  $p < 0.005$ , «Персональная идентичность +»  $p < 0.005$ , «Субъективное описание физических данных +»  $p < 0.005$ , «Самоуважение»  $p < 0.005$ , «Самоотношение»  $p < 0.01$ ), использованием копинг-стратегии отстаивания собственных интересов в стрессовой ситуации (отрицательная взаимосвязь: «Конфронтация»  $p < 0.005$ ), шкалами суверенности психологического пространства

(отрицательные взаимосвязи: «Суверенность вещей»  $p < 0.005$ , «Суверенность территории»  $p < 0.05$ ).

Обнаружены взаимосвязи с враждебностью и позитивным интересом отца (положительная взаимосвязь «Отец, враждебность»  $p < 0.05$ , отрицательная взаимосвязь «Отец, позитивный интерес»  $p < 0.05$ ). Взаимосвязи с развитием эмоционального интеллекта обнаружены применительно к способности управлению эмоциями (отрицательная взаимосвязь: «Управление своими эмоциями»  $p < 0.01$ , «Управление чужими эмоциями»  $p < 0.05$ ).

Таблица 14

Взаимосвязи со шкалой «Страх» опросника Лейбовича,  
корреляции по методу Спирмена

Опросник	Шкала	Корр.
ОСВ	Кол-во положительных оценок	-.47**
ССП	Конфронтация	-.469**
ОСВ	Персональная идентичность +	-.465**
СПП	Суверенность вещей	-.44**
ОСВ	Субъективное описание физ. данных +	-.407**
ОСО	Самоуважение	-.398**
ЭМИн	ВУ управление своими эмоциями	-.368*
ОСО	Самоотношение	-.36*
СПП	Суверенность территории	-.352
ЭМИн	Управление чужими эмоциями	-.351
ОСО	Ожидаемое отношение от других	-.343
ОСВ	Кол-во отрицательных оценок	.33
ПОР	<i>Отец, враждебность</i>	.327
ОСВ	Мировоззренческая идентичность	-.326
ОСВ	Субъективное описание физ. данных –	.306
ОСВ	Умения в коммуникации +	-.285
ПОР	<i>Отец, позитивный интерес</i>	-.286
ОСО	Аутосимпатия	-.302
ОСВ	Проблемная идентичность	.292
ССП	Положительная переоценка	-.29

.276 – корреляции на уровне значимости  $p < 0.05$

.359\* – корреляции на уровне значимости  $p < 0.01$

.39\*\* – корреляции на уровне значимости  $p < 0.005$



В таблице 15 представлены взаимосвязи между шкалой «Избегание» и значениями по шкалам остальных используемых опросников. Наиболее значимые взаимосвязи обнаружены со шкалами, отражающими идентичность (отрицательные взаимосвязи: «Самоотношение»  $p < 0.005$ , «Самоуважение»  $p < 0.005$ , «Ожидаемое отношение от других»  $p < 0.005$ , «Персональная идентичность+»  $p < 0.005$ , «Количество положительных оценок»  $p < 0.01$ ).

Таблица 15

Взаимосвязи со шкалой «Избегание» опросника М. Р. Лейбовича, корреляции по методу Спирмена

Опросник	Шкала	Корр.
ОСО	Самоотношение	-.455**
ОСО	Самоуважение	-.443**
ОСО	Ожидаемое отношение от других	-.44**
ОСВ	Персональная идентичность +	-.423**
СПП	Суверенность вещей	-.419**
ОСВ	Кол-во положительных оценок	-.382*
ПОР	<i>Отец, враждебность</i>	.373*
ССП	Конфронтация	-.365*
СПП	Суверенность территории	-.356
ЭМИн	Управление своими эмоциями	-.347
ОСО	Аутосимпатия	-.336
СПП	Суверенность психологического пространства	-.317
ОСВ	Субъективное описание физ. данных –	.314
ПОР	<i>Отец, позитивный интерес</i>	-.301
ОСВ	Материальная перспектива	-.295
ОСВ	Умения в коммуникации +	-.29
ОСВ	Кол-во отрицательных оценок	.288
ОСВ	Общее кол-во оценок	-.279

.276 – корреляции на уровне значимости  $p < 0.05$

.359\* – корреляции на уровне значимости  $p < 0.01$

.39\*\* – корреляции на уровне значимости  $p < 0.005$

А так же шкалами суверенности психологического пространства (отрицательные взаимосвязи: «Суверенность вещей»  $p < 0.005$ , «Суверенность территории»  $p < 0.05$ ), использованием копинг-стратегии отставивания собственных интересов в стрессовой ситуации (отрицательная взаимосвязь: «Конфронтация»  $p < 0.05$ ).

Следует отметить взаимосвязи с враждебностью и позитивным интересом отца (положительная взаимосвязь «Отец, враждебность»  $p < 0.01$ , отрицательная взаимосвязь «Отец, позитивный интерес»  $p < 0.05$ ). Взаимосвязи с развитием эмоционального интеллекта обнаружены применительно к способности управлению эмоциями (отрицательная взаимосвязь: «Управление своими эмоциями»  $p < 0.05$ ).

Таблица 16

Взаимосвязи со шкалой «Страх действия» опросника М. Р. Лейбовича, корреляции по методу Спирмена

Опросник	Шкала	Корр.
ССП	Конфронтация	<b>-.484<sup>**</sup></b>
ОСВ	Персональная идентичность +	<b>-.448<sup>**</sup></b>
ОСВ	Кол-во положительных оценок	<b>-.412<sup>**</sup></b>
СПП	Суверенность вещей	<b>-.404<sup>**</sup></b>
ЭМИн	Управление своими эмоциями	<b>-.38<sup>*</sup></b>
ЭМИн	Управление чужими эмоциями	<b>-.359<sup>*</sup></b>
ОСВ	Субъективное описание физ. данных +	-.346
СПП	Суверенность территории	-.343
ОСО	Самоотношение	-.33
ОСО	Самоуважение	-.322
ОСВ	Мировоззренческая идентичность	-.313
ОСО	Ожидаемое отношение от других	-.307
ССП	Планирование решения проблемы	-.301

.276 – корреляции на уровне значимости  $p < 0.05$

**.359<sup>\*</sup>** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.01$

**.39<sup>\*\*</sup>** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.005$

В таблице 16 представлены взаимосвязи между шкалой «Страх действия» и значениями по шкалам остальных используемых опросников. Наиболее значимые взаимосвязи обнаружены со шкалой, отражающей использование копинг-стратегии отстаивания собственных интересов в стрессовой ситуации (отрицательная взаимосвязь: «Конфронтация»  $p < 0.005$ ), идентичностью (отрицательные взаимосвязи: «Персональная идентичность +»  $p < 0.005$ , «Количество положительных оценок»  $p < 0.005$ ).

А так же шкалами суверенности психологического пространства (отрицательные взаимосвязи: «Суверенность вещей»  $p < 0.005$ , «Суверенность территории»  $p < 0.05$ ). Также обнаружены взаимосвязи с враждебностью и позитивным интересом отца (положительная взаимосвязь «Отец, враждебность»  $p < 0.01$ , отрицательная взаимосвязь «Отец, позитивный интерес»  $p < 0.05$ ).

Взаимосвязи с развитием эмоционального интеллекта обнаружены применительно к способности управлению эмоциями (отрицательная взаимосвязь: «Управление своими эмоциями»  $p < 0.05$ ).

В таблице 17 представлены взаимосвязи между шкалой «Избегание действия» и значениями по шкалам остальных используемых опросников.

Таблица 17

Взаимосвязи со шкалой «Избегание действия» опросника М. Р. Лейбовича, корреляции по методу Спирмена

Опросник	Шкала	Корр.
ССП	Конфронтация	<b>-.423<sup>**</sup></b>
ОСВ	Персональная идентичность +	<b>-.414<sup>**</sup></b>
ОСО	Ожидаемое отношение от других	<b>-.372<sup>*</sup></b>
ОСВ	Кол-во положительных оценок	<b>-.362<sup>*</sup></b>
ЭМИн	Управление своими эмоциями	-0.332
ОСО	Самоотношение	-0.33
ОСВ	Общее кол-во ответов	-0.316
ОСВ	Материальная перспектива	-0.29
ОСВ	Сексуальная роль +	-0.29
ОСВ	Субъективное описание физ. данных +	-0.287

.276 – корреляции на уровне значимости  $p < 0.05$

**.359<sup>\*</sup>** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.01$

**.39<sup>\*\*</sup>** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.005$

Наиболее значимые взаимосвязи обнаружены со шкалой, отражающей использование копинг-стратегии отставания собственных интересов в стрессовой ситуации (отрицательная взаимосвязь: «Конфронтация»  $p < 0.005$ ), идентичностью (отрицательные взаимосвязи: «Персональная идентичность +»

$p < 0.005$ , «Ожидаемое отношение от других»  $p < 0.01$ , «Количество положительных оценок»  $p < 0.01$ , «Самоотношение»  $p < 0.05$ ).

Взаимосвязи с развитием эмоционального интеллекта обнаружены применительно к способности управлению эмоциями (отрицательная взаимосвязь: «Управление своими эмоциями»  $p < 0.05$ ).

В таблице 18 представлены взаимосвязи между шкалой «Страх контакта» и значениями по шкалам остальных используемых опросников.

Таблица 18

Взаимосвязи со шкалой «Страх контакта» опросника М. Р. Лейбовича, корреляции по методу Спирмена

Опросник	Шкала	Корр.
ОСО	Самоуважение	<b>-.489<sup>**</sup></b>
ОСВ	Кол-во положительных оценок	<b>-.444<sup>**</sup></b>
СПП	Суверенность вещей	<b>-.436<sup>**</sup></b>
СПП	Суверенность территории	<b>-.431<sup>**</sup></b>
ОСВ	Субъективное описание физ. данных +	<b>-.4<sup>**</sup></b>
ОСВ	Персональная идентичность +	<b>-.396<sup>**</sup></b>
СПП	Суверенность психологического пространства	<b>-.377<sup>*</sup></b>
ОСО	Самоотношение	<b>-.367<sup>*</sup></b>
ССП	Конфронтация	<b>-.365<sup>*</sup></b>
ОСВ	Умения в коммуникации +	-.35
ПОР	<i>Отец, позитивный интерес</i>	-.346
ПОР	<i>Отец, враждебность</i>	.343
ОСВ	Субъективное описание физ. данных –	.341
ССП	Положительная переоценка	-.331
ОСО	Аутосимпатия	-.324
ЭмИн	Управление своими эмоциями	-.324
ОСВ	Проблемная идентичность	.324
ОСВ	Кол-во отрицательных оценок	.323
ЭмИн	Управление чужими эмоциями	-.309

.276 – корреляции на уровне значимости  $p < 0.05$

**.359<sup>\*</sup>** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.01$

**.39<sup>\*\*</sup>** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.005$

Наиболее значимые взаимосвязи обнаружены со шкалами, отражающими идентичность (отрицательные взаимосвязи: «Самоуважение»  $p < 0.005$ , «Количество положительных оценок»  $p < 0.005$ , «Субъективное описание физических данных+»  $p < 0.005$ , «Персональная идентичность+»  $p < 0.005$ , «Самоотношение»  $p < 0.01$ , «Умения в коммуникации+»  $p < 0.05$ ). А так же шкалами суверенности психологического пространства (отрицательные взаимосвязи: «Суверенность вещей»  $p < 0.005$ , «Суверенность территории»  $p < 0.005$ , «Суверенность психологического пространства»  $p < 0.01$ ), использованием копинг-стратегий отстаивания собственных интересов в стрессовой ситуации и нахождением положительных сторон и ресурсов (отрицательные взаимосвязи: «Конфронтация»  $p < 0.01$ , «Положительная переоценка»  $p < 0.05$ ). Также обнаружены взаимосвязи с враждебностью и позитивным интересом отца (положительная взаимосвязь «Отец, враждебность»  $p < 0.05$ , отрицательная взаимосвязь «Отец, позитивный интерес»  $p < 0.05$ ). Взаимосвязи с развитием эмоционального интеллекта обнаружены применительно к способности управлению эмоциями (отрицательные взаимосвязи: «Управление своими эмоциями»  $p < 0.05$ , «Управление чужими эмоциями»  $p < 0.05$ ).

В таблице 19 представлены взаимосвязи между шкалой «Избегание контакта» и значениями по шкалам остальных используемых опросников. Наиболее значимые взаимосвязи обнаружены со шкалами, отражающими суверенность психологического пространства (отрицательные взаимосвязи: «Суверенность вещей»  $p < 0.005$ , «Суверенность территории»  $p < 0.01$ , «Суверенность психологического пространства»  $p < 0.05$ ), идентичность (отрицательные взаимосвязи: «Самоуважение»  $p < 0.005$ , «Самоотношение»  $p < 0.01$ , «Персональная идентичность +»  $p < 0.05$ ).

Обнаружены взаимосвязи с враждебностью и позитивным интересом отца и враждебностью и непоследовательностью в отношении к ребенку матери (положительные взаимосвязи «Отец, враждебность»  $p < 0.05$ , «Мать, враждебность»  $p < 0.05$ , «Мать, непоследовательность»  $p < 0.05$ ; отрицательные взаимо-

связи «Отец, позитивный интерес»  $p < 0.05$ ). Также обнаружены взаимосвязи с использованием копинг-стратегий отстаивания собственных интересов в стрессовой ситуации (отрицательная взаимосвязь: «Конфронтация»  $p < 0.05$ ).

Таблица 19

Взаимосвязи со шкалой «Избегание контакта» опросника М. Р. Лейбовича, корреляции по методу Спирмена

Опросник	Шкала	Корр.
СПП	Суверенность вещей	-.413**
ОСО	Самоуважение	-.39**
СПП	Суверенность территории	-.386*
ОСО	Самоотношение	-.367*
ОСВ	Персональная идентичность +	-.346
ПОР	<i>Отец, враждебность</i>	.335
ПОР	<i>Отец, позитивный интерес</i>	-.327
ОСВ	Кол-во положительных оценок	-.319
СПП	Суверенность психологического пространства	-.315
ОСВ	Субъективное описание физ. данных –	.312
ПОР	<i>Мать, непоследовательность</i>	.31
ОСВ	Умения в коммуникации +	-.303
ССП	Конфронтация	-.298
ОСО	Аутосимпатия	-.291
ПОР	<i>Мать, враждебность</i>	.283

.276 – корреляции на уровне значимости  $p < 0.05$

.359\* – корреляции на уровне значимости  $p < 0.01$

.39\*\* – корреляции на уровне значимости  $p < 0.005$

*Выводы по взаимосвязи индивидуального развития, личностных особенностей и проявлений социальной фобии:*

1. Отношение родителей к ребенку сильно влияет на общий уровень проявления социальной фобии: проявления враждебности и непоследовательности повышает уровень социальной фобии, а позитивный интерес со стороны родителей – снижает.

2. Выявлено и обратное влияние: отдельные проявления СФ влияют на отношение родителей к ребенку. Например, страх контакта оказывает влияние

на враждебность, непоследовательность, позитивный интерес отца, позитивный интерес и автономность матери.

3. Корреляционный анализ позволил выделить следующие переменные, которые наиболее значимо взаимосвязаны с большинством шкал опросника социальной фобии М. Р. Лейбовича. Переменные, описывающие идентичность: «Персональная идентичность +», «Самоотношение», «Количество положительных оценок», «Самоуважение» (отрицательные взаимосвязи). Переменная, описывающая копинг-стратегию отстаивания собственных интересов в конфликтной ситуации – «Конфронтация» (отрицательная взаимосвязь). Переменные, описывающие суверенность психологического пространства: «Суверенность территории», «Суверенность вещей» (отрицательные взаимосвязи). Переменная, описывающая развитие эмоционального интеллекта «Управления своими эмоциями» (отрицательная взаимосвязь).

Для «действенного» компонента СФ (шкалы «Страх действия» и «Избегание действия») характерно выраженная отрицательная взаимосвязь со шкалой «Конфронтация» и «Персональная идентичность+» т. е. при сниженной способности к конфронтации и дефиците положительного представления о себе проявляется высокий страх действия в социальных ситуациях. С этими шкалами, относящимися к «действию», также отрицательно коррелирует такая особенность эмоционального интеллекта, как способность управлять своими и чужими эмоциями («Управление своими эмоциями», «Управление чужими эмоциями»).

Для шкал, связанных с «контактом» («Страх контакта», «Избегание контакта») наиболее выражена отрицательная взаимосвязь с такими особенностями идентичности, как самоуважение и положительная оценка своей способности к деятельности («Самоуважение», «Способности к деятельности+», «Умения в коммуникации+»). Чем более выражен у индивида страх и избегание контакта, тем больше нарушена суверенность психологического пространства (отрицательная корреляция со шкалами «Суверенность вещей», «Суверенность терри-

тории»). При выраженном страхе и избегании контакта обнаруживается отрицательная корреляция с позитивным интересом отца («Отец, позитивный интерес») и положительная корреляция с враждебностью отца («Отец, враждебность»).

4. Враждебность и позитивный интерес отца проявляются в большинстве корреляций, при этом враждебность имеет положительную взаимосвязь с проявлением СФ, а позитивный интерес – отрицательную.

### **3.3. Особенности индивидуального развития, влияющие на личностные характеристики при социальной фобии**

Корреляционный анализ взаимосвязей со шкалами, отражающими проявления социальной фобии по опроснику М. Р. Лейбовича, позволил выделить некоторое количество переменных, которые имеют наибольшую взаимосвязь с проявлениями СФ. Часть этих переменных характеризует условия, в которых развивается индивид (Суверенность психологического пространства) и отношение родителей к ребенку – эти переменные в соответствии с социально психологической схемой СФ (см. рис. 3) можно отнести к факторам, влияющим на возникновение и развитие социальной фобии. Однако другая часть этих значимых переменных (идентичность, совладающее поведение, эмоциональный интеллект) относится к личностным характеристикам, возникающим в процессе развития индивида. Таким образом, целесообразно определить возможные взаимосвязи между этими личностными особенностями, характерными для СФ, и особенностями развития индивида.

В таблице 20 представлены обнаруженные взаимосвязи отношения отца и личностных особенностей, которые имеют значимые отличия при социальной фобии. Была выявлена взаимосвязь враждебности отца и переменных, описывающих идентичность (отрицательные взаимосвязи: «Количество положительных оценок»  $p < 0.005$ , «Самоотношение»  $p < 0.05$ , «Персональная иден-



тичность +»). Непоследовательность отца положительно взаимосвязана с использованием конфронтации как копинг-стратегии ( $p < 0.05$ ).

Таблица 20

Взаимосвязи отношения отца и личностных особенностей при СФ,  
корреляции по методу Спирмена

Опросник	Шкала	Корр.
<i>Отец, враждебность</i>		
ОСВ	Кол-во положительных оценок	<b>-.413**</b>
ОСО	Самоотношение	-.29
ОСВ	Персональная идентичность +	-.335
<i>Отец, непоследовательность</i>		
ССП	Конфронтация	.316

.276 – корреляции на уровне значимости  $p < 0.05$

**.39\*\*** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.005$

В таблице 21 представлены обнаруженные взаимосвязи суверенности психологического пространства и личностных особенностей, которые имеют значимые отличия при социальной фобии. Была выявлена положительная взаимосвязь суверенности личного пространства (суверенность территории) и переменной, описывающей развитие эмоционального интеллекта в области управления эмоциями, а также с переменной относящейся к идентичности («Управление своими эмоциями»  $p < 0.005$ , «Самоотношение»  $p < 0.05$ ). Суверенность личных вещей положительно взаимосвязана в наибольшей степени с характеристиками идентичности – позитивным самовосприятием, а также с особенностями эмоционального интеллекта («Количество положительных оценок»  $p < 0.005$ , «Самоотношение»  $p < 0.05$ , «Самоуважение»  $p < 0.05$ , «Управление своими эмоциями»  $p < 0.05$ ). Общая суверенность психологического пространства положительно взаимосвязана в большей степени со способностью к управлению эмоциями, а также с характеристикой идентичности, описывающей отношение к себе («Управление своими эмоциями»  $p < 0.005$ , «Самоотношение»  $p < 0.01$ ). Суверенность физического тела также положительно взаимосвязана со способностью к управлению эмоциями («Управление своими эмоциями»

$p < 0.05$ ), а суверенность привычек положительно взаимосвязана с уровнем отношения к себе («Самоотношение»  $p < 0.05$ )

Таблица 21

Взаимосвязи суверенности психологического пространства и личностных особенностей, корреляции по методу Спирмена

Опросник	Шкала	Корр.
<b><i>Суверенность территории</i></b>		
ЭМИн	Управление своими эмоциями	<b>.473<sup>**</sup></b>
ОСО	Самоотношение	.291
<b><i>Суверенность вещей</i></b>		
ОСВ	Количество положительных оценок	<b>.405<sup>**</sup></b>
ОСО	Самоотношение	.306
ОСО	Самоуважение	<b>.303</b>
ЭМИн	Управление своими эмоциями	.287
<b><i>Суверенность псих. пространства</i></b>		
ЭМИн	Управление своими эмоциями	<b>.402<sup>**</sup></b>
ОСО	Самоотношение	<b>.37<sup>*</sup></b>
<b><i>Суверенность физического тела</i></b>		
ЭМИн	Управление своими эмоциями	.312
<b><i>Суверенность привычек</i></b>		
ОСО	Самоотношение	.282

.276 – корреляции на уровне значимости  $p < 0.05$

**.359<sup>\*</sup>** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.01$

**.39<sup>\*\*</sup>** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.005$

Исходя из гипотезы о влиянии семьи как первичной социальной группы на формирование и развитие социальной фобии, а также предложенной социально-психологической модели СФ (см. рис. 3), можно обобщить взаимосвязи проявлений социальной фобии, личные особенности индивида и особенности среды, в которой происходило развитие индивида. Полученное обобщение включает следующие предполагаемые факторы развития индивида:

– Суверенность психологического пространства: «Суверенность территории», «Суверенность вещей», «Суверенность привычек», «Суверенность физического тела».

– Отношение родителей к ребенку: «Отец, враждебность», «Отец, позитивный интерес», «Отец, непоследовательность», «Мать, враждебность», «Мать, непоследовательность».

Следует отметить, что суверенность психологического пространства обеспечивается, прежде всего, родителями. Проанализировав взаимосвязи между характеристиками психологического пространства и особенностями восприятия родителей подростком можно составить представление о характерных взаимодействиях в семье респондентов с проявлениями СФ.

В таблице 22 представлены результаты анализа особенностей отношения родителей к ребенку и суверенности психологического пространства ребенка по методике корреляционных отношений Пирсона.

Таблица 22

Взаимосвязь отношения родителей к ребенку и суверенности психологического пространства. Корреляционные отношения Пирсона

Шкалы опросника «Подростки о родителях»	Шкалы суверенности психологического пространства						
	СПП	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Отец, позитивный интерес	.85/.53	<b>.49/.68</b>	.83/.67	.66/.58	.58/.51	.6/.44	.69/.5
Отец, директивность	.82/.58	<b>.58/.66</b>	.78/.58	.75/.54	<b>.59/.78</b>	<b>.52/.53</b>	<b>.53/.66</b>
Отец, враждебность	.89/.8	<b>.61/.64</b>	.84/.78	.8/.8	<b>.55/.68</b>	<b>.59/.68</b>	.84/.72
Отец, автономность	.80/.79	<b>.5/.67</b>	.83/.79	<b>.67/.71</b>	<b>.49/.74</b>	<b>.45/.71</b>	<b>.67/.85</b>
Отец, непосл.	.84/.72	<b>.61/.7</b>	.66/.6	<b>.66/.68</b>	<b>.64/.7</b>	<b>.5/.75</b>	.76/.65
Мать, позитивный интерес	<b>.77/.84</b>	<b>.44/.7</b>	<b>.7/.76</b>	<b>.69/.8</b>	<b>.46/.7</b>	<b>.64/.86</b>	<b>.72/.92</b>
Мать, директивность	.87/.73	.67/.6	<b>.65/.78</b>	.67/.67	<b>.69/.77</b>	<b>.69/.74</b>	<b>.7/.77</b>
Мать, враждебность	.83/.58	.65/.63	.71/.67	.69/.61	.57/.45	<b>.62/.64</b>	.64/.64
Мать, автономность	<b>.8/.82</b>	<b>.57/.58</b>	<b>.54/.7</b>	<b>.52/.74</b>	<b>.5/.71</b>	<b>.74/.77</b>	.88/.85
Мать, непосл.	.79/.57	.68/.67	.63/.62	.72/.58	.7/.49	.72/.51	.81/.58

*Примечание:* уровень значимости  $p < 0.01$ ; выделено влияние суверенности психологического пространства на отношение родителей к ребенку. СПП – суверенность психологического пространства; СФТ – суверенность физического тела; СТ – суверенность территории; СВ – суверенность вещей; СП – суверенность привычек; СС – суверенность социальных связей; СЦ – суверенность ценностей.

В целом, отношение родителей оказывает влияние на суверенность психологического пространства, за исключением позитивного интереса и автономности матери, однако отдельные особенности суверенности психологического пространства имеют влияние на отношение родителей к ребенку.

Также определено, что непоследовательность матери оказывает влияние на все характеристики суверенности психологического пространства, а позитивный интерес матери наоборот, находится под влиянием характеристик суверенности психологического пространства ребенка. Также значимое влияние на большинство характеристик суверенности оказывает позитивный интерес отца и враждебность матери.

Исследуя линейные взаимосвязи отношения родителей к ребенку и суверенности психологического пространства, можно дополнительно определить направление этих взаимосвязей, что вместе с результатами корреляционных отношений позволяет получить более полное представление об исследуемых феноменах.

В таблице 23 представлены взаимосвязи между шкалами опросника суверенного психологического пространства (СПП) и опросника «Подростки о родителях» (ПОР). Наблюдаются значимые отрицательные корреляции по шкале «Отец, враждебность» с общей шкалой СПП со значимостью  $p < 0.005$ , шкалой «Суверенность вещей» ( $p < 0.01$ ) и шкалой «Суверенность территории» ( $p < 0.05$ ). Шкала «Отец, позитивный интерес» положительно взаимосвязана со шкалой «Суверенность вещей» ( $p < 0.05$ ). Шкала «Отец, директивность» отрицательно взаимосвязана со шкалой «Суверенность привычек» ( $p < 0.01$ ).

Шкала «Отец, непоследовательность» отрицательно взаимосвязана со шкалой «Суверенность привычек» ( $p < 0.05$ ). Шкала «Мать, директивность» отрицательно взаимосвязана с общей шкалой СПП ( $p < 0.005$ ), шкалой «Суверенность привычек» ( $p < 0.005$ ), шкалой «Суверенность социальных связей» ( $p < 0.005$ ) и шкалой «Суверенность ценностей» ( $p < 0.05$ ). Шкала «Мать, враждебность» отрицательно взаимосвязана со шкалой «Суверенность связей»

( $p < 0.05$ ) и «Суверенность территории» ( $p < 0.05$ ). Шкала «Мать, автономность» положительно взаимосвязана с общей шкалой СПП ( $p < 0.005$ ), шкалой «Суверенность социальных связей» ( $p < 0.05$ ) и шкалой «Суверенность ценностей» ( $p < 0.005$ ).

Таблица 23

Взаимосвязь отношения родителей к ребенку (ПОР) и суверенности психологического пространства (СПП). Корреляции по методу Спирмена

Шкалы опросника «Подростки о родителях»	Шкалы суверенности психологического пространства						
	СПП	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Отец, позитивный интерес	.136	.051	-.007	<b>.35</b>	-.106	.024	.172
Отец, директивность	-.274	.026	-.138	-.203	<b>-.386*</b>	-.191	-.236
Отец, враждебность	<b>-.411**</b>	-.172	<b>-.3</b>	<b>-.389*</b>	-.257	-.27	<b>-.278</b>
Отец, автономность	.034	-.094	-.055	.122	.041	-.051	.072
Отец, непосл.	-.231	-.216	-.171	-.075	<b>-.301</b>	-.196	-.056
Мать, позитивный интерес	.102	-.096	.153	.101	-.167	.073	.236
Мать, директивность	<b>-.391**</b>	-.17	-.274	-.059	<b>-.469**</b>	<b>-.48**</b>	<b>-.34</b>
Мать, враждебность	-.256	-.087	<b>-.282</b>	-.091	-.175	<b>-.326</b>	-.184
Мать, автономность	<b>.404**</b>	.17	.189	.198	.24	<b>.299</b>	<b>.511**</b>
Мать, непосл.	-.104	-.216	-.012	-.12	-.108	-.042	.064

**.276** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.05$

**.359\*** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.01$

**.39\*\*** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.005$

*Условные обозначения:* СПП – суверенность психологического пространства; СФТ – суверенность физического тела; СТ – суверенность территории; СВ – суверенность вещей; СП – суверенность привычек; СС – суверенность социальных связей; СЦ – суверенность ценностей.

*Выводы по особенностям индивидуального развития, влияющим на личностные характеристики при симптомах социальной фобии:*

1. Враждебность отца отрицательно взаимосвязана с положительным самовосприятием («Количество положительных оценок», «Самоотношение»,

«Персональная идентичность +»), а непоследовательность – положительно взаимосвязана с использованием конфронтации как копинг-стратегии.

2. Суверенность психологического пространства в целом и отдельных его характеристик положительно взаимосвязана с позитивным самовосприятием («Самоотношение», «Самоуважение», «Кол-во положительных оценок») и положительно взаимосвязана со способностью управлять своими эмоциями.

3. Определено, что враждебность отца и директивность матери имеют отрицательное влияние на суверенность психологического пространства в целом и отдельных его характеристик.

### **3.4. Взаимосвязь самовосприятия и самоотношения с совладающим поведением и эмоциональным интеллектом**

Исследуя взаимосвязи особенностей индивидуального развития, влияющие на личностные характеристики при социальной фобии так же необходимо обратить внимание на влияние таких личностных особенностей на социальное взаимодействие. Личностные особенности при социальной фобии могут отражаться на выборе копинг стратегий в стрессовых социальных ситуациях а так же отражаться на использовании эмоционального интеллекта как инструмента распознавания контекста таких ситуаций.

В таблице 24 представлены взаимосвязи между шкалами опросника самовосприятия (ОСВ), самоотношения (ОСО) и особенностями совладающего поведения (ССП).

Шкала «Конфронтация» ССП положительно коррелирует со шкалами «Субъективное описание физических данных+» ОСВ, «Фактическое описание физических данных+» ОСВ, «Деятельность, интересы», «Персональная идентичность+» ОСВ, «Количество ответов+» ОСВ со значимостью  $p < 0.05$ ; отрицательно коррелирует со шкалой «Профессиональная позиция–» ОСВ ( $p < 0.05$ ).

Шкала «Дистанцирование» ССП отрицательно коррелирует со шкалой «Ожидаемое отношение» ОСО ( $p < 0.005$ ); положительно коррелирует со шка-

лами «Фактическое описание физических данных+» ОСВ ( $p<0.05$ ), «Дружеские связи+» ОСВ ( $p<0.05$ ).

Шкала «Самоконтроль» ССП положительно коррелирует со шкалами «Деятельность, интересы» ОСВ ( $p<0.005$ ), «Персональная идентичность±» ОСВ ( $p<0.005$ ), «Ожидаемое отношение» ОСО ( $p<0.05$ ); отрицательно коррелирует со шкалой «Профессиональная позиция→» ОСВ ( $p<0.05$ ).

Шкала «Поиск социальной поддержки» ССП положительно коррелирует со шкалами «Семейная роль+» ОСВ ( $p<0.01$ ), «Профессиональная позиция+» ОСВ ( $p<0.05$ ), «Количество ответов+» ( $p<0.05$ ) и отрицательно коррелирует со шкалами «Обозначение пола±» ( $p<0.05$ ), «Профессиональная позиция→» ОСВ ( $p<0.05$ ).

Шкала «Принятие ответственности» ССП положительно коррелирует со шкалами «Обозначение пола+» ОСВ ( $p<0.01$ ), «Общие количество ответов о себе» ОСВ ( $p<0.05$ ).

Шкала «Бегство-избегание» ССП отрицательно коррелирует со шкалами «Самоуважение» ОСО ( $p<0.01$ ), «Ожидаемое отношение» ОСО ( $p<0.05$ ), положительно коррелирует со шкалами «Обозначение пола±» ОСВ ( $p<0.05$ ) «Профессиональная позиция→» ОСВ ( $p<0.05$ ),

Шкала «Планирование решения» ССП положительно коррелирует со значимостью  $p<0.005$  со шкалами «Фактическое описание физических данных+» ОСВ, «Субъективное описание физических данных+» ОСВ, «Общие количество ответов о себе» ОСВ, «Самоотношение» ОСО; со шкалами «Профессиональная позиция+» ОСВ, «Деятельность, интересы» ОСВ, «Количество ответов+» ОСВ, «Самоуважение» ОСО, «Ожидаемое отношение» ОСО со значимостью  $p<0.05$ .

Шкала «Положительная переоценка» ССП положительно коррелирует со шкалами «Общие количество ответов о себе» ОСВ ( $p<0.005$ ), «Деятельность, интересы» ОСВ ( $p<0.01$ ), «Количество ответов+» ОСВ ( $p<0.01$ ), «Самоинтерес» ОСО ( $p<0.01$ ), «Профессиональная позиция+» ОСВ ( $p<0.05$ ), «Семейная

роль+» ОСВ ( $p<0.05$ ), «Фактическое описание физических данных+» ОСВ ( $p<0.05$ ), «Самоотношение» ОСО ( $p<0.05$ ), «Самоинтерес» ОСО ( $p<0.05$ ); отрицательно коррелирует со школой «Количество ответов–» ОСВ ( $p<0.05$ ).

Таблица 24

Взаимосвязь самовосприятия (ОСВ) и самоотношения (ОСО) с особенностями совладающего поведения (СПП). Корреляции по методу Спирмена

	Конфронтация	Дистанцирование	Самоконтроль	Поиск социальной поддержки	Принятие ответственности	Бегство-избегание	Планирование решения	Положительная переоценка
Обозначение пола +	-.033	.027	.115	.151	<b>.366*</b>	.221	.027	.196
Обозначение пола ±	-.129	.034	-.268	<b>-.277</b>	-.182	<b>.351</b>	.01	-.054
Проф. позиция +	.274	.177	-.072	<b>.335</b>	.048	.16	<b>.317</b>	<b>.325</b>
Проф. позиция –	<b>-.297</b>	-.015	<b>-.288</b>	<b>-.291</b>	-.153	<b>.311</b>	-.202	-.187
Семейная роль +	.147	-.076	.187	<b>.37*</b>	.15	.119	.215	<b>.313</b>
Дружеские связи +	.152	<b>.297</b>	.165	.184	.044	.19	.19	.244
Субъект. описание физ. +	<b>.361</b>	.215	.027	.122	.047	.168	<b>.42**</b>	.26
Факт. описание физ. +	<b>.329</b>	<b>.328</b>	.064	.11	.14	.185	<b>.43**</b>	<b>.296</b>
Деятельность, интересы	<b>.316</b>	-.08	<b>.457**</b>	.021	.182	.066	<b>.344</b>	<b>.379*</b>
Персональная идент. +	<b>.335</b>	-.028	.219	.073	.024	.11	<b>.279</b>	.181
Персональная идент. ±	.008	-.001	<b>.413**</b>	-.067	.234	.028	.139	.169
Общее кол-во ответов	<b>.311</b>	.217	<b>.31</b>	.154	<b>.311</b>	.199	<b>.483**</b>	<b>.492**</b>
Кол-во ответов +	<b>.352</b>	-.074	.239	<b>.319</b>	.088	.161	<b>.32</b>	<b>.372*</b>
Кол-во ответов –	-.275	.001	-.26	-.245	-.174	-.101	-.27	<b>-.282</b>
Самоотношение	.186	-.115	.183	.071	-.079	-.208	<b>.392**</b>	<b>.344</b>
Самоуважение	.086	-.177	.175	-.038	-.116	<b>-.366*</b>	<b>.278</b>	<b>.349</b>
Ожидаемое отношение	.085	<b>-.4**</b>	<b>.279</b>	.137	-.081	<b>-.319</b>	<b>.303</b>	.243
Самоинтерес	.158	-.159	.119	-.002	.059	-.161	<b>.283</b>	<b>.386*</b>

**.276** – корреляции на уровне значимости  $p<0.05$

**.359\*** – корреляции на уровне значимости  $p<0.01$

**.39\*\*** – корреляции на уровне значимости  $p<0.005$



В таблице 25 представлены взаимосвязи между шкалами опросника самовосприятия (ОСВ), самооотношения (ОСО) и особенностями эмоционального интеллекта (ЭМИн). Шкала «Управление своими эмоциями» положительно коррелирует со шкалами «Субъективное описание физических данных+» ОСВ, «Фактическое описание физических данных+» ОСВ, «Количество ответов+» ОСВ со значимостью  $p < 0.005$ ; со шкалами «Семейная роль+» ОСВ, «Дружеские связи+» ОСВ, «Самоотношение» ОСО со значимостью  $p < 0.05$ ; отрицательно коррелирует со шкалой «Количество ответов–» ОСВ со значимостью  $p < 0.05$ .

Таблица 25

Взаимосвязь самовосприятия (ОСВ) и самооотношения (ОСО) с особенностями эмоционального интеллекта (ЭМИн). Корреляции по методу Спирмена

	Понимание чужих эмоций	Управление чужими эмоциями	Понимание своих эмоций	Управление своими эмоциями
Обозначение пола ±	.251	<b>-.338</b>	.127	-.163
Семейная роль +	.076	.064	-.169	<b>.313</b>
Дружеские связи +	-.035	.14	<b>.314</b>	<b>.297</b>
Субъект. описание физ. +	.256	.232	-.004	<b>.525**</b>
Факт. описание физ. +	<b>.31</b>	.264	-.115	<b>.412**</b>
Персональная идент. ±	-.087	.048	<b>-.286</b>	-.161
Кол-во ответов +	.015	.161	-.15	<b>.429**</b>
Кол-во ответов –	.053	-.212	.22	<b>-.335</b>
Самоотношение	.236	<b>.319</b>	.118	<b>.28</b>
Самоуважение	.248	<b>.301</b>	.026	.219
Самоинтерес	<b>.33</b>	.269	-.078	.122

**.276** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.05$

**.39\*\*** – корреляции на уровне значимости  $p < 0.005$

Шкала «Понимание своих эмоций» положительно коррелирует со шкалой «Дружеские связи+» ОСВ ( $p < 0.05$ ); отрицательно коррелирует со шкалой «Пер-

сональная идентичность±» ОСВ ( $p < 0.05$ ). Шкала «Управление чужими эмоциями» положительно коррелирует со значимостью  $p < 0.05$  со шкалами «Обозначение пола±» ОСВ, «Самоотношение» ОСО, «Самоуважение» ОСО. Шкала «Понимание чужих эмоций» положительно коррелирует со значимостью  $p < 0.05$  со шкалами «Фактическое описание физических данных+» ОСВ, «Самоотношение» ОСО.

*Выводы по особенностям взаимосвязи самовосприятия и самоотношения с совладающим поведением и эмоциональным интеллектом:*

1. Копинг-стратегия «Планирование решение проблемы» положительно взаимосвязана с позитивным восприятием собственных физических данных («Субъективное описание физических данных+», «Фактическое описание физических данных+») и общим количеством ответов в описании себя.

2. Копинг-стратегия «Бегство-избегание» имеет отрицательную взаимосвязь со шкалами «Самоуважение» и «Ожидаемое отношение» и положительную взаимосвязь со шкалами «Обозначение пола±» и «Профессиональная позиция–».

3. Определено, что «Управление своими эмоциями» положительно взаимосвязано с позитивным восприятием собственных физических данных («Субъективное описание физических данных+», «Фактическое описание физических данных+») и количеством положительных ответов в описании себя.

4. Определено, что «Управление чужими эмоциями» положительно взаимосвязано со шкалами «Самоуважение» и «Самоотношение» а так же отрицательно взаимосвязано с «Обозначение пола±».

### **3.5. Обсуждение результатов исследования**

Сравнительный анализ основной и контрольной групп по уровню выраженности социальной фобии (см. таблицу 3) показал, что выборки сформированы с достаточной значимостью различий для дальнейшего исследования. При

этом обнаружено, что в основной группе у мужчин и женщин проявления симптомов социальной сходны, что позволяет делать соответствующие обобщения и рассматривать социальную фобию как неспецифический феномен в контексте пола.

*Анализ отношений к ребенку и проявлений социальной фобии* показал, что значимыми отличиями отношения родителей к ребенку являются «позитивный интерес» и «враждебность», при этом в группе СФ позитивный интерес к ребенку со стороны обоих родителей снижен, а враждебность по отношению к ребенку повышена (см. рис. 5, таблицу 4). В количественном значении отношения родителей к ребенку при СФ характеризуются примерно в 2 раза более высокой враждебностью и сниженным примерно в 3 раза позитивным интересом.

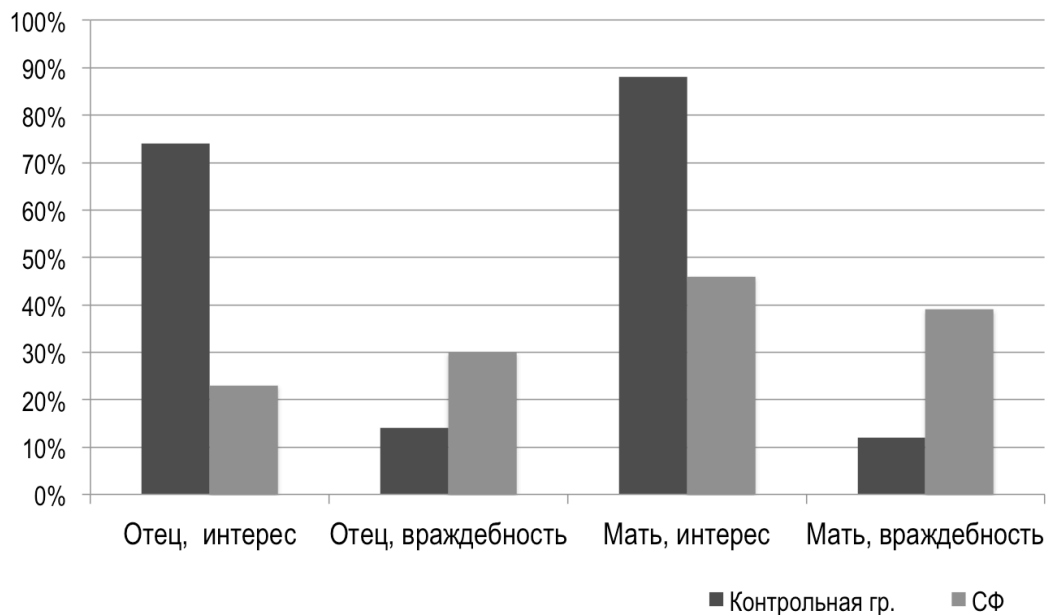


Рисунок 5. Отношение родителей к ребенку для респондентов СФ и контрольной группы

Таким образом, в соответствии с социально-психологической схемой СФ (см. рис. 3) обнаружено, что один из предполагаемых факторов развития при СФ имеет значимые отличия от контрольной группы. Можно предположить некоторый образ семьи, характерный для формирования социальной фобии. Такая семья отличается враждебностью и сниженным позитивным интересом по от-

ношению к ребенку со стороны родителей. При этом отношение матери в большей степени характеризуется враждебностью, а отца – сниженным интересом.

При анализе отношения родителей к ребенку (см. таблицу 11) и проявлений социальной фобии было обнаружено, что отношение родителей оказывает влияние на общий уровень СФ, однако отдельные проявления СФ оказывают влияние на особенности отношения родителей к ребенку.

Обнаружено, что страх контакта у ребенка оказывает влияние на враждебность, непоследовательность, на позитивный интерес отца, позитивный интерес и автономность матери. При этом обнаружена положительная корреляция с враждебностью, непоследовательностью и отрицательная корреляция с позитивным интересом отца (см. рис. 6, таблицу 12).

Вероятно, такое сочетание характерно для ситуаций, когда отец находится в замешательстве от поведения своего ребенка, недостаточно терпелив и раздражен и не знает как себя вести с ребенком. У матери страх контакта ребенка вызывает снижение позитивного интереса и безразличие.

Обнаружено, что враждебность отца, непоследовательность и враждебность матери оказывают влияние на избегание контакта и имеют с ним положительную взаимосвязь. При этом избегание контакта отрицательно влияет на позитивный интерес отца. Можно предположить, что родители не склонны к активному позитивному установлению контакта с ребенком.

На страх действия у ребенка оказывают влияние отношения родителей, однако характер влияния не удалось установить с достаточной степенью значимости. Можно предположить, что такое влияние родителей непоследовательно или противоречиво.

Избегание действия оказывает влияние на позитивный интерес отца, позитивный интерес матери, директивность матери и враждебность матери, однако характер влияния не удалось установить с достаточной степенью значимости, что предполагает либо нелинейный характер влияния, либо непоследова-

тельное отношение родителей. Можно предположить, что сам по себе ребенок не вызывает активного позитивного интереса у отца. Вероятно, что для матери социальные ситуации, в которых ребенок избегает действий, вызывают сочетание неприятия с активными действиями по руководству ребенком.

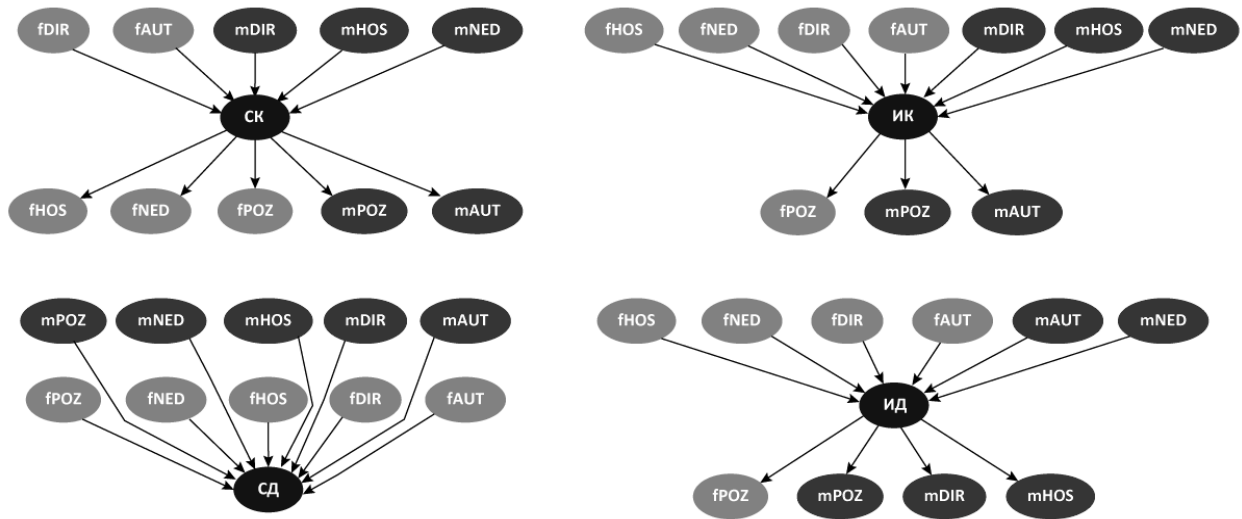


Рисунок 6. Взаимовлияние проявлений СФ и отношения родителей к ребенку

*Условные обозначения:* СД– страх действия; СК – страх контакта; ИД– избегание действия; ИК – избегание контакта; fNED– непоследовательность отца; fDIR– директивность отца; fPOZ– позитивный интерес отца; fHOS– враждебность отца; fAUT – автономность отца; mNED– непоследовательность матери; mDIR– директивность матери; mPOZ– позитивный интерес матери; mHOS– враждебность матери; mAUT– автономность матери;

На основе особенностей взаимовлияния отношений родителей на ребенка и проявлений социальной фобии можно утверждать, что поведение ребёнка в социальных ситуациях в значительной степени не соответствует ожиданиям родителей, и они реагируют на это деструктивным способом, что усиливает проявления СФ. При этом для отца характерна непоследовательность и враждебность как реакция на страх контакта и снижение позитивного интереса, в большинстве случаев проявления социальной фобии. Для матери характерна автономность и сочетание директивности с враждебностью. Автономность рассматривается как обезличенное отношение к ребенку, которое варьируется от нейтрального безразличия до принуждения, никак не сочетающегося с мнением

или состоянием ребенка. Можно утверждать, что реакция матери на проявления СФ у ребенка также не способствовала социальной адаптации.

Таким образом, отношение родителей можно рассматривать как фактор, способствующий возникновению социальной фобии.

Анализ особенности идентичности при социальной фобии показал (см. таблицу 5), прежде всего, сниженное количество положительных ответов в самоописании (в 1.5 раза) и повышенное количество негативных (в 2.4 раза). Это свидетельствует о том, что респонденты с СФ склонны к негативному самовосприятию в целом, вне зависимости от пола, но особенно это выражено у респондентов мужского пола. Такая выраженность негативного самовосприятия у мужчин может объясняться более высокими ожиданиями асертивного поведения от мужчины в социуме, что затруднительно реализовать при социальной фобии и, соответственно, больший акцент на отсутствии таких навыков и большее количество негативных оценок от других, что формирует и поддерживает негативное восприятие себя.

Рисунок 7 иллюстрирует относительные отличия основной и контрольной групп по выявленным статистически значимым параметрам. Как уже отмечалось выше, можно наблюдать, что позитивные характеристики самоописания встречаются у респондентов с СФ реже, а негативные более выражены.

Персональная идентичность (личностные качества, особенности характера, описание индивидуального стиля поведения, персональные характеристики, эмоциональное отношение к себе) при СФ значительно реже упоминается в позитивном ключе (в среднем в 2 раза) по сравнению с контрольной группой (2.8 раза для мужчин и 1.8 – для женщин). Такие различия в целом отражают тенденцию к негативному самовосприятию у респондентов с СФ, однако большая выраженность этой тенденции у мужчин может свидетельствовать, что социальная фобия у мужчин в большей степени связана с неприятием своих внутренних качеств, чем у женщин.

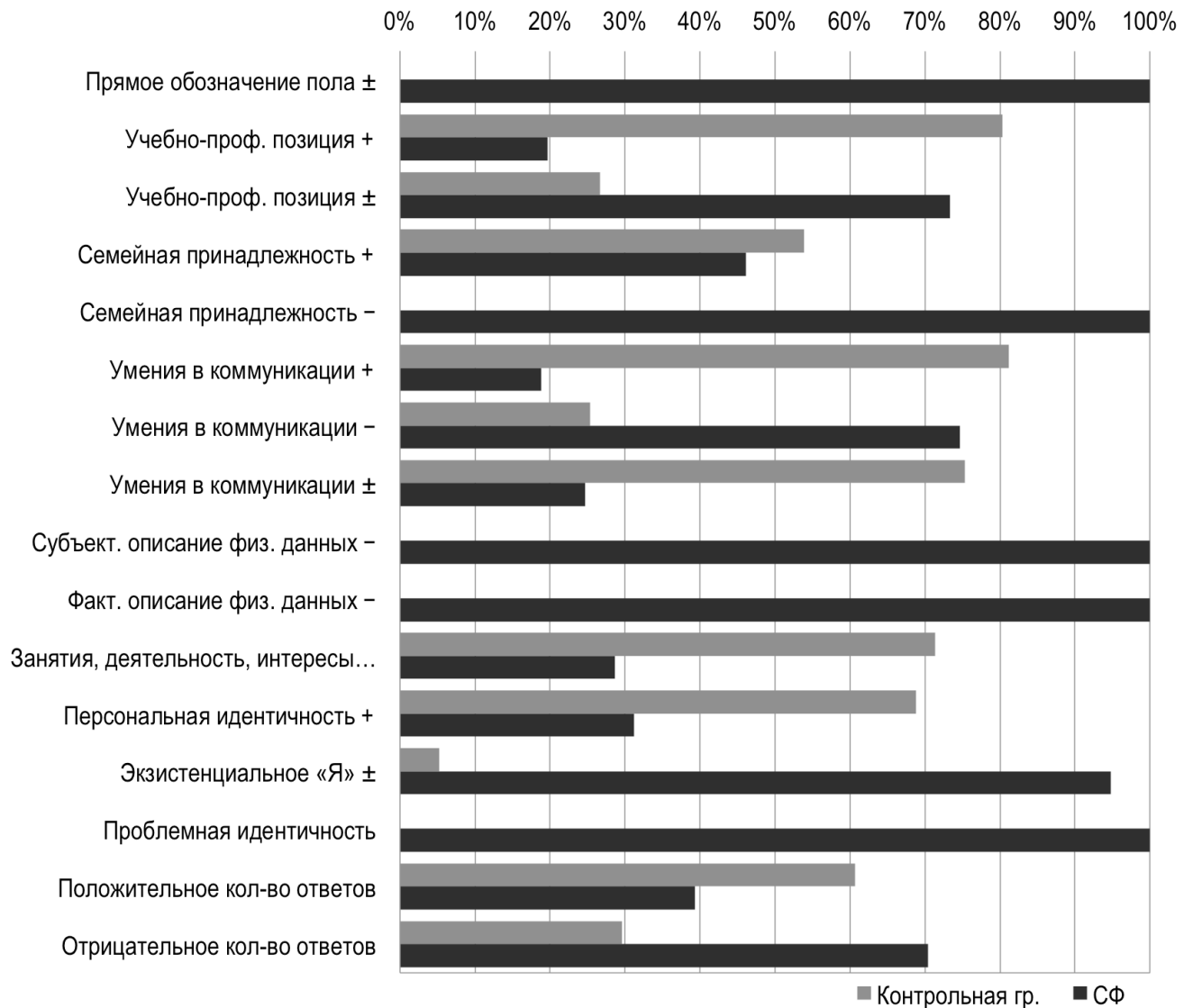


Рисунок 7. Относительные отличия самоописания группы СФ от контрольной по U-критерию Манна-Уитни

*Примечание:* значимость различий  $p < 0.01$  за исключением шкал «Семейная принадлежность» и «Умения в коммуникации»  $p < 0.05$

У респондентов с СФ частота упоминания о своем экзистенциальном компоненте идентичности (обезличенное описание себя через абстрактные понятия) с неоднозначным отношением к нему примерно в 19 раз выше, при этом это в большей степени характерно для женщин, что свидетельствует о несформированности зрелой идентичности.

На основе анализа упоминания о собственной учебной и профессиональной деятельности, можно предположить, что женщины с СФ склонны более остро переживать неудовольствие от своей учебно-профессиональной роли, а

мужчины, если и упоминают ее, то преимущественно с неопределенным, либо положительным отношением. Высокий уровень неопределенного отношения к учебно-профессиональной роли может указывать на несформированность предпочтений и, возможно, вынужденность при выборе направления учебы и деятельности.

Результаты сравнения основной и контрольной групп по навыкам общения и дружеским связям в целом соответствуют понятию социальная фобия.

Однако кроме количественных различий присутствуют и качественные. Прежде всего, это неопределенное отношение к своему биологическому полу, которое встречается только у респондентов с СФ. В большей степени оно выражено у мужчин. Отрицательное отношение к собственному полу выражено у женщин.

Качественными отличиями в самовосприятии является такое негативное восприятие своих физических данных, которое встречается только у респондентов с СФ, и преобладает у женщин. Особенно выражено негативное восприятие фактических физических данных – роста, цвета глаз, волос и других характеристик, которые биологически определены. Можно предположить, что негативное восприятие таких особенностей отражает неприятие своей телесности в целом.

Также у респондентов с СФ присутствует гиперболизированное негативное восприятие себя (Проблемная идентичность), выраженное в таких словах и фразах самоописания, как «ничтожество», «мерзость» и т. д. Можно предположить чрезвычайно нарушенное самовосприятие в данный момент, а также неадекватной обратной связи от родителей в детстве.

К другим качественным отличиям можно отнести негативное восприятие семейной принадлежности у респондентов с СФ, в особенности это выражено у женщин. Это может отражать неприятие собственной половой принадлежности и особенностей ролевого поведения в семье и социуме, которые с этим связаны. Для мужчин с СФ негативное восприятие семейной принадлежности менее вы-



ражено, однако снижено позитивное восприятие семейных ролей. В целом, такое восприятие семейных ролей и семейной принадлежности у мужчин и женщин с СФ может быть обусловлено собственным негативным опытом жизни в родительской семье.

В целом, по результатам анализа различий в самоописании респондентов с СФ и контрольной группы можно предположить, что идентичность при СФ формируется на фоне деструктивных событий или отношений к ребенку, и это не позволяет сформировать устойчивые позитивные представления о собственных качествах, развить адаптивные умения, а также сформировать социально адаптивные роли.

Особенности идентичности при социальной фобии отражены и в особенностях самоотношения, что выражается в значительно сниженном, по сравнению с контрольной группой, самоуважении и ожидаемом отношении от других (см. рисунок 8, таблицу 6).

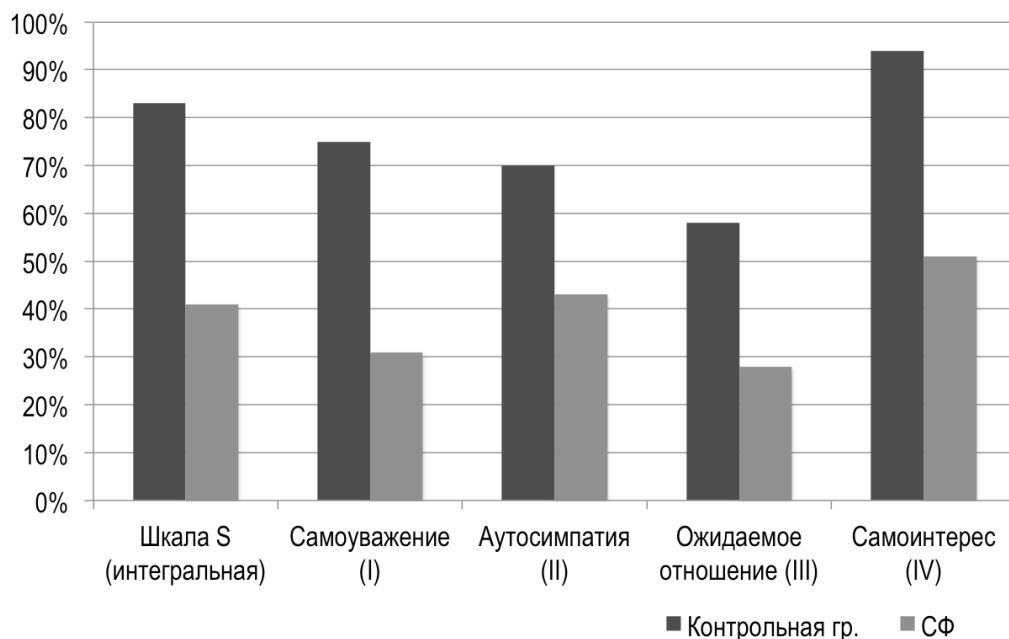


Рисунок 8. Самоотношение респондентов СФ и контрольной группы

Можно предположить, что при социальной фобии у индивида отношение к собственному «Я» имеет выраженную негативную окраску, также индивид не очень интересен для самого себя и не предполагает позитивного интере-

са со стороны других людей. Это дополняет предположения, выдвинутые на основе результатов анализа самоописания, однако важно отметить сниженное «ожидаемое отношение от других», которое иллюстрирует механизм переноса родительского отношения к ребенку в детстве (и отношения к самому себе в настоящее время) на отношение социума к индивиду с СФ.

Анализ особенностей психологического пространства при социальной фобии показал значимое снижение суверенности. Такое психологическое пространство автор методики С. К. Нартова-Бочавер характеризует как «депревированное» на границе с «нормальным». У индивидов с социальной фобией обнаружено снижение суверенности по сравнению с контрольной группой в среднем на 30%. Кроме общего нарушения суверенности психологического пространства можно отметить заметные нарушения суверенности физического тела и суверенности социальных связей.

Рисунок 9 иллюстрирует отличия основной и контрольной групп по параметрам суверенного психологического пространства (см. таблицу 7).

Нарушение суверенности физического тела подразумевает грубое отношение к ребенку, при этом важно не само обращение, а то, как это соотносится с контекстом и субъективно воспринимается. В целом можно предположить, что в большинстве случаев родители, либо игнорировали потребности ребенка, либо при болезненных манипуляциях не обеспечивали необходимой эмоциональной поддержки.

Нарушение суверенности социальных связей в общем случае говорит о том, что родители жестко ограничивали самостоятельный выбор ребенка в создании и поддержании социальных связей. Это ограничение сопровождается избыточной тревогой родителей по отношению к социуму и внушением страха ребенку как способа ограничить его контакты. Можно утверждать, что развитие социальной фобии проходит на фоне нарушения суверенности психологического пространства. При этом весьма вероятно, что нарушение суверенности физического тела и ограничение социальных связей через внушаемый страх к соци-

уму могут образовывать дезадаптивный конструкт, который может проявляться в виде панических атак и психосоматических симптомов.

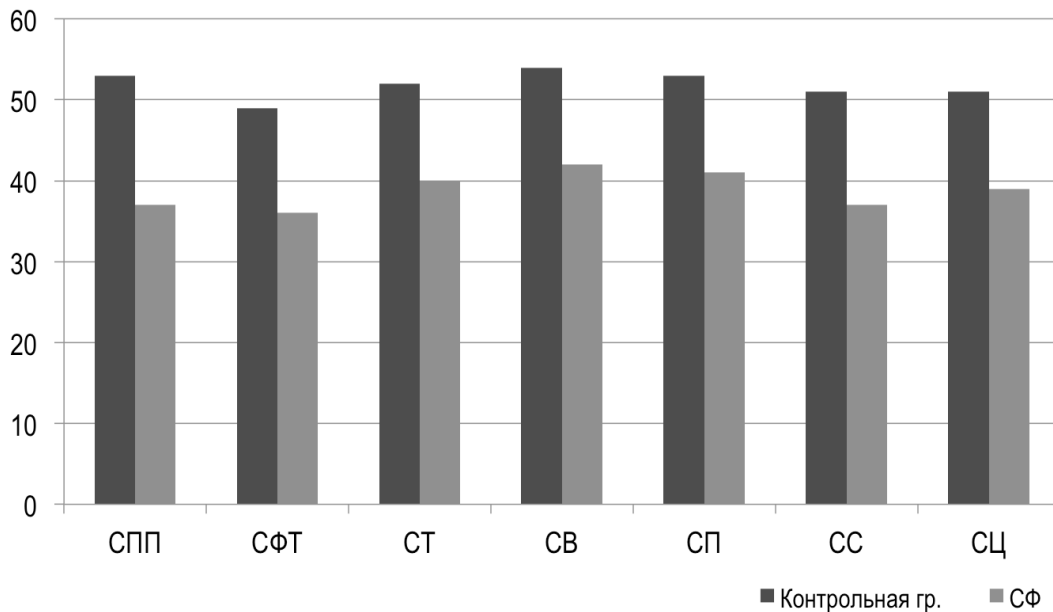


Рисунок 9. Суверенное психологическое пространство у респондентов СФ и контрольной группы, T-баллы

*Условные обозначения:* СПП – суверенность психологического пространства; СФТ – суверенность физического тела; СТ – суверенность территории; СВ – суверенность вещей; СП – суверенность привычек; СС – суверенность социальных связей; СЦ – суверенность ценностей

Значимые различия в основной и контрольных группах подтверждают предположение о том, что нарушение суверенности психологического пространства является одним из значимых факторов формирования социальной фобии, отраженным в предложенной социально психологической схеме СФ (см. рис. 3).

Использование копинг-стратегий при социальной фобии отличаются преобладанием следующих способов совладания (см. рис 10, таблица 8): «Бегство-избегание» (уход из стрессовой ситуации или избегание ситуаций в которых она может возникнуть), «Дистанцирование» (отстранение от происходящей стрессовой ситуации) и «Принятие ответственности» (приписывание себе вины,

не адекватной ситуации). Наиболее статистически значимым и независимым от пола респондентов является «Бегство-избегание».

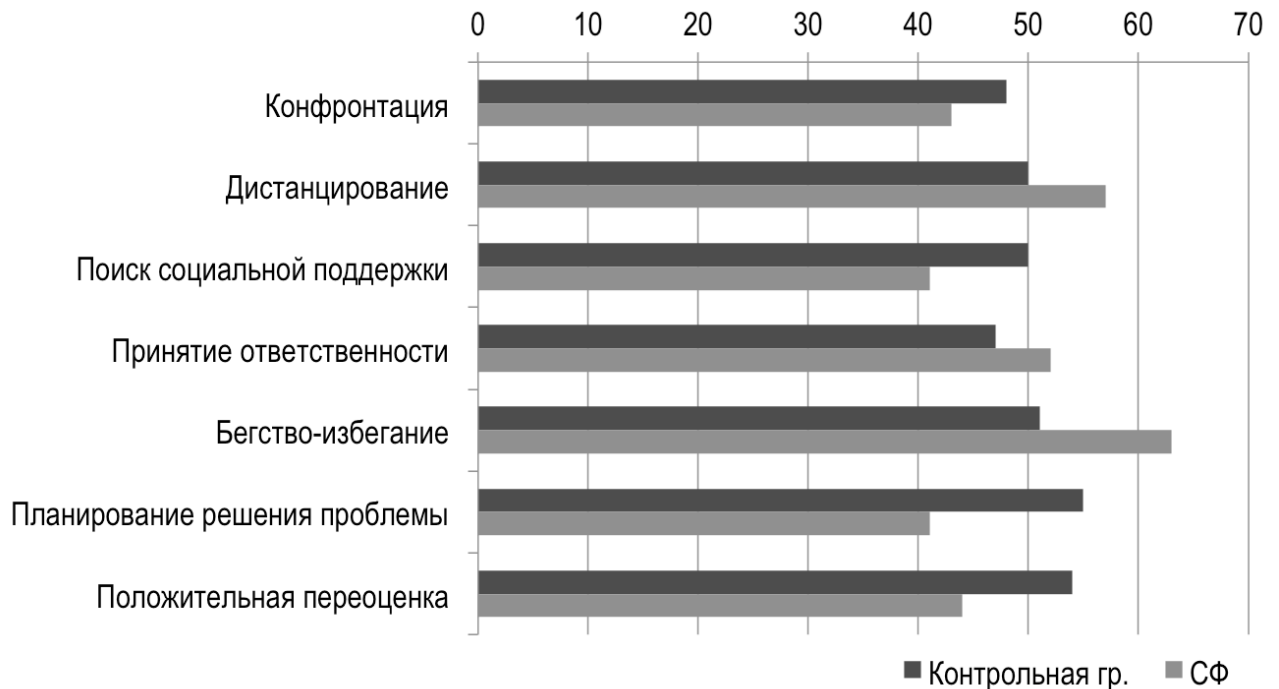


Рисунок 10. Способы совладающего поведения у респондентов с СФ и контрольной группы, Т-баллы

Для мужской выборки вторым значимым способом является «Дистанцирование» а для женской – «Принятие ответственности». Наиболее редко используемыми способами совладания являются «Планирование решения проблемы», «Положительная переоценка» и «Поиск социальной поддержки».

Таким образом, можно отметить, что все способы совладающего поведения, которые можно отнести к конструктивным и направленным на изменение ситуации, решение проблемы или отстаивание своих интересов, при социальной фобии используются значительно реже. Как следствие используются дезадаптивные паттерны совладающего поведения – уход от проблемной ситуации через дистанцирование для мужчин или через стыд/вину у женщин.

Следует отметить, что использование конфронтации в копинге предполагает умение обращаться с собственной агрессией и конструктивно ее приме-

нять, соизмеряя уровень ее предъявления с ситуацией. Можно отметить, что при социальной фобии навыки конструктивного обращения с агрессией недостаточно развиты. Можно предполагать значительный уровень пассивной агрессии при социальной фобии с самодеструктивными проявлениями в виде химических зависимостей. С другой стороны, дефицит конструктивного копинга, направленного на изменение внешнего мира, может говорить о некоторой выученной беспомощности, предположения о невозможности что-то самостоятельно изменить. Ориентация индивидов с СФ на психофармакологическую терапию (использование антидепрессантов и препаратов для снижения тревоги) объясняется их пассивной ролью при внешнем вмешательстве, избегании психотерапии, направленной на осознание и возвращение способности к самостоятельным изменениям (принятие ответственности).

На основе анализа взаимосвязи совладающего поведения с особенностями самовосприятия и самоотношения при СФ (см. таблицу 24) было обнаружено, что одна из ведущих копинг-стратегий при СФ «Дистанцирование» отрицательно взаимосвязана с ожидаемым отношением от других и положительно взаимосвязана с упоминанием дружеских связей и позитивным восприятием своих физических данных. Это может иллюстрировать такой феномен социальной фобии как склонность к компенсации через изменение своего тела (ринопластика, тату, присинг, похудание), фиксации на своих физических данных и образованию зависимых отношений при общем ожидании негативного отношения от других и использовании дистанцирования как совладания с этим переживанием.

Копинг-стратегия «Бегство избегание» отрицательно взаимосвязана с самоуважением и ожидаемым отношением других; положительно взаимосвязана с неопределенным отношением к собственному полу, отрицательным восприятием своей профессиональной позиции. Такая взаимосвязь характерна для СФ личностных особенностей может предполагать образование самоподдерживающегося паттерна когда возможное конструктивное взаимодействие избегается

из негативных ожиданий от этого взаимодействия и собственной неопределенной роли в этом взаимодействии.

Так же можно отметить что копинг-стратегия «Планирование решения проблемы» значимо взаимосвязана с положительным восприятием своих физических данных и уровнем самоотношения, упоминанием своих интересов и общим количестве ответов о себе в самоописании. Т.е. можно предположить что при СФ сниженная способность к планированию взаимосвязана с избыточно критикующим и враждебным отношением со стороны родителей которые сформировали у ребенка дефицит положительного отношения к самому себе и развитого самовосприятия.

Особенности развития эмоционального интеллекта при социальной фобии. Эмоциональный интеллект при СФ (см. рисунок 11, таблицу 9) в целом снижен. Наиболее ярко это выражается в снижении навыков управления эмоциями. Способность к пониманию эмоций также снижена. При этом способности, связанные с пониманием и управлением чужими эмоциями, развиты несколько хуже, чем собственные.

На основе анализа взаимосвязи эмоционального интеллекта с особенностями самовосприятия и самоотношения при СФ (см. таблицу 25) было обнаружено, что «Управление своими эмоциями» положительно взаимосвязано с позитивным восприятием собственных физических данных («Субъективное описание физических данных+»), «Фактическое описание физических данных+») и количеством положительных ответов в описании себя. Это может предполагать с одной стороны, что при социальной фобии способность к регулированию своих эмоций опирается на отношение к собственному телу, с другой стороны, учитывая значительный дефицит такого положительного самовосприятия можно утверждать о влиянии дисфункционального отношения со стороны родителей на формирование эмоционального интеллекта при СФ.

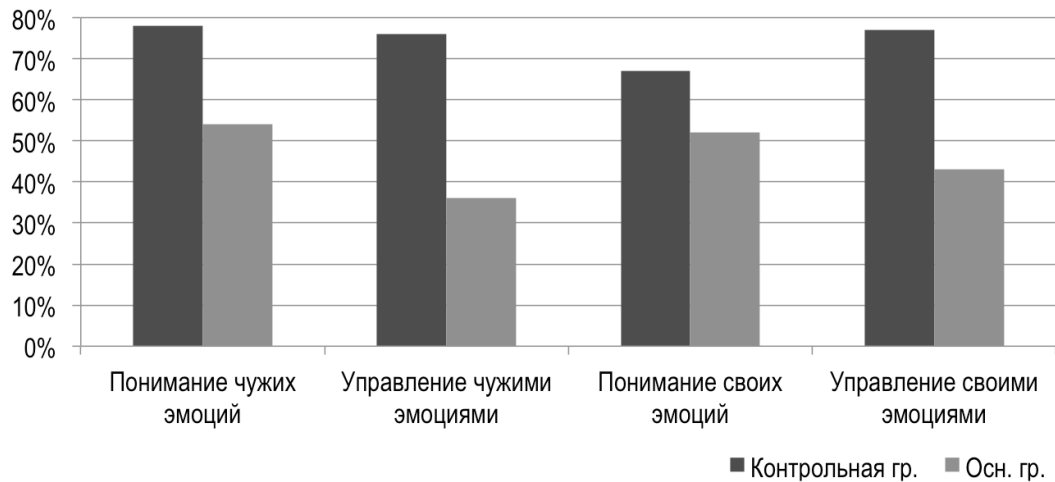


Рисунок 11. Особенности эмоционального интеллекта у респондентов с СФ и контрольной группе

Так применительно к управлению чужими эмоциями обнаружена положительная взаимосвязь со шкалами «Самоуважение» и «Самоотношение» и отрицательная с «Обозначение пола $\pm$ ». Можно отметить взаимосвязь неопределенного отношения к собственному полу и сниженной способностью к управлению эмоциональным контекстом взаимодействия в социальном контакте. Это предполагает что при СФ развитие эмоционального интеллекта осложняется достаточно «диффузным» состоянием идентичности.

Можно предположить, что первичное социальное окружение ребенка было непоследовательно в предъявлении своих эмоций, либо эти эмоции были не конгруэнтны ситуации, а также вероятно степень предъявления этих эмоций превышала способности восприятия ребенка. В целом можно сказать, что при СФ в детстве отсутствуют устойчивые эмоциональные связи, и это не позволяет сформировать устойчивую идентичность и развить способности к пониманию и управлению эмоциональной составляющей во взаимодействии с людьми.

Кроме анализа различий между основной и контрольной группами, представляет интерес различие между мужской и женской выборками (см. таблицу 10).

Исходя из ответов респондентов, можно отметить, что отношение родителей к респондентам с СФ практически не дифференцировано в зависимости от пола, при этом у контрольной группы наблюдаются значимые различия.

У контрольной группы также наблюдаются различия в самоописании, характерные для классических мужских и женских социальных ролей. У респондентов с СФ различия наблюдаются только в частоте упоминания интересов и увлечений (мужчины упоминают их чаще).

У респондентов с СФ суверенность психологического пространства у мужчин и женщин не имеет значимых различий, при этом в контрольной группе показатели суверенности у мужчин выше, что соответствует типовым половым различиям, указанным автором опросника.

У респондентов с СФ мужчины используют копинг-стратегию «Дистанцирование» чаще, чем женщины. При этом в контрольной группе эту стратегию чаще используют женщины, что соответствует преобладающим социально-культурным ролям. Таким образом, можно наблюдать некоторое искажение ролевого поведения в копинге у мужчин с СФ. Также можно отметить, что у респондентов с СФ наблюдаются различия в использовании копинга «Планирование решения проблемы» – у мужчин он используется чаще, чем у женщин (в контрольной группе различия незначительны).

В целом, сравнение различий мужской и женской выборок внутри основной и контрольной групп показало, что в группе СФ наблюдается меньшие различия между идентичностью мужчин и женщин. Можно предположить, что в детском и подростковом возрасте отношение родителей не поддерживало развитие специфических социальных ролей для каждого пола. Также можно предполагать, что при СФ идентификация с родителем своего пола была затруднена по тем или иным причинам.

Обработка результатов линейного корреляционного анализа личностных свойств, особенностей окружения и появлений социальной фобии (см. таблицу



13) позволила выделить наиболее значимые свойства и особенности, характерные для индивида с проявлениями социальной фобии.

Их можно разделить на особенности идентичности (самовосприятие ОСВ и самоотношение ОСО), модели поведения, навыки и умения (ССП, ЭМИн), взаимоотношения с отцом (ПОР) и свойства среды (суверенность психологического пространства СПП).

Можно предположить, что общий уровень СФ, прежде всего, связан с негативной личностной идентичностью. Нарушение суверенности вещей в детском возрасте можно отнести к значимым факторам формирования и развития социальной фобии (см. рисунок 3). Избегание конфронтации в копинге, с одной стороны, может являться следствием социальной фобии, а с другой – может служить фактором, способствующим развитию страха активного взаимодействия в социальных ситуациях. То есть избегание конфронтации в копинге при социальной фобии способствует ее поддержанию.

Низкое самоуважение, отрицательное отношение к себе, и сниженные ожидания от взаимодействия с другими людьми (ОСО) также могут рассматриваться как следствия и причины высокого уровня социальной фобии. Затруднения в управлении собственными эмоциями (ЭМИн) могут быть как следствием высокого уровня социальной фобии, так и способствовать ее развитию.

Следует отметить, что такое отношение отца как «враждебность» (положительная взаимосвязь с уровнем СФ) и «позитивный интерес» (отрицательная взаимосвязь с СФ) относятся к факторам, которые могут способствовать возникновению и развитию социальной фобии.

Наиболее выраженные отрицательные взаимосвязи проявлений социальной фобии (см. рисунок 12) обнаружены с положительным самовосприятием (положительная персональная идентичность, количество положительных оценок себя, самоотношением и самоуважением), суверенностью вещей и территории, использованием конфронтации и уровнем понимания своих и чужих

эмоций. Таким образом, подтвердились связи компонентов представленной социально-психологической схеме СФ (см. рис. 3).

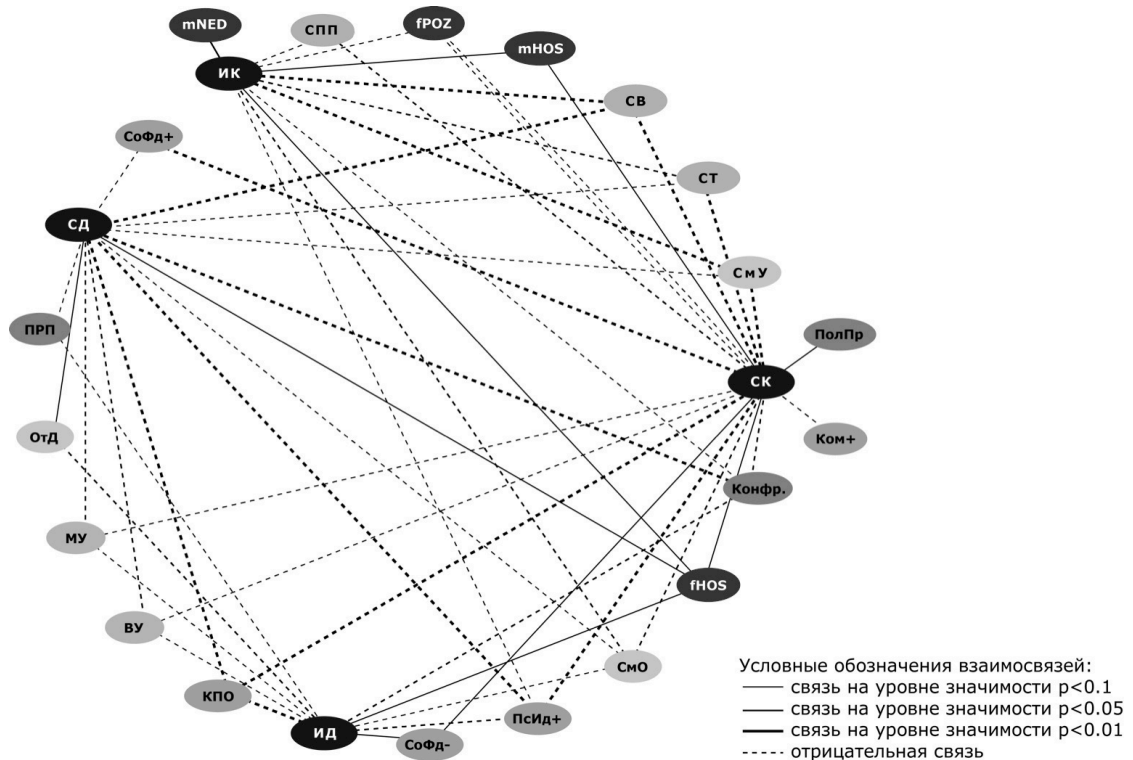


Рисунок 12. Основные взаимосвязи личностных особенностей, навыков и особенностей развития с проявлениями социальной фобии; корреляции по методу Спирмена

Условные обозначения: СД – страх действия; СК – страх контакта; ИД– избегание действия; ИК – избегание контакта; ПолПр – положительная переоценка; ПРП – поиск решения проблемы; Конфр. – конфронтация; Ком+ - положительные навыки коммуникации; ПсИд+ - положительная персональная самоидентичность; КПО – количество положительных оценок себя; СоФд+ положительная оценка физических данных; СоФд- отрицательная оценка физических данных; МУ, ВУ – управление чужими и собственными эмоциями; ОтД – ожидаемое отношение других, Смо – самоотношение, СмУ – самоуважение, СПП – суверенность психологического пространства, СТ – суверенность территории, СВ – суверенность вещей; mHOS– враждебность матери; mNED – непоследовательность матери; fHOS – враждебность отца; fPOZ – позитивный интерес отца.

Можно отметить отрицательную корреляцию шкалы «Конфронтация» со всеми шкалами опросника СФ, это может свидетельствовать о подавлении естественной агрессии и неумении ее конструктивно использовать в социальных ситуациях.

Также можно предположить, что для успешного контактирования с людьми важны положительное самоотношение, уверенность в собственных умениях коммуникации и способности к деятельности. При этом, выраженными факторами формирования способности к коммуникации предположительно являются суверенность вещей, суверенность территории в детском возрасте и позитивное отношение со стороны родителей, прежде всего, позитивный интерес со стороны отца, отсутствие враждебности с его стороны, а также предсказуемость матери и отсутствие враждебности с ее стороны.

Таким образом, можно утверждать, что для успешной деятельности в социальном контакте при СФ наибольшее влияние оказывает недостаток положительной персональной идентичности и инструментальных навыков совладания в ситуациях стресса, а также способности собственного эмоционального регулирования и эмоционального регулирования других людей.

Анализ взаимосвязей личностных особенностей, характерных для СФ с особенностями развития индивида позволил определить наиболее значимые взаимосвязи (см. таблицы 20 и 21). На рисунке 13 представлены значимые взаимосвязи основных особенностей развития и его личностных характеристик связанных с социальной фобией.

Положительное самовосприятие индивида имеет множественные положительные взаимосвязи с суверенностью психологического пространства и отрицательные взаимосвязи с враждебностью отца. Исходя из концепции суверенного психологического пространства, можно предположить, что не только само нарушение СПП негативно сказывается на самоотношении индивида, но и враждебность отца имеет не только прямое влияние на самоотношение, но и на нарушение психологического пространства.

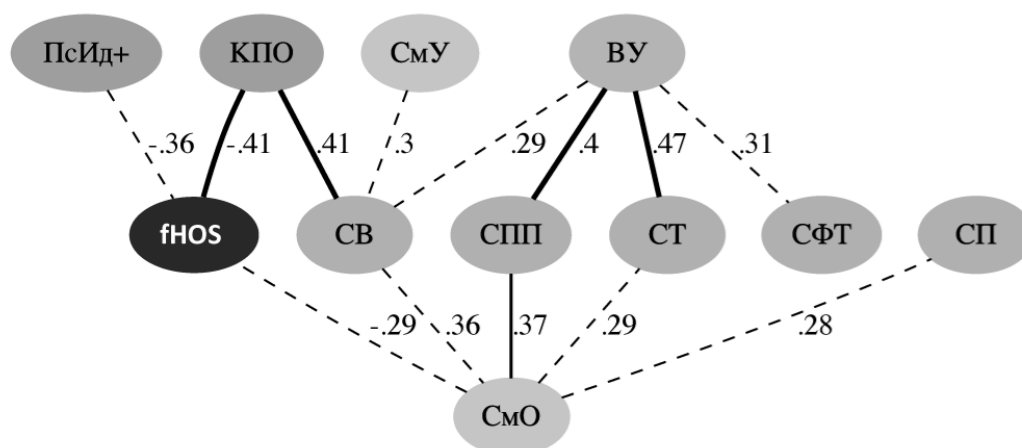


Рисунок 13. Основные взаимосвязи личностных особенностей с особенностями развития; корреляции по методу Спирмена

*Условные обозначения:* PsИд+ – положительная персональная самоидентичность; КПО – количество положительных оценок себя; ВУ – управление собственными эмоциями; СмО – самоотношение; СмУ – самоуважение; СПП – суверенность психологического пространства; СТ – суверенность территории; СВ – суверенность вещей; СП – суверенность привычек; СФТ – суверенность физического тела; fHOS – враждебность отца.

Навык управления своими эмоциями имеет положительные взаимосвязи с суверенностью территории, психологического пространства в целом, физического тела и вещей. Это отражает потребность ребенка в безопасном месте, убежище со знакомыми вещами, где можно успокоиться в случае сильных эмоциональных переживаний. Можно предположить, что при СФ эта потребность в значительной степени фрустрирована.

Следует отметить, что суверенность психологического пространства обеспечивается, прежде всего, родителями. Проанализировав взаимосвязи между характеристиками психологического пространства и особенностями восприятия родителей подростком, можно составить представление о характерных взаимодействиях в семье респондентов с проявлениями СФ.

Анализируя влияние особенностей отношения родителей к ребенку и суверенности психологического пространства ребенка, можно утверждать, что в целом отношение родителей оказывает влияние на суверенность психологиче-

ского пространства в целом, за исключением позитивного интереса и автономности матери. Однако отдельные особенности суверенности психологического пространства имеют влияние на отношение родителей к ребенку (см. рисунок 14, таблицы 22, 23).

Наибольшее отрицательное влияние оказывает враждебность отца, и это влияние выражено в большей степени на суверенность материальных объектов – вещей и территории, а также на общий показатель суверенности в целом.

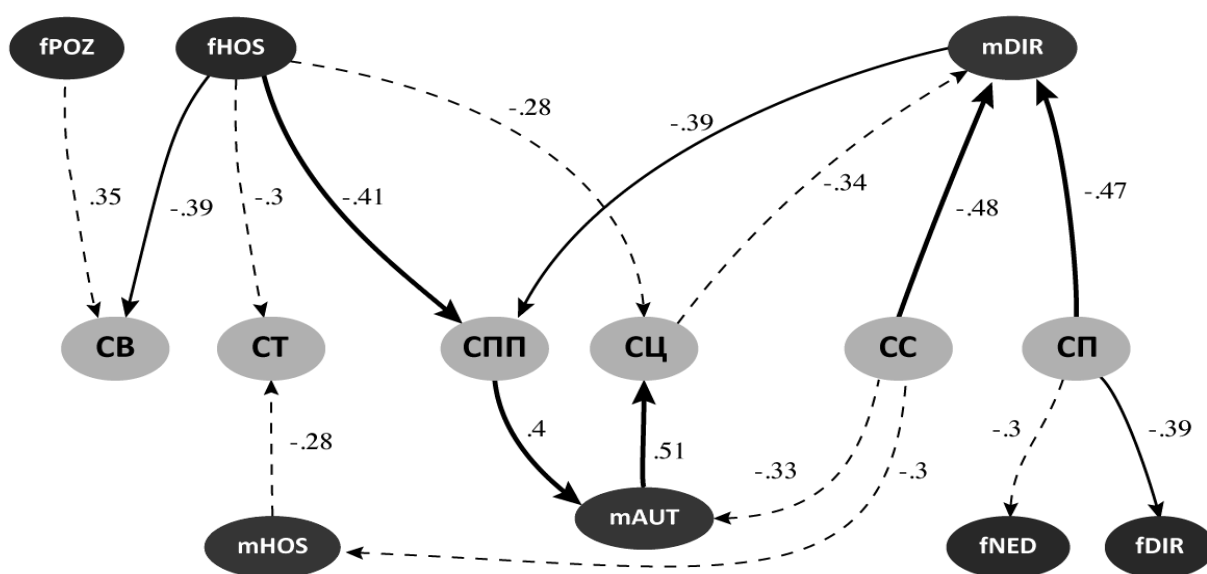


Рисунок 14. Взаимосвязи и взаимовлияния суверенности психологического пространства и отношения родителей

*Условные обозначения:* СВ – суверенность вещей; СТ – суверенность территории; СПП – суверенность психологического пространства; СЦ – суверенность ценностей; СС – суверенность соц. связей; СП – суверенность привычек; fPOZ – позитивный интерес отца; fHOS – враждебность отца; mHOS – враждебность матери; mAUT – автономность матери; mDIR – директивность матери; fNED – непоследовательность отца; fDIR – директивность отца.

Автономность матери оказывает положительное влияние на суверенность ценностей и при этом находится под положительным влиянием общего уровня суверенности психологического пространства. Данный феномен указывает на то, что ребенок стремится установить дистантные отношения с матерью как наиболее безопасные для его суверенности психологического пространства.

Можно отметить, что директивность матери находится под влиянием социальных связей, ценностей и привычек (отрицательные взаимосвязи). А непоследовательность и директивность отца – под влиянием суверенности привычек (отрицательные взаимосвязи). Учитывая характер влияния и личностные особенности респондентов с СФ, можно предположить, что это может служить отражением своеобразного сепарационного процесса через дистанцирование, когда социальные связи и привычки перестают демонстрироваться или обсуждаться с родителями, а влияние родителей снижается.

В целом, отношения к ребенку в семье, типичной для возникновения и развития социальной фобии у ребенка, характеризуются конфликтностью с высоким уровнем враждебности, непоследовательностью поведения и грубым нарушением личностных границ.

Рассматривая вопрос взаимосвязи отношения родителей к ребенку и формирования совладающего поведения у ребенка, то не удалось установить выраженных прямых взаимосвязей. Однако были обнаружены значимые взаимосвязи совладающего поведения с идентичностью.

Копинг-стратегия «Конфронтация» прежде всего положительно взаимосвязана с позитивным восприятием своих физических и общем позитивным восприятием себя. Важно отметить что позитивное восприятие себя при СФ снижено, а использование стратегии «Конфронтация» для отстаивания своих интересов в конфликте при СФ используется реже. Так же следует отметить взаимосвязь использования конфронтации и физических данных. Такой характер взаимосвязи иллюстрирует неприятие собственной телесности при СФ и тенденцию к решению психологических затруднений через изменение собственного тела (похудание/набор мышечной массы, ринопластика, тату, пирсинг).

Стратегия «Дистанцирование» имеет высокую отрицательную взаимосвязь с ожидаемым положительным отношением от других и положительно взаимосвязана с позитивным описанием своих физических данных и дружеских

взаимосвязей. Такое сочетание взаимосвязей может образовывать циклическую последовательность когда негативное восприятие собственных физических данных (характерно для СФ) и ожидание негативного отношения от других усиливает дистанцирование и затрудняет образование дружеских связей которые могут способствовать ожиданию положительного отношения от других.

Стратегия «Самоконтроль» имеет наиболее значимую положительную взаимосвязь с упоминанием о собственных интересах и деятельности, неопределённым отношением к своим личным характеристикам. Можно предположить, что взаимосвязь самоконтроля с интересами деятельностью отражает как использование самоконтроля для успешной деятельности так и положительное влияние наличия собственных увлечений на эмоциональную устойчивость. Взаимосвязь самоконтроля с неопределённым отношением к себе может выражать защитный паттерн «напряжённое замирание» характерное для СФ в этом случае происходит концентрация на удержании внешнего спокойствия на фоне сильных внутренних эмоциональных переживаний.

Стратегия «Поиск социальной поддержки» положительно взаимосвязана с позитивным восприятием собственной семейной роли, позитивным восприятием своей профессиональной позиции и количеством положительных ответов о себе. Отрицательно взаимосвязана с неопределённым отношением в своей половой принадлежности, и отрицательным восприятием своей профессиональной позиции. Можно отметить что для этой стратегии выражена взаимосвязь с социальными аспектами идентичности (семейной ролью и проф. позицией). При СФ характерно редкое использование этой стратегии, неудовлетворительное восприятие своей семейной роли и профессиональной позиции.

Стратегия «Принятие ответственности» положительно взаимосвязана с позитивным восприятием собственной половой принадлежности и общим количеством ответов о себе (более развитое восприятие себя). Такая взаимосвязь, в целом, отражает принятие поло-ролевой модели и собственного вклада в ситуацию. Однако в контексте того, что для СФ характерно более частое исполь-

зование этой стратегии, но при этом меньшая удовлетворенность собственной половой принадлежностью, можно предположить, что указанная взаимосвязь при СФ отражает навязанную ответственность (стыд и вина) и навязанные ролевые долженствования связанные с половой принадлежностью.

Стратегия «Бегство-избегание» отрицательно взаимосвязана с самоуважением и ожидаемым позитивного отношения от других, положительно взаимосвязана с неопределенным отношением к собственному полу и неудовлетворительной профессиональной позицией. В данной взаимосвязи отражены как социальные так и личностные аспекты идентичности. Так же вероятно циклическая последовательность когда стратегия избегания социального взаимодействия негативно влияет на уважение к себе что вызывает еще большее избегание.

Стратегия «Планирование решения» прежде всего положительно взаимосвязана с позитивным восприятием своих физических данных и общим уровнем восприятия себя, так же положительно взаимосвязана с удовлетворением профессиональной позицией, интересами и деятельностью. Для этой стратегии можно отметить значимость взаимосвязи с принятием собственных физических данных и развитостью представления о себе в целом. Для СФ характерны низкие уровни всех компонентов этой взаимосвязи.

Стратегия «Положительная переоценка» положительно взаимосвязана с общим количеством ответов о себе, позитивным восприятием себя и интересом к себе, а так же с компонентами социальной идентичности. Следует отметить, что при СФ эта стратегия используется значимо реже, а компоненты идентичности, которые положительно взаимосвязаны с этой стратегией находятся на низком уровне. Характеристика такой взаимосвязи при СФ, отражает некоторый дефицит позитивного восприятия как индивидуальных так и социальных аспектов идентичности, а так же низкий уровень восприятия собственной идентичности в целом.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В первой главе работы были проанализированы основные отечественные и зарубежные подходы к изучению проблемы социальной фобии в психологии, а также понимание феноменов социальной фобии с точки зрения различных направлений психологической науки. Наибольшее количество публикаций, связанных с социальной фобией, в настоящее время относятся к когнитивно-поведенческому направлению. Однако особенностью исследований в данном направлении является недостаточное внимание к вопросу о влиянии межличностных отношений на возникновение и развитие социальной фобии, что затрудняет понимание этих разработок в социально-психологическом направлении психологии.

В теоретической части работы с позиций социальной психологии были проанализированы вероятные психологические особенности личности, которые могут быть тесно связаны с социальной фобией. Это – особенности, обеспечивающие успешную социализацию и устойчивую адаптацию. К ним относятся целостная идентичность (позитивная «Я-концепция»), развитые способности к совладающему поведению, развитый эмоциональный интеллект. В процессе обзора литературы было обнаружено, что проявления социальной фобии имеют предположительную взаимосвязь с детско-родительскими отношениями, и это позволяет рассматривать социальную фобию как следствие дисфункциональных отношений в семье. Была предложена схема взаимосвязи условий развития, навыков и способностей в социальном взаимодействии, идентичности индивида с СФ, а также проявлений социальной фобии в социально-психологическом подходе.

Эмпирическое исследование показало, что отношение родителей оказывает влияние на проявления социальной фобии, а также на характерные для СФ особенности: суверенность психологического пространства, формирование идентичности, формирование копинг-стратегий и эмоционального интеллекта.

Следует отметить низкую выраженность половых различий у мужской и женской выборки респондентов с СФ. Обнаруженные особенности идентичности при социальной фобии имеют сочетание фрагментации с негативным восприятием себя, что позволяет рассматривать такую идентичность как «диффузную».

Суверенность психологического пространства в детском и подростковом возрасте характеризуются значительными прямыми нарушениями со стороны родителей, а также косвенным нарушением, вследствие включения ребенка в конфликт взрослых.

Характерный для социальной фобии копинг, сочетающий избегание, дистанцирование и принятие ответственности, а также редкое использование конфронтации, предполагает склонность к реагированию избыточной виной и стыдом, и пассивную агрессию. У лиц с социальной фобией имеется склонность к направлению собственной агрессии на себя, что часто выражается в навязчивой самокритике.

Эмоциональный интеллект при социальной фобии, в целом, значительно снижен, в особенности это относится к управлению собственными эмоциями и способности влиять на эмоциональное состояние других людей. В меньшей степени снижена способность к распознаванию собственных эмоций и эмоционального состояния других.

Предложенная нами схема взаимосвязи социально психологических компонентов социальной фобии получила эмпирическое подтверждение. Схема отражает влияние отношений родителей к ребенку и условий развития на проявления социальной фобии и формирование его личностных особенностей. Совокупность особенности идентичности, копинг-стратегий и эмоционального интеллекта образуют самоподдерживающуюся систему, которая препятствует адаптивному поведению. Она позволяет сфокусироваться на работе с особенностями восприятия себя, снижении избыточной самокритики и агрессии к себе, развитию конструктивных копинг-стратегий и эмоционального интеллекта, а также формированию коммуникативных навыков. Таким образом, можно зна-

чительно повысить эффективность оказания психологической помощи при СФ, как в индивидуальной, так и в групповой работе.

Проведенное исследование подтвердило основные гипотезы, выдвинутые в данной работе. Важно отметить, что полученные результаты не учитывали социальный статус родительских семей и респондентов. Однако в процессе опроса сложилось впечатление, что часть семейных историй можно охарактеризовать как «материальный достаток ниже среднего, один из родителей имеет алкогольную или химическую зависимость». Другой своеобразный полюс – «социальная успешность родителей, сложности в эмоциональных отношениях внутри семьи», что может предполагать несколько разные модели социальной фобии.

Данная тема требует дальнейшего изучения применительно к внешне благополучным семьям, которые не попадают в фокус психологической помощи за исключением явной социальной дезадаптации подростка, однако в последующем, во взрослом возрасте, у детей из таких семей обнаруживают значительные проявления СФ и фоновую тревогу.

На основе анализа полученных в ходе исследования результатов можно сформулировать следующие *выводы*:

1. При социальной фобии характерным родительским отношением к ребенку является сниженный позитивный интерес (редкие положительные эмоциональные контакты, редкое принятие личности ребенка, отсутствие доверия и диалога) и повышенная враждебность (агрессивность, чрезмерная строгость и критика, унижение, неадекватные требования). Такое характерное отношение значимых других затрудняет формирование положительного восприятия себя у ребенка.

2. Значимыми для СФ особенностями отношения к ребенку со стороны отца является сочетание враждебности и непоследовательности, и сочетание директивности и враждебности со стороны матери. Можно утверждать, что та-

кие сочетания затрудняют формирование устойчивой привязанности что оказывает негативное влияние на характер межличностных отношений в будущем.

3. При социальной фобии формируется «диффузная» идентичность, характеризующаяся сниженным общим количеством позитивных оценок себя, отрицательным отношением к своим физическим данным, неопределённым отношением к собственной половой принадлежности, описанием себя через абстрактные характеристики, склонностью к крайне негативному эмоциональному отношению к себе. Такое восприятие себя затрудняет установление устойчивых межличностных отношений и ограничивает притязания в социальном взаимодействии что выражается в характерном для СФ переживанием «упущенных возможности».

4. При социальной фобии наблюдаются искажения социальных компонентов идентичности, что выражается в редком упоминании об успешных навыках коммуникации, редком позитивном восприятии собственной роли в семье, редком упоминании об увлечениях и интересах, редком удовлетворении учебно-профессиональной позицией. Такие особенности СФ прежде всего затрудняют интеграцию в групповые процессы ввиду сложности нахождения конструктивной роли в группе для такого индивида. Чаще всего индивид с такими особенностями оказывается в роли «изгоя» в группе.

5. У индивидов с СФ в детском и подростковом возрасте присутствует систематическое и достаточно сильное нарушение суверенности психологического пространства, которое затрудняет формирование позитивных представлений о себе и восприятия окружающего мира как достаточно безопасного.

6. Определено, что суверенность психологического пространства в целом и отдельные его характеристики находятся под отрицательным влиянием враждебности отца директивности матери. Это позволяет утверждать, что влияние отношения родителей на формирование и развитие СФ так же носит опосредованный характер через формирование окружающего психологического пространства ребенка.

7. Наблюдается выраженная взаимосвязь между нарушением суверенности вещей и суверенности территории с избеганием и страхом контакта. Можно предполагать, что фоном для формирования СФ является отсутствие собственного «убежища» и переходных объектов, необходимых для развития самоподдержки и совладания.

8. При социальной фобии наблюдается редкое использование копинг-стратегии «Планирование решения проблемы», при этом использование этой стратегии взаимосвязано с положительным восприятием своих физических данных которое так же снижено. Вероятно присутствовала критика ребенка связанная с телесностью и физическими аспектами и в настоящее время эти компоненты достаточно уязвимы.

9. Преобладающие способы совладания в стрессовой ситуации у индивидов с СФ несут явную избегающую направленность, дополняемую дистанцированием или виной. Указанное сочетание способов совладания образует паттерн поведения, который подкрепляет и усиливает социальную фобию. Так же такие способы совладания имеют выраженную взаимосвязь с дефицитом самоуважения, дефицитом ожидания положительного отношения других и неопределённым отношением к своему полу.

10. Эмоциональный интеллект у респондентов с СФ заметно снижен. Наиболее явное снижение относится к способности управлять собственными эмоциями и способности влиять на эмоции других людей. Такие особенности эмоционального интеллекта имеют взаимосвязь с дефицитом положительного восприятия себя в целом, дефицитом положительного восприятия своих физических данных и дефицитом самоуважения. Такие особенности эмоционального интеллекта заметно усиливает тревогу в социальном контакте, предполагающем высокую эмоциональную напряженность.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева, И. Н. Биологические и социальные предпосылки развития эмоционального интеллекта / И. Н. Андреева: сборник статей «Когнитивная психология» / Под ред. А. П. Лобанова, Н. П. Радчиковой. – Минск: БГПУ, 2006. – С. 7 – 11.
2. Андреева, И. Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта / И. Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2007. – № 5. – С. 57 – 65.
3. Бандура, А. Теория социального научения: научное издание / А. Бандура. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2002. 512 с.
4. Бек, Дж. С. Когнитивная терапия: полное руководство: Пер. с англ. – М.: ООО «И.Д. Вильямс», 2006. – 400 с.
5. Бек, А. Когнитивная терапия депрессии: золотой фонд психотерапии / А. Бек, А. Раш, Б. Шо. – СПб.: Питер, 2003. – 304 с.
6. Биик, Дж. Тренинг преодоления социофобии: руководство по самопомощи / Дж. Биик. – М.: Изд-во института психотерапии, 2003. – 2003 с.
7. Биик, Дж. Социальная фобия: путь преодоления: научное издание / Дж. Биик. – М.: 2003.
8. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. СПб.; М., 2003. – 672 с.
9. Боулби, Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей: руководство. Серия: Психологические технологии / Дж. Боулби. – М.: Академический проект, 2004. – 232 с.
10. Бреслав, Г.М. Эмоциональные процессы: учебное пособие. / Г. М. Бреслав. – Рига: ЛГУ им. П. Стучки, 1984. – 370 с.
11. Вассерман, Л. И. Родители глазами подростка: психологическая диагностика в медико-педагогической практике: практикум по психодиагностике / Л. И. Вассерман, И. А. Горьковая, Е. Е. Ромицына. – СПб.: Речь, 2004. – 256 с.
12. Вильсон, Дж. Т. Поведенческая терапия / Дж. Т. Вильсон // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2000. – №3. – С. 10–30.

13. Винникотт, Д. В. Маленькие дети и их матери: лекции / Д. В. Винникотт. – М.: Класс, 1998. – 80 с.
14. Возрастные особенности психического развития детей: сборник науч. трудов АПН СССР, НИИ общ. и пед. психологии / Отв. ред. И. А. Дубровина, М. И. Лисина. – М.: Изд. АПН СССР, 1982. – 164 с.
15. Выготский, Л. С. Вопросы детской психологии: учебник / Л.С. Выготский. – СПб.: Союз, 2004. – 224 с.
16. Выготский, Л. С. О двух направлениях в понимании природы эмоций в зарубежной психологии в начале XX века / Л.С. Выготский // Вопросы психологии. – 1968. – № 2. – С.157–159.
17. Гаранян, Н. Г. Теоретические модели и эмпирические исследования враждебности при депрессивных и тревожных расстройствах. [Электронный ресурс] / Н. Г. Гаранян // Медицинская психология в России: электрон. научный журнал – 2011. – URL: [http:// medpsy.ru](http://medpsy.ru)
18. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект: практическое руководство для родителей / Д. Гоулман – М.: АСТ, 2009. – 478 с.
19. Гребенникова, Э. А. Саморегуляция личности в индивидуальном стиле жизнедеятельности: автореф. дис. .... канд. психол. наук: 19.00.05 / Э. А. Гребенникова. – М.: Рос. акад. гос. службы при президенте РФ., 1995. – 25 с.
20. Гущина, Т. В., Защитное и совладающее поведение в дисфункциональной семье в период кризиса: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Гущина Татьяна Владимировна. – Кострома: КГУ, 2005. – 228 с.
21. Дауд, Т. Е. Когнитивная гипнотерапия: научное издание / Т. Е. Дауд – СПб.: Питер, 2003. – 224 с.
22. Денисова, З. В. Механизмы эмоционального поведения ребенка: научное издание / З. В. Денисова. – Л.: Наука, 1978. – 144 с.
23. Дорфман, Л. Я. Индивидуальный эмоциональный стиль / Л. Я. Дорфман. // Вопросы психологии. – 1989. – № 5. – С. 88–95.

24. Ефременко, Д. В. Интеракционизм в американской социологии и социальной психологии первой половины XX века: сборник статей / Д. В. Ефременко. – М.: Институт научной информации по общественным наукам РАН, 2010. – 322 с.

25. Жедунова, Л. Г. Основы психологии семьи и семейного консультирования: учебное издание / Л. Г. Жедунова, И. А. Можаровская, Е. Н. Юрасова / под общ. ред. Н. Н. Посысоева. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. – 328 с.

26. Залевский, Г. В. Теория субъекта и фиксированные формы поведения / Г. В. Залевский. // Психологический журнал. – 2003 – №3. – С. 32–36.

27. Зимбардо, Ф. Застенчивый ребенок: научное издание /Ф. Зимбардо, Ш. Рэдл; пер. с англ. Е. Долинской. – М.: АСТ Астрель, 2005. – 294 с.

28. Иванова, Н. Л. Психологическая структура социальной идентичности: дис. ... докт. психол. наук: 19.00.05 / Иванова Наталья Львовна. – Ярославль: ЯрГУ им. П. Г. Демидова, 2003. – 339 с.

29. Изард, К. Э. Психология эмоций: учебник / К. Э. Изард. – СПб.: Питер, 2000. – 464 с.

30. Изотова, Е. И. Эмоциональная сфера ребенка: учебное пособие / Е. И. Изотова, Е. В. Никифорова. – М.: Издательский центр Академия, 2004. – 288 с.

31. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы: учебное пособие / Е. П. Ильин – СПб.: Питер, 2000. – 512 с.

32. Капрара, Дж. Психология личности: научное издание / Дж. Капрара, Д. Сервон. – СПб.: Питер, 2003. – 288 с.

33. Карабанова, О. А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: учебное пособие / О. А. Карабанова. – М.: Гардарики, 2005. – 320 с.

34. Карвасарский, Б. Д. Групповая психотерапия: значение и перспективы использования в комплексном лечении больных неврозами: хрестоматия / Б. Д. Карвасарский. – СПб.: Питер, 2000.



35. Карсон, Р. Анормальная психология: руководство / Р. Карсон, Дж. Батчер, С. Минека. – СПб.: 2004. – 1166 с.
36. Кемпинский, А. Экзистенциальная психиатрия: научное издание / А. Кемпинский. – М.: Совершенство, 1998. – 320 с.
37. Кернберг, О. Ф. Тяжелые личностные расстройства: стратегии психотерапии: руководство / О. Ф. Кернберг. – М.: Класс, 2014. – 464 с.
38. Клиническая психология: учебник / Под ред. Б. Д. Карвасарского. – СПб.: Питер, 2002. – 607 с.
39. Кляйн, М. О теории вины и тревоги: научное издание / М. Кляйн, С. Айзеке, Дж. Райвери. – М.: Академический проект, 2001. – 512 с.
40. Кон, И. С. В поисках себя: Личность и ее самосознание: научное издание / И.С. Кон. – М.: Политиздат, 1984. – 151 с.
41. Корнев, К.И. Специфика копинга в условиях неопределенности / К.И. Корнев // Человек в условиях неопределенности: сборник материалов Всерос. конф. / Новосибирск: НГУ, 2006. – С. 24-35.
42. Кочюнас, Р. Психотерапевтические группы: теория и практика: учебное пособие / Р. Кочюнас. – М.: Академический проект, 2000. – 240 с.
43. Кравцов, Г. Г. Единство аффекта и интеллекта в теории и на практике / Г. Г. Кравцов. // Л.С. Выготский и современность. – Минск, 1996.
44. Кравченко, А. Нарцисс и его отражения / А. Кравченко // Московский психотерапевтический журнал. – 2001. – № 2. – С. 96–113.
45. Куницына, В. Н. Межличностное общение: учебник / В. Н. Куницына, Н. В. Казаринова, В. М. Погольша. – СПб.: Питер, 2001. – 544 с.
46. Куфтяк, Е. В. Факторы становления совладающего поведения в детском и подростковом возрасте / Е. В. Куфтяк // Психологические исследования. – 2012. – № 2(22). – С. 14–23.
47. Лазарус, Р. Психологический стресс и процесс совладания с ним / Р. Лазарус. – М: Наука, 1998. – С. 343–457.

48. Лакосина, Н. Д. Неврозы, невротическое развитие личности: Клиника и лечение: учебное пособие / Н.Д. Лакосина, М.М. Трунова. – М.: Медицина, 1994. – 190 с.
49. Лафренье, П. Эмоциональное развитие детей и подростков: учебник / П. Лафренье – СПб.: ЕВРОЗНАК, 2004. – 250 с.
50. Левицкая, Т. Е. К проблеме гибкости творческого мышления учащихся / Т. Е. Левицкая, С. А. Богомаз, Г. В. Залевский // Сибирский психологический журнал. – 2000. – № 12. – С. 54-58.
51. Леонтьев, А. Н. Деятельность, сознание, личность: монография / А. Н. Леонтьев. – М.: Смысл, Академия, 2005. – 352 с.
52. Либин, А. В. Дифференциальная психология: На пересечении европейских, российских и американских традиций: учебное пособие / А. В. Либин. – М.: Смысл, 2000. – 549 с.
53. Литвинов, А. В. Провокация страха. Социальная фобия / А. В. Литвинов // Качество жизни. Профилактика. – 2001 – №2. – С 40-43.
54. Лоренц, К. Агрессия (так называемое «зло»): научное издание / К. Лоренц. – М.: Издательская группа «Прогресс «Универс», 1994. – 272 с.
55. Лотман, Ю. М. Семиосфера: монография / Ю. М. Лотман. – СПб.: Искусство, 2000. – 704 с.
56. Люсин, Д. В. Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн: новые психометрические данные / Д. В. Люсин // Психологическая диагностика. – 2006.– № 4. – С. 3-22.
57. Мак-Вильямс, Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе: научное издание / Н. Мак-Вильямс. – М.: Класс, 2006. – 480 с.
58. Малкина-Пых, И. Г. Стратегии поведения при стрессе / И. Г. Малкина-Пых // Московский психологический журнал. – 2007. – №12. – С. 15-26.

59. Марцинковская, Т. Д. Психологические границы: история и современное состояние / Т. Д. Марцинковская // Мир психологии. – 2008. – № 3. – С. 55-62.
60. Микляева, А. В. Социальная идентичность личности: содержание, структура, механизмы формирования [Электронный ресурс]: монография / А. В. Микляева, П. В. Румянцева. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. – Режим доступа: [http://www.humanpsy.ru/miklyaeva/soc\\_ident\\_02](http://www.humanpsy.ru/miklyaeva/soc_ident_02)
61. Московичи, С. Век толп. Исторический трактат по психологии масс: монография / С. Московичи – М.: Центр психологии и психотерапии, 1998. – 354 с.
62. Нартова-Бочавер, С. К. Психологическое пространство личности: монография / С. К. Нартова-Бочавер – М.: Прометей, 2005. – 312 с.
63. Нартова-Бочавер, С. К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности / С. К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. – 1997. – Т. 18. – № 5. – С. 20-30.
64. Научные исследования социальной фобии. [Электронный ресурс] // Научный Центр Психического Здоровья РАМН – URL: <http://www.psychiatry.ru/lib/55/book/25/chapter/2>
65. Никольская, И. М. Психологическая защита у детей: монография / И. М. Никольская, Р. М. Грановская. – СПб.: Речь, 2000. – 342 с.
66. Опросник способов совладающего поведения: пособие для врачей и медицинских психологов / Л.И. Вассерман, Б.В. Иовлев, Е.Р. Исаева и др. // НИПНИ им. В.М. Бехтерева. – СПб.: 2008. – 35 с.
67. Орме, Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха: научное издание / Г. Орме. – М.: КСП+, 2003. – 272 с.
68. Основы психофизиологии: учебник / Отв. ред. Ю. И. Александров. – М.: ИНФРА, 1997. – 349 с.

69. Павленко, В. Н. Представления о соотношении социальной и личностной идентичности в современной западной психологии / В. Н. Павленко // Вопросы психологии. – 2000. – №1. – С. 136-141.

70. Павленко, В. Н. Трансформация социальной идентичности в посттоталитарном обществе / В. Н. Павленко, Н. Н. Корж // Психологический журнал. – 1998. – № 1. – С. 75-88.

71. Павлова, Т. С. Психологические факторы социальной тревожности в студенческом возрасте / Т. С. Павлова, А. Б. Холмогорова // Консультативная психология и психотерапия. – 2011. – №1. – С. 29-43.

72. Павлова, Т. С. Гендерные факторы социальной тревожности в подростковом возрасте [Электронный ресурс] /Т. С. Павлова, А. Б. Холмогорова // Психологическая наука и образование. – 2014. – №1. URL: [http://psyedu.ru/journal/2014/1/Pavlova\\_Holmogorova.phtml](http://psyedu.ru/journal/2014/1/Pavlova_Holmogorova.phtml)

73. Перлз, Ф. Гештальт-семинары / Ф. Перлз. – М.: Институт Общегуманитарных исследований, 2007. – 352 с.

74. Перлз, Ф. Эго, голод и агрессия: монография / Ф. Перлз. – М.: изд-во «Смысл», 2000. – 358 с.

75. Польстер, И. Интегрированная гештальт-терапия: Контуры теории и практики: научное издание / И. Польстер, М. Польстер. – М.: Класс, 2004. – 272 с.

76. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика: монография / А. М. Прихожан. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2000. – 304 с.

77. Психология отношений человека и психическая регуляция деятельности / под ред. А.Л. Журавлева, В.А. Зобкова. – Владимир, 2007. – 248 с.

78. Психологическая помощь людям, пережившим травматический стресс: учебно-методическое пособие / ред. А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян – М.: МГППУ, 2006. – 109 с.

79. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста. Психологические исследования: монография / Под. ред. А. В. Запорожца, Я. З. Неве-рович. – М.: Педагогика, 1986. – 176 с.

80. Райкрофт, Ч. Критический словарь психоанализа / Ч. Райкрофт. – СПб.: Восточно-Европейский Институт психоанализа, 1995. – 288 с.

81. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии: учебник / С. Л. Рубинштейн – М.: Педагогика, 1973. – 424 с.

82. Сагалакова, О. А. Семантическое моделирование мотивационного пространства ментальности / О. А. Сагалакова, Д. В. Труевцев // Сибирский социологический вестник. – 2003. – №1. – С. 160-170.

83. Сагалакова, О.А. Социальная фобия: Психосемантический анализ алгоритмов эмоционально-когнитивного реагирования на социальные ситуации автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.04 / Сагалакова Ольга Анатольевна. – Томск, 2005. – 24 с.

84. Сагалакова, О. А. Психосемантическое моделирование мотивационного пространства ментальности – новые возможности экспликации смысловой структуры поведения / О. А. Сагалакова, Д. В. Труевцев, Л. Д. Демина // Известия Алтайского государственного университета. – 2003. – № 2. – С. 95-99.

85. Сагалакова О.А., Труевцев Д.В. Опросник социальной тревоги и социофобии [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2012. – N 4 (15). – URL: <http://medpsy.ru>.

86. Сагалакова, О. А. Социальные страхи и социофобии / О.А. Сагалакова, Д.В. Труевцев. – Томск: изд-во Томского университета, 2007. – 210 с.

87. Слободчиков, В. И. Психологические проблемы становления внутреннего мира человека / В. И. Слободчиков // Вопросы психологии. – 1986. – № 6. – С. 14-22.

88. Соловьёв, Н. Я. Брак и семья сегодня: монография / Н. Я. Соловьёв. – Вильнюс: Минтис, 1977. – 256 с.

89. Сорокоумова, Е. А. Я-Концепция в становлении личности младшего школьника: гендерный подход / Е. А. Сорокоумова, Е. А. Талакова. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 151 с.

90. Тест «Кто Я?» / М. Кун, Т. Макпартленд и др.; модификация Т.В. Румянцевой // Психологическое консультирование: диагностика отношений в паре. – СПб., 2006. – С.82-103.

91. Тодд, Д. Основы клинической и консультативной психологии: учебник / Д. Тодд, А. Богарт. – СПб.: ЭКСМО-Пресс, 2001. – 768 с.

92. Тэджфел, Г. Социальная идентичность и межгрупповые отношения / Г. Тэджфел // Социально-психологические проблемы. М.: Изд-во Московского ун-та, 1990. – С. 201-211.

93. Ушаков, Г. К. Пограничные нервно-психические расстройства: монография / Г. К. Ушаков. – М.: Медицина, 1987. – 304 с.

94. Хазанова, М. А. Конструктивные и деструктивные тенденции в детско-родительских взаимоотношениях / М. А. Хазанова // Мир психологии. – 1996. – № 1(6). – С. 47-54.

95. Харламенкова Н. Е, Роль отца в дифференциации гендерной идентичности / Н. Е. Харламенкова // Психологический журнал. – 2007. – Т. 28. – №3. – С. 56-64 .

96. Хок, Р. 40 исследований, которые потрясли психологию / Р. Хок – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 416 с.

97. Холмогорова, А. Б. Социальная поддержка как предмет научного изучения и ее нарушения у больных с расстройствами аффективного спектра / А. Б. Холмогорова, Н. Г. Гаранян, Г. А. Петрова // Социальная и клиническая психиатрия. – 2003. – № 2. – С. 15-25.

98. Холмогорова, А. Б. Социальная тревожность: Содержание понятия и основные направления изучения. Часть 1. / А. Б. Холмогорова, И. В. Никитина // Социальная и клиническая психиатрия. – 2010. – № 1 – С. 80-85.

99. Холмогорова, А. Б. Социальная тревожность: Содержание понятия и основные направления изучения. Часть 2. / А. Б. Холмогорова, И. В. Никитина // Социальная и клиническая психиатрия 2011. – № 1 – С. 60-67.

100. Хорни, К. Наши внутренние конфликты / К. Хорни. – М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 560 с.

101. Хорни, К. Невротическая личность нашего времени: монография / К. Хорни. – М.: Академический проект, 2007. – 224 с.

102. Хухлаева, О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: учебное пособие / О. В. Хухлаева. – М.: Издательский центр Академия, 2006. – 208 с.

103. Хьелл, Л. Теории личности: монография / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер, 2003. – 608 с.

104. Шмелев, А. Г. Психодиагностика личностных черт: научное издание / А. Г. Шмелев, СПб.: Речь, 2002. – 480 с.

105. Шторк, Й. Психическое развитие маленького ребенка с психоаналитической точки зрения. Труды Мелани Кляйн и Английская школа: статья из книги «Энциклопедия глубинной психологии». – Т. 2. / Под ред. А. М. Боковикова). – М.: «Когито-Центр», 2001.

106. Щербаков, А. В. Копинг-стратегии девушек как результат ролевого взаимодействия в детско-родительской системе / А. В. Щербаков // В мире научных открытий. – Красноярск: Научно-инновационный центр, 2013. – №1.4(37) – С. 304-319.

107. Эйдемиллер, Э. Г. Психология и психотерапия семьи: монография / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкис. – СПб.: Питер, 2008. – 672 с.

108. Эйдемиллер, Э.Г. Семейная психотерапия: хрестоматия / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкис. – М.: Посткриптум, 2001. – 348с.

109. Элкин, Д. Эрик Эриксон и восемь стадий человеческой жизни / Эриксон Э. Детство и общество : научное издание / Д. Элкин. – СПб.: Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996.

110. Эмоциональное развитие дошкольника: пособие для воспитателей детского сада / А. В. Запорожец, Я. З. Неверович, А. Д. Кошелева и др. / под ред. А. В. Кошелевой. – М.: Просвещение, 1985. – 176 с.

111. Эмоциональный интеллект: Проблемы теории, измерения и применения на практике / Р. Д. Робертс, Дж. Мэттьюс, М. Зайднер, Д. В. Люсин // Психология. Журнал высшей школы экономики. – 2004. – Т. 1. – № 1. – С. 3-26.

112. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис: учебное пособие / Э. Эриксон. – М.: Флинта, 2006. – 352 с.

113. Яковлева, Е. Л. Эмоциональные механизмы личностного и творческого развития / Е. Л. Яковлева // Вопросы психологии. – 1997. – № 4. – С. 20 – 27.

114. Ястребов, Д. В. Социальная фобия с сенситивными идеями отношения при эндогенных заболеваниях / Д. В. Ястребов // Журнал невропатологии и психиатрии – 1998. – С. 23-35.

115. Ястребов Д. В., Колюцкая Е. В. Терапия социальных фобий (клинические предикторы эффективности моклобемида): в кн.: «Тревога и обсессии» / под ред. А. Б. Смузвича. – М., 1998. – С.234-246.

116. Ainswoth, M. Patterns of attachment / M. Ainswoth, M.C. Blehar, E. Waters. – N.J: Erlbaum, 1978.

117. Alden, L.E. Patient-therapist relationship and treatment response in generalized social phobia. / L.E. Alden, P.J. Bieling, W.J. Koch. – 2003.

118. Alden L.E., Koch W.J. The process of cognitive-behavioral therapy with social phobia / L.E. Alden, W.J. Koch // Annual Meeting of the Association for the Advancement of Behavior Therapy. – Toronto, 1999.

119. Bandura, A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavior change / A. Bandura; ed. R.R Baumeister // The self in social psychology. – Philadelphia, PA: Psychology Press, 1999. P. 285-288.

120. Barlow, D. Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic / D. Barlow. – New York: Guilford Press, 1988.



121. Baumeister, R.F. Anxiety and social exclusion / R.F. Baumeister, D.M. Tice. – J. Soc. Clin. Psychol, 1990. – Vol. 9. – P. 165–195.

122. Benjamin, L.V. Interpersonal diagnosis and treatment of personality disorders / L.V. Benjamin. – New York: Guilford Press, 1993.

123. Bögels, S.M. Family influences on dysfunctional thinking in anxious children / S.M. Bögels, L. Dongen, P. Muris // *Infant and Child Development*. – 2003. – 12(3).

124. Bögels, S.M. Familial correlates of social anxiety in children and adolescents / S.M. Bögels, A. Oosten, P. Muris // *Behaviour Research and Therapy*. – 2001. – 39. P. – 273-287.

125. Bosquet, M. The development and maintenance of anxiety symptoms from infancy through adolescence in a longitudinal sample / M. Bosquet, B. Egeland // *Development and Psychopathol*. – 2006. – Vol. 18. – P. 517–550.

126. Bronfenbrenner, U. *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design* / U. Bronfenbrenner. – Cambridge, 1979.

127. Brumariu, L.E. Mother-child attachment and social anxiety symptoms in middle childhood / L.E. Brumariu, K.A. Kerns // *J. Applied Developmental Psychol*. – 2008. – Vol. 29. – P. 393–402.

128. Buss, A.H. *A theory of shyness* / A.H. Buss, W.H. Jones, J.M. Cheek; ed. S.R. Briggs // *Shyness: Perspectives on research and treatment*. – New York: Plenum Press, 1985. P. 39–46.

129. Carducci, B.J. *Shyness: a bold new approach* / B.J. Carducci. – N.Y.: HarperCollins Publisher Inc., 1999.

130. Characterizing the association between parenting and adolescent social phobia / S. Knappe, K Beesdo-Baum, L. Fehm, R.L. Hans-Ulrich Wittchen // *J. Anxiety Disord*. – 2012.–26(5). – p. 608-16.

131. Ciarrochi, D.R. Measuring emotional intelligence in adolescents / D.R. Ciarrochi, F.P. Deane, S. Anderson // *Personality and Individual Differences*. – 2001. – Vol.31. – No.7. – pp. 1105-1119, ISSN 0191-8869.

132. Clark, D.M. Social anxiety and self-evaluation of interpersonal performance / D.M. Clark, H. Arkowitz // *Psychol. Reports.* – 1975. – Vol. 36. – P. 211–221.

133. Clark, D.M. A cognitive model of social phobia. / D.M. Clark // In *Social Phobia – Diagnosis, Assessment, and Treatment* / eds R.G. Heimberg, M.R. Liebowitz, D. Hope, et al – New York: Guilford, 1995. – pp. 69–93.

134. Clark, D.M. A cognitive perspective on social phobia / D.M. Clark // In *International Handbook of Social Anxiety: Concepts, Research and Interventions Relating to the Self and Shyness* / eds W.R. Crozier, L.E. Alden. – Chichester: John Wiley & Sons, 2001. – pp. 405–430.

135. Clark, D.M. Cognitive therapy vs. fluoxetine plus self exposure in the treatment of generalized social phobia (social anxiety disorder): A randomised placebo controlled trial / D.M. Clark, A. Ehlers, A. Hackmann // *Journal of Consulting and Clinical Psychology.* – 2003.

136. Creswell, C. Processing of faces and emotional expressions in infants at risk of social phobia / C. Creswell, M. Woolgar, P. Cooper // *Cognition & Emotion.* – 2008. – 22(3).

137. Davidson, Jr. The epidemiology of social phobia: findings from the Duke Epidemiological Catchment Area Study / Jr. Davidson, D. Hughes, L. George // *Psychol. Med.* – 1993.– No. 23.

138. Frydenberg, E. *Beyond Coping. Meeting goals, visions and challenges* / E. Frydenberg. – Oxford University Press, 2002.

139. Fyer, A.J. A direct interview family study of social phobia. / A.J. Fyer, S. Mannuzza, T.F. Chapman // *Archives of General Psychiatry.* – 1993. – 50 p.

140. Gabbard, G. *Gabbard's treatments of psychiatric disorders* / G. Gabbard – 1992. – 986 p.

141. Gilmatin, B.G. Peer group antecedents of severe love-shyness in male / B.G. Gilmatin // *J. Personality.* – 1987. – Vol. 55. – P. 467–489.

142. Gough, H. Positive, negative and balanced shyness: Self-definition and the reaction of others / H. Gough, A. Thorne // *Shyness: Perspectives on research and treatment*. – New York: Plenum Press, 1986. – P. 205–225.

143. Greist, J. *The Clinical Interview Social Phobia – Diagnosis, Assessment, and Treatment* / J. Greist. – The Guilford Press, 1999.

144. Gruener, K. The relationship between anxious rearing behaviours and anxiety disorders symptomatology in normal children / K. Gruener, P. Muris, H. Merckelbach // *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 1999. – N. 30.

145. Guastello, D.D. Androgyny, gender role behavior, and emotional intelligence among college students and their parents / D.D. Guastello, S.J. Guastello // *Sex Roles – J. of Research*, 2003.

146. Hackmann, A., Clark, D. M. & McManus, F. (2000) Recurrent images and early memories in social phobia / A. Hackmann, D.M. Clark, F. McManus // *Behaviour Research and Therapy*. – 2000. –N. 38.

147. Harrod, N.R. An exploration of adolescent emotional intelligence in relation to demographic characteristics / N.R. Harrod, S.D. Sheer // *Adolescence*. – 2005.

148. Heimberg, R.G. The issue of subtypes in the diagnosis of social phobia / R.G. Heimberg, C.S. Holt, F.R. Schneier // *J. Anxiety Dis.* – 1993. – Vol. 7. – P. 249–269.

149. Heimberg, R.G. *Cognitive-Behavioral Group Therapy for Social Phobia* / R.G. Heimberg, R.E. Becker. – NY: The Guilford Press, 2002.

150. Heinrichs, N. Does a partner matter? / N. Heinrichs // *European Congress of Behavioural and Cognitive Therapy*. – Prague, Sept. 2003.

151. Henderson, L. Shyness. *Encyclopedia of Mental Health* / L. Henderson, P. Zimbardo. – San Diego, CA: Academic Press, 1998.

152. Hoffman, M. Empathy, role taking and development of altruistic motives / M. Hoffman // *Moral development and behavior*. – N.Y.: Holl, 1976.

153. Hofmann, S. Social Anxiety Clinical, Developmental, and Social Perspectives / S. Hofmann. – DiBartolo Patricia, 2010.

154. Jacobs, M. Association between Level of Emotional Intelligence and Severity of Anxiety in Generalized Social Phobia / M. Jacobs , J. Snow, M. Geraci // Journal of Anxiety Disorders. – 2008. – Vol.22. – N8.

155. Jacobs, W.J. Stress induced recovery of fears and phobias / W.J. Jacobs, L. Nadel // Psychological Review. –1985. – Vol. 9 – N. 4.

156. Jenkins, R. Social identity / R. Jenkins. – 2004.

157. Jones, W.H. The self-other discrepancy in social shyness / Jones W.H., Briggs S.R. // The self in anxiety, stress and depression. – Amsterdam: North Holland, 1984. – P. 93–107.

158. Jones, W.H. Shyness: Conceptualization and measurement / W.H. Jones, S.R. Briggs, T.G. Smith // J. Person. Soc. Psychol. – 1986. –Vol. 51. – P. 629–639.

159. Kagan, J. The biology of the child / J. Kagan // Handbook of child psychology. – N.Y: Willey, 1998. – P. 177–235.

160. Kearney, A.C. Social anxiety and social phobia in youth. Characteristics, Assessment, and Psychological Treatment / A.C. Kearney. – Springer Science, 2005.

161. Knappe, S. Familial risk factors in social anxiety disorder: calling for a family-oriented approach for targeted prevention and early intervention / S. Knappe, K. Beesdo-Baum, H.-U. Wittchen // European Child and Adolescent Psychiatry. – 2010. –N. 19. – P. 857–871.

162. Knappe, S. Do parental psychopathology and unfavorable family environment predict the persistence of social phobia? / S. Knappe, K. Beesdo, L. Fehm // Journal of Anxiety Disorders. – 2009. – N. 23 – p. 986–994.

163. Lang, A.J. Social phobia: Prevalence and diagnostic threshold / A.J. Lang, M.B. Stein // Journal of Clinical Psychiatry. –2001. – N. 61.

164. Lewis, C.A. Are religious people more intelligent? / C.A. Lewis, C. McGuckin // Examination the relationship between religiosity and emotional intelligence. – Proc. Brit. Psychol. Soc, 2001. – N. 1. – P. 22.

165. Liebowitz, M.R. Phenelzine vs atenolol in social phobia. A placebo-controlled comparison / M.R. Liebowitz, F. Schneier // *Arch Gen Psychiatry*. –1992. – N. 49.

166. Liebowitz, M.R. Treatment of social phobia with drugs other than benzodiazepines / M.R. Liebowitz, F. Schneier, E. Hollander // *J. Clin Psychiatry*. – 1991. – N. 52.

167. Lopes, P.N. Emotional intelligence, personality, and perceived quality social relationships / P.N. Lopes, P. Salovey, R. Straus // *Pers. & Individ. Diff.* –2003. – N. 35. – P. 641-658.

168. Mayer, J.D. Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: A component of emotional intelligence / J.D. Mayer, M. DiPaolo, P. Salovey // *J. Pers. Assessment*. – 1990. – V. 54. – N. 3.

169. Mayer, J.D. Emotional intelligence: Theory, findings, and implications / J.D. Mayer, P. Salovey, D. Caruso // *Psychol. Inq.* – 2004. – N. 3.

170. McNeil, D.W. Terminology and evolution of constructs in social anxiety and social phobia / D.W. McNeil // *From social anxiety to social phobia: Multiple perspectives*. – MA: Allyn and Bacon, 2001.

171. Meleshko, K.A. Anxiety and self-disclosure: Toward a motivational model / K.A. Meleshko, L.E. Alden // *J. Person. Soc. Psychol.* – 1993.

172. Michel, H. *Clinical Perspectives in Emotional Intelligence* /H. Michel // *New Perspectives and Applications*. –2012.

173. Olewus, D. Victimization by peers: Antecedents and long-term outcomes // *Social withdrawal, inhibition, and shyness in childhood* / D. Olewus, K.H. Rubin, J.B. Asendorpf. – NG: Erbaum, 1993. – P. 315–341.

174. Ost, L. Ways of acquiring phobias and outcomes of behavioral treatments / L. Ost // *Behav. Res. Therapy*. – 1985. – Vol. 23.– P. 683–689.

175. Perls, F.S. *Gestalt Therapy* / F.S. Perls, R. Hefferline, P. Goodman. – N.Y.: Julian Press Inc., 1951.

176. Pilkonis, P.A. Shyness: public behavior and private experience. / P.A. Pilkonis // A doctor of philosophy dissertation. – Stanford University, 1976. 120 p.

177. Pilkonis, P.A. The behavior consequences of shyness / P.A. Pilkonis // J. Personality. – 1977. – Vol. 45. – P. 596–611.

178. Rapee, R.M. Overcoming shyness and social phobia: A step-by-step guide. / R.M. Rapee – Northvale, NJ: Jason Aronson, 1998.

179. Rapee, R.M. A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia / R.M. Rapee, R.G. Heimberg // Behav. Res. Therapy. – 1997. – Vol. 35. – P. 741–756.

180. Rapee, R.M. Discrepancy between self and observer ratings of performance in social phobics / R.M. Rapee, L. Lim // J. Abnorm. Psychol. – 1992. – Vol. 101. – P. 727–731.

181. Rapee, R. M., & Spence, S. H. (2004). The etiology of social phobia: empirical evidence and an initial model. *Clinical Psychology Review*, 24(7), 737–767.

182. Reno, R.R. Effect of self-consciousness and social anxiety on self-disclosure among unacquainted individuals: An application of the social relations model / R.R. Reno, D.A. Kenny // J. Personality. – 1992. – Vol. 60. – P. 79–94.

183. Reykowski, J. Skice z teorii osoblowski. / J. Reykowski, G. Kochanska. – Warszawa: WP, 1980.

184. Rubin, K.H. Transaction between parent's perceptions of their children's shyness and their parenting styles / K.H. Rubin, L.J. Nelson, P. Hastings // Int. J. Behav. Development. – 1999. – Vol. 23. – P. 937–957.

185. Saboonchi, F. Perfectionism and self-consciousness in social phobia and panic disorder with agoraphobia / F. Saboonchi, L. Lundth, L. Ost // Behavior research and Therapy. – 1999. – № 9. – P. 799-808.

186. Salkovskis, P.M. The importance of behaviour in the maintenance of anxiety and panic / P.M. Salkovskis // Behavioural Psychotherapy. – 1991. – N.19.

187. Schlenker, B.R. Social anxiety and self-presentation: A conceptualization and model / B.R. Schlenker, M.R. Leary // *Psychol. Bull.*– 1982. – Vol. 92. – P. 641–669.

188. Shamir-Essakow, G. Attachment, behavior inhibition, and anxiety in preschool children / G. Shamir-Essakow, J.A. Ungerer, R.M. Rapee // *J. Abnorm. Child Psychol.* – 2005. – Vol. 33. – P. 131–143.

189. Stemberger, R.T. Social phobia: An analysis of possible developmental factors / R.T. Stemberger, S.M. Turner, D.C. Beidel // *J. Abnorm. Psychol.* – 1995. – Vol. 104. – P. 526–531.

190. The Measurement of Perceived Emotional Intelligence for Spanish Adolescents with Social Anxiety Disorder Symptoms / M. Diaz-Castela, W. Hale, J.A. Muela, J. Garcia-Lopez // *Annals of Psychology.*– 2013. Vol 29, No 2 (2013).

191. Turner, K.L. The Centrality of Gender and Ethnic Identities across Individuals and Contexts / K.L. Turner, C.S Brown // *Social Development.* – 2007.

192. Turner, S.M. Social phobia: Relationship to shyness / S.M. Turner, D.C. Beidel, R.M. Townsley // *Behav. Res. Therapy.* 1990. Vol. 28. P. 497–505.

193. Twentyman, C.T. Behavioral training of social skills in shy males / C.T. Twentyman, R.M. McFall // *J. Consul. Clin. Psychol.* – 1975. – P. 384–395.

194. Urie, B. *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design.* / Bronfenbrenner Urie. – Cambridge, MA: Harvard University Press, 1979.

195. Vernberg, E.M. Social anxiety and peer relationships in early adolescence: A prospective analysis / E.M. Vernberg, D.A Abwender, K.K. Ewell // *J. Clin. Child Psychol.* – 1992. – Vol. 21. – P. 189–196.

196. Vertue, F.M. From adaptive emotion to dysfunction: An attachment perspective on social anxiety disorder /F.M. Vertue // *Person. Soc. Psychol. Rew.* – 2003. – Vol. 7. – P. 170–191.

197. Wang, D. Excuse-making and blaming as a function of internal-external locus of control / D. Wang, N.H. Anderson // *Eur. Psychol.* – 1994. – V. 24. – N. 2. – P. 259-302.

198. Weiner, B. A cognitive (attribution) emotion - action model of motivated behavior: an analysis of judgments of help-giving / B. Weiner // *Journal of Personality and Social Psychology.* – 1980.

199. Wenzel A. Characteristics of close relationships in individuals with social phobia, a preliminary comparison with nonanxious individuals / A.Wenzel, J.H. Harvey // *Maintaining and enhancing close relationships: A clinician's guide.* – Mahwah, NY: Lawrence Erlbaum Associates, 2002. – P. 199–213.

200. Wittchen, H.-U. Epidemiology, patterns of comorbidity, and associated disabilities of social phobia. / H.-U. Wittchen, L. Fehm // *Psychiatric Clinics of North America.* – 2001. – N. 24.

201. Wood, J.J. Parenting and childhood anxiety: theory, empirical findings, and future directions / J.J. Wood, B.D. McLeod, M. Sigman // *Journal of Child Psychology and Psychiatry.* – 2003. – N. 44. – P. 134–151.

202. Zerbe, K. Uncharted waters: psychodynamic considerations in the diagnosis and treatment of social phobia / K. Zerbe // *Bulletin of the Menninger Clinic.* – 1992. – V. 58. – N 2. – P. A3-A20.

203. Zinker, J. *Creative Process Gestalt Therapy* / J. Zinker – 1978.



**ПРИЛОЖЕНИЯ****Приложение 1****Инструкция, предваряющая исследование**

Уважаемый респондент!

Предлагаем Вам принять участие в исследовании влияния семьи на особенности социальной активности. Для этого ответьте на приведенные далее вопросы. Отвечайте не особо задумываясь - первое, что приходит в голову. Вся информация анонимна.

Пожалуйста, заполняйте за один раз не более 3х листов!

Делайте перерыв между этим 1-2 часа.

Пожалуйста, укажите свой пол \_\_\_\_\_ и возраст \_\_\_\_\_.

Заранее благодарим за участие!

## Опросник «Кто Я»

### Инструкция

В течение 12 минут записывайте ответы на один вопрос, относящийся к Вам самим: «Кто Я?». Постарайтесь дать как можно больше ответов. Каждый новый ответ начинайте с новой строки. Вы можете отвечать так, как Вам хочется, фиксировать все ответы, которые приходят в голову, поскольку в этом задании нет правильных или неправильных ответов.

После этого каждую свою отдельную характеристику оцените по трехзначной системе:

- «+» – «плюс» ставится, если в целом вам лично данная характеристика нравится;
- «-» – «минус» – если в целом вам лично данная характеристика не нравится;
- «+ -» – «плюс минус» – если данная характеристика вам и нравится, и не нравится одновременно.

У вас могут быть оценки, как всех видов знаков, так и только одного знака или двух-трех.

### *Семантическое пространство*

#### *I. «Социальное Я»*

- 1.1.1 прямое обозначение пола (юноша, девушка; женщина) «+»
- 1.1.2 «-»
- 1.1.3 «+-»
- 1.2 сексуальная роль (любовник, любовница; Дон Жуан, Амазонка);

1.3.1 учебно-профессиональная ролевая позиция (студент, учусь в институте, врач, специалист); «+»

1.3.2 «-»

1.3.3 «+-»

1.4.1 семейная принадлежность, проявляющаяся через обозначение семейной роли (дочь, сын, брат, жена и т. д.) или через указание на родственные отношения (люблю своих родственников, у меня много родных) «+»

1.4.2 «-»

1.4.3 «+-»

1.5 этническо-региональная идентичность включает в себя этническую идентичность, гражданство (русский, татарин, гражданин, россиянин и др.) и локальную, местную идентичность (из Ярославля, Костромы, сибирячка и т. д.);

1.6 мировоззренческая идентичность: конфессиональная, политическая принадлежность (христианин, мусульманин, верующий);

1.7 групповая принадлежность: восприятие себя членом какой-либо группы людей (коллекционер, член общества).

## *II. «Коммуникативное Я»*

2.1.1 дружба или круг друзей (друг, у меня много друзей); «+»

2.1.2 «-»

2.1.3 «+-»

2.2.1 умения в коммуникации (умею общаться, внимательно слушаю, хорошо выражаю мысль и эмоции) «+»

2.2.2 «-»

2.2.3 «+-»

## *III. «Материальное Я»*

3.1 описание своей собственности (имею квартиру, одежду, велосипед);

3.2.1 оценку своей обеспеченности, отношение к материальным благам (бедный, богатый, состоятельный, люблю деньги) «+»

3.2.2 «-»

3.3.1 отношение к внешней среде (люблю море, не люблю плохую погоду) «+»

3.3.2 «-»

*IV. «Физическое Я» включает в себя такие аспекты:*

4.1.1 субъективное описание своих физических данных, внешности (сильный, приятный, привлекательный) «+»

4.1.2 «-»

4.2.1 фактическое описание своих физических данных, включая описание внешности, болезненных проявлений и местоположения (блондин, рост, вес, возраст, живу в общежитии) «+»

4.2.2 «-»

4.3.1 пристрастия в еде, вредные привычки «+»

4.3.2 «-»

*V. «Деятельное Я»*

5.1 занятия, деятельность, интересы, увлечения (люблю решать задачи), опыт

5.2.1 самооценка способности к деятельности, самооценка навыков, умений, знаний, компетенции, достижений, (хорошо плаваю, умный; работоспособный, знаю английский) «+»

5.2.2 «-»

*VI. «Перспективное Я»*

6.1 профессиональная перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с учебно-профессиональной сферой (будущий водитель, буду хорошим учителем);

6.2 семейная перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с семейным статусом (буду иметь детей, будущая мать и т. п.);

6.3 групповая перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с групповой принадлежностью (планирую вступить в партию, хочу стать спортсменом);

6.4 коммуникативная перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с друзьями, общением.

6.5 материальная перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с материальной сферой (получу наследство, заработаю на квартиру);

6.6 физическая перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с психофизическими данными (буду заботиться о своем здоровье, хочу быть накачанным);

6.7 деятельностьная перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с интересами, увлечениями, конкретными занятиями (буду больше читать) и достижением определенных результатов (в совершенстве выучу язык);

6.8 персональная перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с персональными особенностями: личностными качествами, поведением и т. п. (хочу быть более веселым, спокойным);

6.9 оценка стремлений (многого желаю, стремящийся человек).

### *VII. «Рефлексивное Я»*

7.1.1 персональная идентичность: личностные качества, особенности характера, описание индивидуального стиля поведения (добрый, искренний, общительная, настойчивый, иногда вредный, иногда нетерпеливый и т. д.), персональные характеристики (кличка, гороскоп, имя и т. д.); эмоциональное отношение к себе (я супер, «клевай») «+»

7.1.2 «—»

7.1.3 «+—»

7.2.1 глобальное, экзистенциальное «Я»: утверждения, которые глобальны и которые недостаточно проявляют различия одного человека от другого (человек разумный, моя сущность) «+»

7.2.2 «—»

## 7.2.3 «+→»

*Отдельные показатели*

8.1 проблемная идентичность (я ничто, не знаю – кто я, не могу ответить на этот вопрос);

8.2 ситуативное состояние: переживаемое состояние в настоящий момент (голоден, нервничаю, устал, влюблен, огорчен).

**Опросник «Суверенность психологического пространства»**

Вам предлагается оценить утверждения, которые описывают детство человека. Если содержание утверждения относится к Вам, поставьте в ячейке «+». Если в Вашей жизни подобных ситуаций не встречалось, поставьте «-». Если Вам трудно вспомнить, как было на самом деле, представьте себе наиболее вероятное положение дел. Этот тест не измеряет интеллектуальные способности, поэтому правильных или неправильных ответов не существует; каждый вариант встречается в реальной жизни. Постарайтесь не раздумывать долго, время заполнения теста – 20 минут.

1. Случалось, что я был вынужден носить одежду, которая мне не нравилась.
2. Меня в детстве не стригли, не спросив на то моего желания.
3. Я всегда имел уголок для игры, который мог обустроить по собственному вкусу.
4. Решение о проведении каникул и выходных чаще принималось без меня.
5. Уже в раннем детстве я отказывался носить неудобную одежду.
6. У нас было в порядке вещей, если родители переключали телевизор на свой канал, когда я его смотрел.
7. Часто мне приходилось терпеть, когда родственники тискали и целовали меня.
8. Даже в детстве я был уверен, что без меня никто не трогает мои игрушки.
9. Я всегда имел возможность поиграть дома в одиночестве, когда мне этого хотелось.
10. В детстве бывало, что я носил одежду, в которой чувствовал себя посмешищем, и боялся, что меня будут дразнить.
11. Я обижался, когда меня в порядке наказания шлепали или давали подзатыльники.

12. Я раздражался, если во время стирки мама вытряхивала мои вещи из карманов.
13. В нашем доме запрещалось подкрепляться, «перехватывая куски» между завтраком, обедом и ужином.
14. Обычно родители не запрещали слушать музыку, которая мне нравится, даже если она их раздражала.
15. Меня никогда не заставляли есть насильно, как других детей.
16. Я часто огорчался, когда родители наводили порядок в моих игрушках.
17. Для меня было неприятным переживанием, когда мне стригли ногти.
18. У меня всегда было место (стол, сундучок, коробка), где я мог спрятать дорогие мне предметы.
19. Помню, что я сильно грустил оттого, что мне не разрешали ложиться спать чуть позже, чем это было принято.
20. Нередко бывало, что нужные мне вещи покупались как поощрение за хорошую учебу или поведение.
21. Случалось, что детский праздник был для меня испорчен, если я был одет не так, как хотелось.
22. Обычно меня спрашивали, что я хотел бы на завтрак, обед или ужин.
23. Мне не нравилось, если без разрешения брали мою чашку или расческу.
24. Когда я чувствовал себя обиженным, я имел привычку запираяться в ванной или туалете.
25. Я расстраивался, когда не мог доиграть из-за того, что взрослые звали меня к себе.
26. Если друзья предлагали мне переночевать у них, родители обычно не возражали.
27. Мне задавалось обычно устроить детский праздник так, как хотелось.
28. Случалось, я обижался, когда взрослые начинали серьезный разговор и выставляли меня в другую комнату.



29. Даже если подходило время ложиться спать, мне обычно разрешали досмотреть любимую передачу.
30. Мне не нравилась семейная традиция донашивать хорошие вещи, доставшиеся от других детей.
31. Мне часто хотелось поиграть с детьми, которые вместе со мной ходили в кружок, но обычно родители торопились, и это не удавалось.
32. При покупке вещей родители всегда учитывали мое мнение.
33. В детстве часто случалось, что, стесняясь попроситься в туалет, я долго терпел.
34. Я вполне ощутил, что отдать любимую игрушку — одно из самых сильных страданий маленького ребенка.
35. Взрослые почему-то считали, что могут войти в ванную или туалет, когда там ребенок, и не разрешали закрывать дверь на замок.
36. Родители старались делать со мной уроки, когда я уже справлялся сам.
37. Даже если родителям было некогда, они находили время, чтобы я поиграл с детьми, которые были мне симпатичны.
38. Родители не запрещали мне располагать в комнате ценные для меня предметы (фотографии любимых героев, плакаты), даже если они им не нравились.
39. Когда была приготовлена вкусная еда, то близкие мне взрослые считали необходимым накормить меня ею, даже преодолевая мое сопротивление.
40. Мне бы очень хотелось, чтобы на дверях детских комнат были замки, хотя взрослых это и обижает.
41. Мне случалось огорчаться, если родители неожиданно брали меня в гости.
42. В детстве меня нередко заставляли есть калорийную, но невкусную пищу.
43. Я переживал оттого, что взрослые ошибочно думали, будто в детстве любую вещь можно заменить другой.
44. Я предпочитал в детстве ходить в гости, а не звать гостей к себе.
45. Меня раздражало, если взрослые не информировали меня о своих планах.

46. Проблема «отцов и детей» у нас не существовала, так как родители с детства уважали мое мнение.
47. Мне не нравилось, когда взрослые в детстве любили меня пощекотать или ущипнуть.
48. Я любил в детстве, когда бывал за городом, построить себе шалаш или гнездо на дереве.
49. Родители спокойно принимали тот факт, что знают не всех моих друзей.
50. Мне не нравилось, что новых вещей не покупали, пока у нас были старые, но в хорошем состоянии.
51. Существовали телепередачи, которые я не мог смотреть без разрешения родителей.
52. Если ребенку не нравится какая-то вещь, ни к чему заставлять его пользоваться ею.
53. Как и многие другие дети, я мечтал построить домик из диванных подушек, но мне это не удавалось.
54. Если у нас с друзьями возникали общие планы, наши родители нередко старались их изменить.
55. Если я возвращался из магазина, то мог часть сдачи оставить себе.
56. У нас было принято, чтобы родители всегда знали мой распорядок дня.
57. Я всегда был уверен, что, когда я с кем-то разговариваю по телефону, никто не прервет и не подслушает нашей беседы.
58. Родители пресекали мои попытки украсить себя так, как не было принято в их время (пирсинг, татуаж, прически).
59. Мне часто бывало неприятно, когда взрослые дотрагивались до меня.
60. Испытывая нехватку карманных денег, я не стеснялся попросить их у родителей.
61. Меня раздражало, если в моей комнате наводили порядок.
62. Во время обеда, если суп был горячим, я мог сначала съесть второе, и родители это не запрещали.

63. Если у меня в детстве появлялся новый знакомый, я должен был обязательно показать его родителям.
64. Родители всегда демонстрировали свое несогласие с моими попытками соответствовать молодежной культуре.
65. Посещая врача, я боялся не боли, а того, что чужой человек будет меня трогать.
66. Наверное, я собственник: уже в детстве я постоянно раздражался оттого, что кто-то пользовался моими вещами.
  
67. Мне не нравилось, что взрослые ходят через ту комнату, где я играю с друзьями.
68. Проверая домашнее задание, родители всегда обращали внимание на порядок его выполнения: сначала основные предметы, а затем «второстепенные», и были недовольны, если он нарушался.
69. Меня раздражало, когда приходилось в детстве носить вещи старшей сестры или брата.
70. У меня было в детстве увлечение (кружок, спортивная или художественная школа), которое не реализовалось, потому что родители были против.
71. Маленьких детей везде ждут огорчения: даже надевая шапку или завязывая шарф, взрослые умудряются зацепить за ухо или вырвать волосы.
72. У меня вызывало брезгливость, если мама или бабушка настаивали, чтобы я попробовал приготовленную ими еду «поварской» ложкой, которой они пробовали ее сами.
73. Я не любил, если у нас оставались на ночь гости, и мне приходилось менять спальное место.
74. Если я не сделал домашнее задание, но успел выполнить его на перемене, родители никогда меня не ругали: «Победителя не судят».
75. Случалось, мне навязывали общение с братом или сестрой, даже когда мне этого не хотелось.

76. Мне случалось раздражать родителей, если мое мнение не совпадало с их собственным.
77. В детстве нередко вызывало огорчение, когда мне надевали одежду через голову.
78. В нашей семье считалось важным тратить деньги не только на самое необходимое, но и на то, чего очень хочется ребенку (дорогие книги и приборы – бинокль, словарь, без которых можно было вполне обойтись).
79. Я не любил, когда во время моих занятий кто-то из близких стоял у меня за спиной и смотрел мне через плечо.
80. Даже в детстве родители не настаивали, чтобы я «пошел по их стопам».

**Опросник «Подростки о родителях»**

Просим Вас оценить, исходя из собственного опыта, какие из указанных положений более всего характерны для Ваших родителей, когда Вы были в подростковом возрасте. Для этого внимательно прочитайте каждое утверждение, не пропуская ни одного из них.

Если Вы считаете, что утверждение полностью соответствует воспитательным принципам Вашего отца (или матери), поставьте «+». Если утверждение подходит частично – «+–». Если утверждение не относится к Вашему отцу(или матери) – поставьте «–».

Отец / Мать (нужное подчеркнуть)

1. Очень часто улыбался мне
2. Категорически требовал, чтобы я усвоил, что я могу делать, а что нет
3. Не хватало терпеливости в отношении ко мне
4. Когда я уходил, сам решал, когда я должен был вернуться
5. Всегда быстро забывал то, что сам говорил или приказывал
6. Когда у меня было плохое настроение, советовал мне успокоиться или развеселиться
7. Считал, что у меня должно существовать много правил, которые я обязан выполнять
8. Постоянно на меня кому-то жаловался
9. Предоставлял мне столько свободы, сколько мне было надо
10. За одно и то же один раз наказывал, а другой – прощал
11. Очень любил делать что-нибудь вместе
12. Если назначал какую-нибудь работу, то считал, что я должен делать только ее, пока не закончу

13. Начинал сердиться и возмущаться по поводу любого пустяка, который я сделал
14. Я мог идти, куда захочу, и не спрашивать у него разрешения
15. В зависимости от моего настроения отказывался от многих своих дел
16. Когда было мне грустно, пытался развеселить и воодушевить меня
17. Всегда настаивал на том, что за все мои проступки я, должен был быть наказан
18. Его мало интересовало то, что меня волновало и чего я хотел
19. Если б я захотел, то мог бы идти куда захочу каждый вечер
20. Имел определенные правила, но иногда соблюдал их, иногда – нет
21. Всегда с пониманием выслушивал мои взгляды и мнения
22. Следил за тем, чтобы я всегда делал то, что мне сказано
23. Иногда у меня возникало ощущение, что я ему был противен
24. Практически позволял мне делать все, что мне нравилось
25. Менял свои решения так, как ему было удобно
26. Часто хвалил меня за что-либо
27. Всегда точно хотел знать, что я делал и где находился
28. Хотел, чтобы я стал другим, изменился
29. Позволял мне самому выбирать дело по душе
30. Иногда очень легко меня прощал, а иногда – нет
31. Старался открыто доказать, что любит меня
32. Всегда следил за тем, что я делал на улице или в школе
33. Когда я делал что-нибудь не так, постоянно и везде говорил об этом
34. Предоставлял мне много свободы. Редко говорил «должен» или «нельзя»
35. Было очень тяжело заранее определить, как он поступит, когда я сделаю что-нибудь плохое или хорошее
36. Считал, что я должен иметь собственное мнение по каждому вопросу
37. Всегда тщательно следил за тем, каких друзей я имею

38. Когда я его чем-то задевал или обижал, не говорил со мной, пока я сам не начну
39. Всегда легко меня прощал
40. Хвалил и наказывал очень непоследовательно: иногда слишком много, а иногда слишком мало
41. Всегда находил время для меня, когда это было необходимо
42. Постоянно указывал мне, как себя вести
43. Вполне возможно, что в сущности меня ненавидел
44. Проведение каникул я планировал по собственному желанию
45. Иногда мог обидеть, а иногда бывал добрым и признательным
46. Всегда откровенно отвечал на любой вопрос, о чем бы я ни спросил
47. Часто проверял, все ли я убрал, как он велел
48. Чувствую, что он пренебрегал мною
49. Моя комната или уголок – это моя крепость: я мог убирать ее или нет, он не вмешивался
50. Очень тяжело было разобраться в его желаниях и указаниях.

**Опросник «Самоотношение»**

Вам предлагается ответить на следующие 57 утверждений. Если Вы согласны с данным утверждением ставьте знак «+», если не согласны то знак «-».

1. Думаю, что большинство моих знакомых относится ко мне с симпатией.
2. Мои слова не так уж часто расходятся с делом.
3. Думаю, что многие видят во мне что-то сходное с собой.
4. Когда я пытаюсь себя оценить, я прежде всего вижу свои недостатки.
5. Думаю, что как личность я вполне могу быть притягательным для других.
6. Когда я вижу себя глазами любящего меня человека, меня неприятно поражает то, насколько мой образ далек от действительности.
7. Мое «Я» всегда мне интересно.
8. Я считаю, что иногда не грех пожалеть самого себя.
9. В моей жизни есть или, по крайней мере, были люди, с которыми я был чрезвычайно близок.
10. Собственное уважение мне еще надо заслужить.
11. Бывало, и не раз, что я сам себя остро ненавидел.
12. Я вполне доверяю своим внезапно возникшим желаниям.
13. Я сам хотел во многом себя переделать.
14. Мое собственное «Я» не представляется мне чем-то достойным глубокого внимания.
15. Я искренне хочу, чтобы у меня было все хорошо в жизни.
16. Если я; и отношусь к кому-нибудь с укоризной, то, прежде всего, к самому себе.
17. Случайному знакомому я, скорее всего, покажусь человеком приятным.
18. Чаще всего я одобряю свои планы и поступки.
19. Собственные слабости вызывают у меня что-то наподобие презрения.



20. Если бы я раздвоился, то мне было бы довольно интересно общаться со своим двойником.
21. Некоторые свои качества я ощущаю как посторонние, чужие мне.
22. Вряд ли кто-либо сможет почувствовать свое сходство со мной.
23. У меня достаточно способностей и энергии воплотить в жизнь задуманное.
24. Часто я не без издевки подшучиваю над собой.
25. Самое разумное, что может сделать человек в своей жизни – это подчиниться собственной судьбе.
26. Посторонний человек, на первый взгляд, найдет во мне много отталкивающего.
27. К сожалению, если я и сказал что-то, это не значит, что именно так и буду поступать.
28. Свое отношение к самому себе можно назвать дружеским.
29. Быть снисходительным к собственным слабостям вполне естественно.
30. У меня не получается быть для любимого человека интересным длительное время.
31. В глубине души я бы хотел, чтобы со мной произошло что-то катастрофическое.
32. Вряд ли я вызываю симпатию у большинства моих знакомых.
33. Мне бывает очень приятно увидеть себя глазами любящего меня человека.
34. Когда у меня возникает какое-либо желание, я, прежде всего, спрашиваю себя, разумно ли это.
35. Иногда мне кажется, что если бы какой-то мудрый человек смог увидеть меня насквозь, он бы тут же понял, какое я ничтожество.
36. Временами я сам собой восхищаюсь.
37. Можно сказать, что я ценю себя достаточно высоко.
38. В глубине души я никак не могу поверить, что я действительно взрослый человек.
39. Без посторонней помощи я мало что могу сделать.

40. Иногда я сам себя плохо понимаю.
41. Мне очень мешает недостаток энергии, воли и целеустремленности.
42. Думаю, что другие в целом оценивают меня достаточно высоко.
43. В моей личности есть, наверное, что-то такое, что способно вызывать у других неприязнь.
44. Большинство моих знакомых не принимают меня уж так всерьез.
45. Сам у себя я довольно часто вызываю чувство раздражения.
46. Я вполне могу сказать, что унижаю себя сам.
47. Даже мои негативные черты не кажутся мне чужими.
48. В целом, меня устраивает то, какой я есть.
49. Вряд ли меня можно любить по-настоящему.
50. Моим мечтам и планам не хватает реалистичности.
51. Если бы мое второе «Я» существовало, то для меня это был бы самый скучный партнер по общению.
52. Думаю, что мог бы найти общий язык с любым разумным и знающим человеком.
53. То, что во мне происходит, как правило, мне понятно.
54. Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки.
55. Вряд ли найдется много людей, которые обвинят меня в отсутствии совести.
56. Когда со мной случаются неприятности, как правило, я говорю: «И поделом тебе».
57. Я могу сказать, что в целом я контролирую свою судьбу.

### Опросник «Способы совладающего поведения»

Вам будет предложен ряд утверждений, касающихся особенностей Вашего поведения в затруднительных ситуациях. Оцените, пожалуйста, на сколько часто вы обычно поступали тем или иным способом. Поставьте «+» в соответствующей графе.

	Оказавшись в трудной ситуации, я...	никогда	редко	иногда	часто
1	Сосредоточивался на том, что мне нужно делать дальше, на следующем шаге				
2	Начинал что-то делать, зная, что это все равно не будет работать: главное — делать хоть что-нибудь				
3	Пытался склонить вышестоящих к тому, чтобы они изменили свое мнение				
4	Говорил с другими, чтобы больше узнать о ситуации				
5	Критиковал и укорял себя				
6	Пытался не сжигать за собой мосты				
7	Надеялся на чудо				
8	Смирялся с судьбой: бывает, что мне не везет				
9	Вел себя, как будто ничего не произошло				
10	Старался не показывать своих чувств				
11	Пытался увидеть плюсы этой ситуации				
12	Спал больше обычного				
13	Срывал свою досаду на тех, кто навлек на меня проблемы				
14	Искал сочувствия и понимания у кого-нибудь				
15	Во мне возникла потребность выразить себя творчески				
16	Пытался забыть все это				
17	Обращался за помощью к специалистам				
18	Менялся или рос как личность в положительную сторону				
19	Извинялся или старался все загладить				

20	Составлял план действий				
21	Старался дать какой-то выход своим чувствам				
22	Понимал, что я сам вызывал эту проблему				
23	Набирался опыта в этой ситуации				
24	Говорил с кем-либо, кто мог конкретно помочь в этой ситуации				
25	Пытался улучшить свое самочувствие едой, выпивкой, курением или лекарствами				
26	Рисковал напропалую				
27	Старался действовать не слишком поспешно, доверя-ясь первому порыву				
28	Находил новую веру во что-то				
29	Вновь открывал для себя что-то важное				
30	Что-то менял так, что все улаживалось				
31	В целом избегал общения с людьми				
32	Не допускал это до себя, стараясь об этом особенно не задумываться				
33	Спрашивал совета у родственника или друга, которых уважал				
34	Старался, чтобы другие не узнали, как плохо обстоят дела				
35	Отказывался воспринимать это слишком серьезно				
36	Говорил с кем-то о том, что я чувствую				
37	Стоял на своем и боролся за то, что хотел				
38	Вымещал это на других людях				
39	Пользовался прошлым опытом — мне приходилось уже попадать в такие ситуации				
40	Знал, что надо делать, и удваивал свои усилия, чтобы все наладить				
41	Отказывался верить, что это действительно произошло				
42	Я давал себе обещание, что в следующий раз все будет по-другому				
43	Находил пару других способов решения проблемы				
44	Старался, чтобы мои эмоции не слишком мешали мне в других делах				
45	Что-то менял в себе				
46	Хотел, чтобы все это скорее как-то образовалось или кончилось				

47	Представлял себе, фантазировал, как все это могло бы обернуться				
48	Молился				
49	Прокручивал в уме, что мне сказать или сделать				
50	Думал о том, как бы в данной ситуации действовал человек, которым я восхищаюсь, и старался подражать ему				



1 8	Выразить свое неодобрение или несогласие людям, которых вы мало знаете.								
1 9	Смотреть незнакомым людям в глаза.								
2 0	Устный доклад в группе.								
2 1	Познакомиться с романтическими или сексуальными намерениями.								
2 2	Вернуть вещи в магазин (с целью возврата денег).								
2 3	Устроить вечеринку.								
2 4	Отказать настойчивому коммерческому агенту								

**Опросник «Уровень эмоционального интеллекта»**

Вам предлагается ответить на следующие 46 утверждений. Если Вы согласны с данным утверждением ставьте знак «+», если не согласны то знак «-».

1. Я замечаю, когда близкий человек переживает, даже если он/она пытается это скрыть
2. Если человек на меня обижается, я не знаю, как восстановить с ним хорошие отношения
3. Мне легко догадаться о чувствах человека по выражению его лица
4. Я хорошо знаю, чем заняться, чтобы улучшить себе настроение
5. У меня обычно не получается повлиять на эмоциональное состояние своего собеседника
6. Когда я раздражаюсь, то не могу сдержаться, и говорю все, что думаю
7. Я хорошо понимаю, почему мне нравятся или не нравятся те или иные люди
8. Я не сразу замечаю, когда начинаю злиться
9. Я умею улучшить настроение окружающих
10. Если я увлекаюсь разговором, то говорю слишком громко и активно жестикулирую
11. Я понимаю душевное состояние некоторых людей без слов
12. В экстремальной ситуации я не могу усилием воли взять себя в руки
13. Я легко понимаю мимику и жесты других людей
14. Когда я злюсь, я знаю, почему
15. Я знаю, как ободрить человека, находящегося в тяжелой ситуации
16. Окружающие считают меня слишком эмоциональным человеком
17. Я способен успокоить близких, когда они находятся в напряженном состоянии
18. Мне бывает трудно описать, что я чувствую по отношению к другим



19. Если я смущаюсь при общении с незнакомыми людьми, то могу это скрыть
20. Глядя на человека, я легко могу понять его эмоциональное состояние
21. Я контролирую выражение чувств на своем лице
22. Бывает, что я не понимаю, почему испытываю то или иное чувство
23. В критических ситуациях я умею контролировать выражение своих эмоций
24. Если надо, я могу разозлить человека
25. Когда я испытываю положительные эмоции, я знаю, как поддержать это состояние
26. Как правило, я понимаю, какую эмоцию испытываю
27. Если собеседник пытается скрыть свои эмоции, я сразу чувствую это
28. Я знаю, как успокоиться, если я разозлился
29. Можно определить, что чувствует человек, просто прислушиваясь к звучанию его голоса
30. Я не умею управлять эмоциями других людей
31. Мне трудно отличить чувство вины от чувства стыда
32. Я умею точно угадывать, что чувствуют мои знакомые
33. Мне трудно справляться с плохим настроением
34. Если внимательно следить за выражением лица человека, то можно понять, какие эмоции он скрывает
35. Я не нахожу слов, чтобы описать свои чувства друзьям
36. Мне удастся поддержать людей, которые делятся со мной своими переживаниями
37. Я умею контролировать свои эмоции
38. Если мой собеседник начинает раздражаться, я подчас замечаю это слишком поздно
39. По интонациям моего голоса легко догадаться о том, что я чувствую
40. Если близкий человек плачет, я теряюсь
41. Мне бывает весело или грустно без всякой причины
42. Мне трудно предвидеть смену настроения у окружающих меня людей

43. Я не умею преодолевать страх
44. Бывает, что я хочу поддержать человека, а он этого не чувствует, не понимает
45. У меня бывают чувства, которые я не могу точно определить
46. Я не понимаю, почему некоторые люди на меня обижаются