

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ
Л.Н.ГУМИЛЕВ АТЫНДАҒЫ ЕУРАЗИЯ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН
ЕВРАЗИЙСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Л.Н.ГУМИЛЕВА
MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN
L.N.GUMILYOV EURASIAN NATIONAL UNIVERSITY



Әбу Насыр әл-Фарабидің 1150 жылдық,
Абай Құнанбайұлының 175 жылдық және
С.М. Жақыповтың 70 жылдық мерейтойына арналған
«Жаһандану әлеміндегі адамның денсаулық психологиясы»
тақырыбындағы халықаралық ғылыми - практикалық конференцияның

МАТЕРИАЛДАРЫ

2020 жылдың 15 мамыры

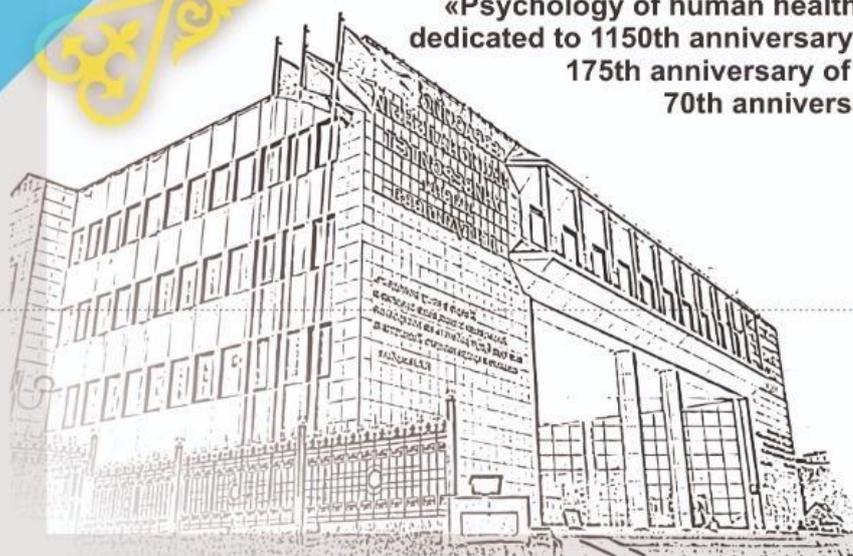
МАТЕРИАЛЫ

Международной научно-практической конференции
«Психология здоровья человека
в глобализирующемся мире»
к1150 - летию Абу Насыра аль-Фараби,
175-летию Абая Кунанбайулы и 70 - летию С.М. Джакупова
15 мая 2020 года

PROCEEDINGS

International scientific conference about
«Psychology of human health in a globalizing world»
dedicated to 1150th anniversary of Abu Nasyr al-Farabi,
175th anniversary of Abay Kunanbayuly and
70th anniversary of S.M. Dzhakupova

15 May 2020



Нұр-Сұлтан, 2020

УДК 159.9 (063)
ББК 88,3
П 86

Редакционная коллегия

Қашхынбай Б.Б.-декан факультета социальных наук, (ответственный редактор)

Сламбекова Т.С. - профессор, заведующий кафедрой Социальной педагогики и самопознания

Айкинбаева Г.К. -кандидат педагогических наук, доцент

Мамбеталина А.С. -кандидат психологических наук, доцент

Нурадинов А.С. -кандидат психологических наук, доцент

Рыскулова М.М. -кандидат педагогических наук, доцент

Исаханова А.А. – PhD психологии

Организационный комитет

Ақымбек Г.Ш. -магистр психологии

Бурдесбекова У.И. -магистр педагогики

Құнанбаева А.Ж. -магистр психологии

Лекенова А.-магистр социальной педагогики и самопознания

Психология здоровья человека в глобализирующемся мире: Сб. науч. статей Межд. конф. города Нур – Султана. 15 мая 2020 г. /Под ред. Б.Б. Қашхынбай, Т.С. Сламбековой, Г.К. Айкинбаевой. – Нур –Султан: ЕНУ имени Л.Н. Гумилева. – 498 с.

ISBN 978-601-337-343-0

В настоящий сборник вошли материалы II Международной научно-практической конференции «Психология здоровья человека в глобализирующемся мире» к 1150 – летию Абу Насыра аль-Фараби, 175- летию Абая Кунанбайулы и 70- летию С.М. Джакупова. (город Нур Султан 2020 г.)

Материалы предназначены для молодых ученых, соискателей, студентов, магистрантов, докторантов, интересующимися проблемами психологии.

ISBN 978-601-337-343-0

©ЕНУ имени Л.Н. Гумилева, 2020

©Кафедра социальной педагогики и самопознание

ЕНУ им Л.Н. Гумилева

5. Мұқанғалиев Е. Отбасы және ұрпақ тәрбиесі // Ислам әлемі. - 2004. - №4. – Б. 7-10.

6. Баймұқанова М. Отбасымен әлеуметтік-педагогикалық жұмыс. - Астана, 2005. - 91 б.

7. Бекжігіт А., Ыстыбай Ә. Қыздарға мұсылмандық тәрбие. - Шымкент, 2003. - 44 б.

УДК 159.922

ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ЧУВСТВА ВИНЫ ПОДРОСТКАМИ

Берикбаева Жаниел Алибайқызы

zhaniela@mail.ru

Бакалавр 4 курс, специальность 5В050300 «Психология»,
Евразийский Национальный университет им. Л.Н. Гумилева,
Нур-Султан, Казахстан.

Научный руководитель – Акымбек Г.Ш.

Чувство вины - сочетание страха, аутоагрессии (наказания человеком самого себя) и защиты от этой внутренней агрессии. Вина — не что иное, как эмоциональное обострение совести. Комплекс вины напоминает, что у нас есть совесть, но делает это лишь после того, как мы не воспользовались ее советами.

Эйбл-Эйбесфельдт (Eibl-Eibesfeldt, 1971) доказал, что развитие этических норм имеет под собой биологическую основу, и в полном соответствии с теорией дифференциальных эмоций предположил, что связанное с этическими нормами развитие чувства ответственности и вины также имеет генетическую основу. Осьюбел (Ausubel, 1955) не указывал прямо на биогенетический механизм вины, однако утверждал, что эта, по сути своей очень человеческая, эмоция лежит в основе развития и упрочения социальных норм и потому с неизбежностью представлена во всех культурах, при минимально благоприятствующих тому условиях. Он выдвинул три психологические предпосылки развития эмоции вины:

- 1) принятие общих моральных ценностей;
- 2) интернализация этих ценностей;
- 3) способность к самокритике, развитая настолько, чтобы воспринимать противоречия между реальным поведением и интернализированными ценностями.

И. А. Белик (2006) рассматривает вину как четырехкомпонентное образование. В нее входят: 1) эмоциональный компонент (переживания дисфорического характера — угнетенность, подавленность, страдание и т. д.), сожаление и раскаяние; 2) когнитивный компонент, который включает осознание и анализ поступка, осознание несоответствия «реального» и «идеального»; 3) мотивационный компонент: желание исправить или

изменить сложившуюся ситуацию или поведение; 4) психосоматический компонент, связанный с неприятными физическими ощущениями (головная боль, тяжесть в животе и т. д.). По данным И. А. Белик, переживание вины у взрослых зрелого возраста (30–55 лет) связано с осознанием собственной ограниченности, упущенных возможностей и потерей близких людей; у молодых (19–23 года) — с нанесением обиды другим людям или с тем, что они не оправдывают ожиданий значимых для них людей.

Чем старше ребенок, тем сложнее и многообразнее жизнь. Поэтому всяческих поводов к нарушению нравственных правил с годами оказывается все больше. Существует возрастная специфика содержания моральных норм, на которые школьники реально равняются. Психологические исследования показали, что подростки переживают чувство вины, если нарушают такие моральные нормы, как: «не причиняй другому боли», «не причиняй другому ущерба», «будь справедливым», «будь правдивым», «уважай чувства другого», «помоги тому, кто оказался в беде», «храни тайну, если друг тебе ее доверил». В младшем подростковом возрасте чувство вины чаще всего возникает, если нарушаются моральные требования взаимопомощи, а также непричинения боли и ущерба. В 13–14 лет ребята чаще всего чувствуют себя виноватыми, если нарушают нормы «сохраняй доверенную тайну» и «уважай чувства другого». Старшие подростки особенно переживают из-за нанесения физического ущерба, нарушения норм взаимопомощи, из-за собственной несправедливости и лживости. Возрастная специфика в отношении моральных норм проявляется раньше у девочек, чем у мальчиков. Они раньше начинают ориентироваться на внутренний мир другого человека.

Исследования зафиксировали и тревожный факт: процент подростков, переживающих чувство вины, с возрастом уменьшается. Одновременно с этим растет количество детей, одобряющих нарушение моральных норм.

У подростков, которые соблюдают моральные нормы, отношения с родителями теплые, дружеские, с хорошим эмоциональным контактом. Они уверены в помощи и поддержке семьи, в том, что старшие их уважают. Родители предоставляют им достаточно возможностей, чтобы самостоятельно решать многие вопросы, проявлять ответственность и инициативу. Все требования со стороны родителей подростками воспринимаются как понятные и разумные. Тем самым моральные нормы, которые родители прививают ребенку, ощущаются им как его собственные. Он их разделяет. А если нарушает, чувствует себя виноватым.

Подросткам с низким уровнем саморегуляции, то есть с плохим поведением, в родной семье живет дискомфортно. Со стороны родителей они чувствуют лишь властность, подозрительность, придирчивость, холодность. Родители стараются брать на себя ответственность за все, что делает подросток, и контролировать каждый его шаг. Они слишком часто навязывают ему чувство вины, напоминая о том, что многим жертвуют ради него. Отношения в семье воспринимаются такими детьми как тяжелые, в родителях они видят диктаторов, которые уверены в своей непогрешимости и добиваются абсолютного подчинения своей воле. Тем самым и моральные

нормы, предписанные родителями, воспринимаются подростками как навязанные, чуждые, стесняющие свободу и активность. За их нарушение подростки опасаются наказания, но внутреннего чувства вины у них не возникает. Даже наоборот: подросток чувствует себя «молодцом», если удалось безнаказанно сделать что-нибудь запрещенное «предками». Еще одно негативное следствие жесткого контроля в том, что в восприятии ребенка разные по важности и смыслу родительские требования как бы уравниваются. Если родители с одинаковой категоричностью запрещают лгать, драться, брать чужое и, допустим, красить ресницы или носить серьгу, то подросток так же не чувствует вины за обман, как не чувствует ее за нанесенный тайком макияж.

Переживание чувства вины – непереносимый признак моральной личности. Однако с ним связаны и определенные опасности для развития ребенка. Причем эти опасности разнонаправлены. Воспитательные ошибки могут привести к закреплению у ребенка повышенного, болезненного чувства вины. А могут, наоборот, полностью вытравить у ребенка способность чувствовать себя виноватым. Наконец, вечное чувство «я плохой, я виноват» может привести ребенка к убеждению в собственной никчемности и неполноценности.

Зачастую родители «перебивают» у ребенка переживание вины, хотя стремятся к прямо противоположному – чтобы он получше ее прочувствовал. Они ставят ребенка в унижительное положение, заставляют публично извиняться или рассказывают посторонним, в чем он провинился. В таких случаях ребенок чувствует стыд, страх, обиду, беспомощность, озлобление, и эти чувства оказываются сильнее чувства вины. В памяти ребенка откладывается не то, что он был виноват, а то, что с ним поступили жестоко. Вынуждать к извинениям вообще неконструктивно. Просьба о прощении – это ведь не наказание, а результат осознания собственной вины. Если ребенок понял, что виноват, ему нужно подсказать, как загладить вину. В том числе и просьбой о прощении. Чтобы ребенок сам понял свою вину, родители подчас наказывают его нарочитым «лишением любви». Они не высказывают своего недовольства неправильным поведением ребенка, а просто не разговаривают с ним, игнорируют. Эта родительская тактика тоже не способствует переживанию вины. Она ведет к тому, что ребенок начинает поступать еще хуже, чтобы «доказать свое существование» и заставить родителей реагировать. Либо мучится от одиночества и собственной «ненужности». Еще одна неконструктивная тактика – воспитательный контроль с помощью стимулирования чувства вины. Она заключается в том, что ребенка, совершившего проступок, родители клеймят: жестокий, неблагодарный, предавший родительскую любовь. Воспитательные меры такого рода приводят к тому, что развитие самостоятельности ребенка сковывается постоянным страхом оказаться виноватым в неблагополучии родителей.

Чувство вины для ребенка - тяжело и неприятно, но, похоже, совсем без него обычным родителям при воспитании ребенка не обойтись: теоретически

это возможно, а практически квалификации для этого не хватит. Да и во взрослой жизни чувство вины сдерживает людей от поступков, о которых они позже могли бы серьезно сожалеть.

Комплекс вины детей перед родителями возникает нередко после смерти родителей в состоянии реактивной депрессии. Память воспроизводит сцены размолвок, столкновений и ссор. Начинаются мучительные сожаления: «зачем я тогда не уступил?», «зачем был груб и раздражителен?» Человек грызет себя за то, что не все якобы сделал для матери или отца, не обратился к специалистам, не повез туда, где могли бы спасти, не достал новое лекарство, которое помогло бы, и т. д. Еще острее в таких случаях комплекс вины родителей перед детьми: недоглядели, слишком были строги, зря наказывали, «если бы только знать, что суждена ему такая короткая жизнь!».

Растревоженная совесть заставляет стремиться к искуплению мнимой вины с помощью расходов на сооружение памятника, хлопот по украшению могилы. Чем обременительнее хлопоты, тем больше внутреннее удовлетворение. Человеку кажется, что он отдает дань уважения родителям или выражает беспредельную любовь к ребенку. Но забота о памятниках в большой мере есть преодоление комплекса виновности.

Существует еще один вариант комплекса виновности, связанного с сознанием неполноценности. Это *комплекс виновности матери*, не испытывающей материнских чувств к своему ребенку. Общество ожидает и требует от матери любви к своим детям. Однако есть женщины, которые в силу особенности индивидуальной психофизиологической организации не испытывают нежных чувств к потомству. У некоторых из них любовь к детям вспыхивает лишь периодически, а иногда не ко всем их детям. Эти женщины ведут себя по-разному. Одни полностью пренебрегают материнским долгом, другие беспощадно терзаются отсутствием материнской привязанности, в глубине души считая себя морально ущербными. Они компенсируют свой комплекс, проявляя повышенную, временами болезненную заботливость, которая ребенку тягостна и вредна.

Последствия чувство вины

- *Самоосуждение.* Когда люди осуждают вас, отвергают, то, в общем, они думают, что вы плохие. В результате вы чувствуете вину и осуждаете себя. Вид у вас понурый, смотреть в глаза вы не можете, также не можете сказать «нет» даже в тех случаях, когда это стоит сделать.
- *Протест.* Может быть открытым, когда подросток вспыхивает и делает «назло». Бывает пассивным, когда подросток долго собирается, «забывает» за собой убрать, не выполняет свои обязанности. Такое поведение выводит из себя родителей, приводит еще к большему гневу с их стороны и еще большей вины у подростка.
- *Отрицание и самооправдание.* Иногда мы скрываем вину, еще и сваливаем ее на других. Сосредотачиваясь на ком-то, мы отвлекаемся от своих неудач. Кроме того, подростки могут отрицать свой проступок, даже если всем окружающим ясно, кто это сделал.
- *Признание вины.* Признание - это еще одна типичная реакция на вину.

Чтобы почувствовать облегчение за свои проступки, мы можем просить прощения.

• *Депрессия.* Депрессия это не просто плохое настроение - это серьезная проблема, которая влияет на все аспекты жизни подростка.

Слишком выраженная склонность к переживанию вины может быть базой для возникновения депрессии (Malatesta, Wilson, 1988), а также для развития сверхответственности за происходящее (Zahn-Waxler et al., 1991). Зигмунд Фрейд также считал, что преувеличенное чувство вины и самобичевание являются основными признаками депрессии. Оставлять подростка один на один в депрессивном состоянии нельзя. Если ребенок однажды перенес приступ депрессии, то наиболее вероятно, что в будущем он повторится снова. Сохраняющаяся подростковая депрессия может привести к осложнениям в будущем, или даже к смерти.

Яноф-Бюльман исследуя проблему насилия, выявили, что женщина находящаяся в ситуации домашнего насилия испытывает чувство вины. Чувство вины и ответственности у жертвы - это защитная реакция, которая позволяет жертве насилия думать о том, что она контролировала ситуацию, т. к. осознание неконтролируемости ситуации повышает тревожность, страх, вызывает дискомфорт и чувство постоянной опасности. Чаще всего жертва насилия оказывается запуганной и не в силах сообщить о случившемся взрослым. Преступник может убедить подростка, что он сам виноват в случившемся и, если расскажет кому-нибудь, то ему будет только хуже. Зачастую взрослые, узнав о происшедшем, ругают ребенка за то, что он не сказал раньше, не понимая, насколько ему тяжело далось признание. Подростку может казаться, что он сделал что-то не так. Если это произошло именно с ним, значит, он привлек насильника своим неправильным поведением или внешним видом.

В последнее время уверенно набирает обороты проблема подросткового суицида. Основные причины самоубийства в столь раннем возрасте — это неудачные попытки справиться с навалившимися проблемами в школе и семье. Родители часто не понимают своих детей, навязывают им свое мнение. Своими действиями они оказывают серьезное эмоциональное давление на еще не сформировавшуюся психику ребенка, заставляя его решать свои проблемы самостоятельно, часто не пытаясь вникнуть в ситуацию и попытаться помочь. В школе же ситуация обостряется огромной загруженностью и возникающей из нее усталости, проблемами в общении, стеснением, замкнутостью.

Список использованных источников

1. Евгений Павлович Ильин « Психология совести: вина, стыд, раскаяние » : Питер; Санкт-Петербург; 2017
2. Евгений Павлович Ильин « Психология совести: вина, стыд, раскаяние » : Питер; Санкт-Петербург; 2017
3. <https://ps.1sep.ru/article.php?ID=200802124>
4. https://online.zakon.kz/Document/?doc_id=30468239#pos=26;-35

5. https://www.golos-ameriki.ru/a/cyber-bulling_2010_05_06-92990119/184807.html

6. Лиз Бурбо «Ответственность, обязательство, чувство вины»
<https://bookshake.net/get-file/dd34cc70-3593-49fe-88fe-a345e85355c0?format=fb2>

7. <http://www.webnek.com/sometext/vina1.html>

ӘОЖ 159.922

БАЛАЛАРДЫҢ ПСИХИКАСЫН РУХАНИ ҚҰНДЫЛЫҚТАР НЕГІЗІНДЕ ҚАЛЫПТАСТЫРУ

Ботабаева П.Е.

Магистрант

М.Әуезов атындағы Оңтүстік Қазақстан мемлекеттік университеті,
Шымкент қ.

Данияр Д.Д.

студент

Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы қ.

Қоғамның дамуына орай, халықтың құндылықтарыда түрлі өзгерістерге ұшырады. Қазақ халқының осы өзгеріске ұшыраған рухани құндылықтарын қайта оралту мақсатында, Елбасымыз Н.Ә.Назарбаевтың Қазақстан халқына Жолдауында тарих сахнасында «Мәңгілік ел» болып қалу үшін, келесі «мәңгілік рухани құндылықтарды» сақтау қажеттігін айтады. Олар:

1. Отансүйгіштік
2. Бейбітшілік пен тұрақтылық
3. Еңбексүйгіштік
4. Ерік-жігер
5. Мақсаткерлік
6. Бірлік пен татулық [1].

Ал кейбір құндылықтар өз маңыздылығын ешқашанда жоймайды. Олардың бірі ұрпақтың білім алуы мен эстетикалық құндылықтар.

Қазіргі таңда дүниежүзіндегі халықтар арасында түрлі құндылықтар қалыптасқан, бірақ барлық халық үшін ортақ құндылықтарда бар, олар:

- адамның құқығы;
- адамның өмірі;
- балаларды қорғау;
- жастарға сапалы білім және тәрбие беру;
- патриотизм;
- елдегі бейбітшілік пен тыныштық.

Л.С. Выготскийдің ойынша, тұлғаның дамуы, оның мәдени құндылықтарының игеруімен шартталады [2]. Ал С.Л. Рубинштейн адам өмірінің мәні мен мағынасын және өмірде кездесетін жағдайларды