

УДК 159.922

Т. Е. Яценко¹, кандидат психологических наук, доцент,Е. А. Полховская²Учреждение образования «Барановичский государственный университет», ул. Войкова, 21,
225404 Барановичи, Республика Беларусь, ¹t.e.yatsenko@mail.ru

ХАРАКТЕРИСТИКИ КОГНИТИВНОЙ АКТИВНОСТИ ВИКТИМНЫХ ДЕВУШЕК, ОБУЧАЮЩИХСЯ В УНИВЕРСИТЕТЕ

В статье актуализирована проблема роли когнитивной активности в жизни человека, особенно человека, обладающего личностной уязвимостью, к которой относится виктимность. Приведена дефиниция когнитивной активности, описана ее структура. Отмечен вклад метакогнитивной включенности в деятельность в регуляцию когнитивной активности личности. Описана мыслительная активность как форма когнитивной активности личности. Представлены характеристики виктимного мышления. Отражена роль когнитивных процессов в регуляции эмоций и совладании с трудными жизненными ситуациями. Представлено понимание виктимности с позиции диспозиционного подхода. Описаны эмпирически установленные характеристики когнитивной активности девушек, обучающихся в университете, склонных к разным видам виктимного поведения (стили мышления, критическое мышление, виктимное мышление, когнитивные копинг-стратегии, когнитивные стратегии регуляции эмоций, осознанность, метакогнитивная включенность, склонность к когнитивным ошибкам).

Ключевые слова: когнитивная активность; мыслительная активность; мышление; когнитивные копинг-стратегии; стратегии регуляции эмоций; осознанность; метакогнитивная включенность; склонность к когнитивным ошибкам; виктимность; виктимное поведение.

Библиогр.: 15 назв.

T. E. Yatsenko¹, Ph. D. in Psychology, Associate Professor,E. A. Polhovskaya²Institution of Education "Baranavichy State University", 21 Voykova Str., 225404 Baranavichy,
the Republic of Belarus, ¹t.e.yatsenko@mail.ru

COGNITIVE ACTIVITY CHARACTERISTICS OF VICTIM GIRLS STUDYING AT UNIVERSITY

The article addresses the role of cognitive activity in human life, especially in individuals with personal vulnerabilities such as victimization. It defines cognitive activity and describes its structure. The contribution of metacognitive engagement in regulating cognitive activity is highlighted. Mental activity is described as a form of cognitive activity. Characteristics of victim thinking are presented. The role of cognitive processes in regulating emotions and coping with difficult life situations is reflected. A dispositional approach to understanding victimization is presented. Empirically established characteristics of the cognitive activity of female university students prone to various types of victim behavior (thinking styles, critical thinking, victim thinking, cognitive coping strategies, cognitive strategies for regulating emotions, mindfulness, metacognitive engagement, and a tendency to make cognitive errors) are described.

Key words: cognitive activity; mental activity; thinking; cognitive coping strategies; emotion regulation strategies; mindfulness; metacognitive involvement; tendency to cognitive errors; victimization; victim behavior.

Ref.: 15 titles.

Введение. Когнитивная активность — это внутренняя активность субъекта, направленная на восприятие, переработку, осмысление и использование информации, поступающей из внешней среды и возникающей в результате умственной деятельности. Когнитивная активность включает работу психических процессов (восприятие, внимание, память, мышление, воображение, речь). Можно отметить следующие функции когнитивной активности: 1) функцию адаптации, функцию обеспечения познавательной и социально-психологической гибкости через встраивание новых знаний и моделей мира в имеющуюся картину мировоззрения, изменение когнитивных схем сообразно новому опыту и знаниям или применение известных стратегий познания и поведения в новых условиях (феномены аккомодации и ассимиляции, выделенные Ж. Пиаже); 2) регуляторную функцию в стрессовых ситуациях, когда

посредством первичной и вторичной оценок стрессора формируется отношение к трудной, стрессовой ситуации как к угрозе благополучию или возможности личностного роста и осуществляется выбор вида стратегии совладающего поведения (Р. Лазарус); 3) функцию конструирования собственной идентичности и представлений о своем положении в системе отношений «я—другие» посредством направления внимания на отдельные жизненные события и игнорирование иных событий (феномен селективного игнорирования в познавательной деятельности, проявляющийся через перцептивную бдительность или перцептивную защиту, описанный Г. Салливаном); 4) функцию принятия решений (Г. Саймон); 5) функцию конструирования субъективной реальности. Важной характеристикой когнитивной активности является осознанность, которая способствует регуляции внимания, интеграции опыта, рефлексии и повышению эффективности познавательной деятельности.

Особенно важным является изучение характеристик когнитивной активности юношей и девушек, обладающих личностной уязвимостью, так как исследование данной проблемы имеет не только научный, но и прикладной интерес (выявление когнитивных предикторов, усиливающих личностную уязвимость и снижающих жизнестойкость личности). К уязвимым типам личности относится виктимная личность. Современные исследования подчёркивают, что виктимное поведение (далее — ВП) часто сопряжено с недостаточной эмоциональной регуляцией, низким уровнем эмоционального интеллекта и искажённым восприятием социальных ситуаций, пессимистическим атрибутивным стилем, обесценивающим достижения и усилия личности в управлении событиями собственной жизни, экзистенциальным замыканием (придание смысла существованию через переживание боли), рассмотрением страданий как основы идентичности, дисинхронией уровневой организации личности (рассогласование ценностей и поведенческих реакций), что усиливает риски социальной уязвимости и повторной виктимизации [1—3]. Соответственно, значимым является системный анализ характеристик когнитивной активности виктимной личности в юношеском возрасте, поскольку в этот период закладываются устойчивые поведенческие модели и система отношений к себе и другим. Когнитивная активность виктимной личности как комплексный феномен не выступала предметом научного анализа, что и обусловило обращение к теме научного исследования.

Методология и методы исследования. Методология исследования: диспозиционный подход к пониманию виктимности О. О. Андронниковой; информационно-когнитивный подход к пониманию когнитивной активности У. Найссера; теория стилей мышления А. Харрисона и Р. Брэмсона; теоретическая модель когнитивного копинга Р. Лазаруса и С. Фолкман; когнитивно-поведенческая теория эмоций Н. Гарнефски и В. Крайг; концепция метакогниций Г. Шроу и Р. Деннисона. Методы исследования: теоретического анализа и обобщения, тестирование, математической и статистической обработки данных. Диагностический инструментарий: «Методика исследования виктимного поведения» О. О. Андронниковой; опросник «Стили мышления» Р. Брэмсона, А. Харрисона в адаптации А. А. Алексева; «Методика диагностики копинг-механизмов» Э. Хейма в адаптации Л. И. Вассермана; «Тест оценки критического мышления» Л. Старки в адаптации Е. Л. Луценко; «Опросник когнитивных ошибок как инструмент оценки компонентов патологической тревоги» А. Фримана в адаптации А. Е. Боброва и Е. В. Файзрахманова; «Опросник когнитивной регуляции эмоций» Н. Гарнефски, В. Крайг в адаптации О. Л. Писаревой, А. Гриценко; «Пятифакторный опросник осознанности» Р. Бэра в адаптации Н. М. Юмартова и Н. В. Гришина; опросник «Метакогнитивная включенность в деятельность» Г. Шроу и Р. Деннисона в адаптации Е. И. Периковой и В. М. Бызовой.

Для выявления взаимосвязи виктимности с характеристиками когнитивной активности в юности мы использовали методы математической статистики: коэффициент ранговой корреляции Спирмена, коэффициент корреляции Крамера.

Результаты исследования и их обсуждение. Согласно У. Найссеру, когнитивная активность — это активность, связанная с приобретением, организацией и использованием знания [4, с. 122—125]. В структуре когнитивной активности выделяют: восприятие — процесс получения информации через органы чувств; внимание — способность сосредоточиваться на информации и игнорировать несущественные стимулы; память — система хранения и воспроизведения информации; мышление — процесс обработки информации, формирования концепций, решения проблем и принятия решений; воображение — способность создавать ментальные образы, использовать их в когнитивной деятельности; язык и речь — средства кодирования и передачи информации, обеспечивающие коммуникацию и мышление. У. Найссер отмечал, что результатом когнитивной активности выступают схемы, как организованные структуры знаний, помогающие человеку интерпретировать мир.

Формой когнитивной активности выступает мыслительная активность, представляющая собой сознательную и целенаправленную умственную работу человека, ориентированную на понимание и решение задач. Характер мыслительной активности и ее результат зависят от стиля мышления человека. Стиль мышления — способы проявления мыслительных операций, форм, особенностей мышления, отличающие людей друг от друга. Р. Брэмсон и А. Харрисон выделяют следующие стили мышления, отмечая, что стиль мышления определяет модель поведения человека, выбор способов взаимодействия с другими людьми и стратегий решения проблем: синтетический, аналитический, идеалистический, реалистический, прагматический [5].

Виктимное мышление — это особый способ восприятия и интерпретации окружающего мира, при котором человек склонен воспринимать себя как жертву. Характеризуется генерированием суждений о собственном бессилии, беззащитности и неспособности влиять на происходящее. Основа виктимного мышления, согласно О. О. Андронниковой, — когнитивные искажения, когнитивные паттерны, обуславливающие предвзятость в обработке информации [6, с. 655] в направлении поддержания виктимного образа мира «слабость “Я” и враждебность / опасность среды». Как следствие, виктимная личность подтверждает свою жертвенность, что формирует идентичность жертвы. При этом индивидуальные виктимные паттерны мышления запускаются в ответ на незначительные по силе виктимизирующие воздействия, подавляя иные паттерны мышления, релевантные контексту ситуации. Особенность виктимного мышления — пессимистический атрибутивный стиль жертвы, при котором, согласно Д. А. Циринг, человек склонен объяснять неудачи и успех внешними неконтролируемыми и устойчивыми факторами, что способствует формированию чувства беспомощности, снижает мотивацию к действию [7].

Когнитивные процессы играют важную роль в выборе копинга. Они помогают регулировать эмоциональные реакции и поведение человека в ответ на стрессовые ситуации, влияют на адаптацию. Когнитивное оценивание трудной ситуации по параметрам прогнозируемости развития событий и контролируемости, а также угрожающих факторов обуславливает выбор адаптивных или неадаптивных стратегий совладания [8]. По мнению Р. Лазаруса и С. Фолкман, выбор когнитивных копингов зависит от соотношенности со временем, когда произошла ситуация (когнитивный анализ важен в начале возникновения трудной ситуации), сфера жизни, в которой человек столкнулся с трудной ситуацией (проблемно ориентированные копинги чаще задействуются в сфере учебной и профессиональной деятельности), от возможности изменить ситуацию [9].

Когнитивные стратегии переработки информации определяют, согласно когнитивно-поведенческой теории эмоций Н. Гарнефски и В. Крайга, эмоциональные реакции человека, особенно в стрессовых, травматичных ситуациях. Дезадаптивные когнитивные стратегии регуляции эмоций (катастрофизация, самообвинение) усиливают негативные эмоциональные состояния и приводят к тревоге, депрессии, а адаптивные (позитивная переоценка или планирование) — к эмоциональной устойчивости и благополучию. Стратегии отличаются отношенностью ко временным модусам: настоящее (принятие, переключение внимания), будущее (планирование, надежда), прошлое (руминация) [10].

Важную роль в регуляции когнитивной активности играет метакогнитивная сфера личности. Метапознание, согласно В. М. Бызовой, Е. И. Периковой, А. Е. Ловягиной, представляет собой «психическую деятельность человека, в процессе которой осуществляются изучение, контроль и управление собственными познавательными процессами» [11, с. 126]. По мнению Г. Шроу и Р. Деннисона, метакогнитивная включенность — это умение человека планировать, отслеживать, регулировать и контролировать процесс своей познавательной деятельности, опираясь на знания о специфике своих когнитивных процессов [12, с. 460]. Они выделили ее компоненты: 1) метакогнитивные знания, т. е. знания о своих когнитивных процессах (декларируемые знания — знания о своих интеллектуальных умениях, когнитивных ресурсах и способностях; процедурные знания — знания о процессе, т. е. как выполнять действия; условные знания — понимание ситуации, когда необходимо применять стратегии или знания); 2) метакогнитивное регулирование, т. е. умения контролировать и регулировать свои когнитивные процессы (планирование — определение цели, выбор стратегий, предвидение последствий, распределение ресурсов на различных этапах познавательной деятельности; стратегии управления информацией — умение осуществлять обобщение и структурирование информации, фокусировку на ключевых идеях; контроль компонентов — отслеживание прогресса и внесение корректировок; структура исправления ошибок — способность идентифицировать и исправлять ошибки, связанные с неверным пониманием информации или некорректным выбором стратегии познания; оценка — способность анализировать, оценивать, критически оценивать проделанную познавательную работу) [11].

В эмпирическом исследовании нами были изучены характеристики когнитивной активности личности, склонной к виктимности, рассматриваемой в русле диспозиционного подхода О. О. Андронниковой, как относительно устойчивого психологического образования, включающего систему диспозиций — личностных склонностей, предрасполагающих к поведению, повышающему вероятность стать жертвой [13]. Виктимные диспозиции формируются в процессе социализации и закрепляются как устойчивые когнитивно-эмоциональные и поведенческие паттерны, влияющие на стиль взаимодействия личности с миром. Диспозиции могут проявляться в сниженной критичности к потенциально опасным ситуациям, доверчивости, ригидности, низкой самооценке, неспособности к отстаиванию личных границ и склонности к самопожертвованию [13].

Нами рассмотрены следующие характеристики когнитивной активности: стили мышления; когнитивные копинг-стратегии, отражающие роль когнитивных процессов в регуляции эмоционального состояния и направлении поведенческой активности на конструктивное разрешение проблемы в трудной жизненной ситуации; критическое мышление как отражение субъектной позиции в познании себя и действительности; склонность к когнитивным ошибкам как индикатор виктимного мышления; стратегии когнитивной регуляции эмоций, при которых когниции предваряют эмоции и контролируют их влияние на поведение человека; метакогнитивная включенность в деятельность, обеспечивающая регуляцию когнитивной активности; осознанность [14] как ключевая характеристика когнитивной активности: направленность фокуса внимания человека ко внутреннему и внешнему опыту, возникающему в настоящий момент времени.

Выборка исследования — 140 девушек юношеского возраста (17—23 года), студентов дневной формы получения образования учреждения образования «Барановичский государственный университет».

Для девушек с агрессивным ВП характерны: 1) отсутствие устойчивого предпочтения определенного стиля мышления (не выявлены значимые корреляции) при ситуативном и редком обращении к аналитическому мышлению (тенденция к связи $R = -0,1$); 2) низкий уровень развития составляющих осознанности — безоценочное отношение к опыту ($R = -0,23^*$) и осознанная активность ($R = -0,25^*$), что говорит о недостаточной рефлексии и затруднённом восприятии своего опыта без критической самооценки, сложностях осмысления мыслей в ситуации «здесь и сейчас»; 3) склонность к когнитивным ошибкам — чаще всего демон-

* Уровень значимости $R < 0,01$.

стрируют такие когнитивные ошибки, как выученная беспомощность ($R = 0,49^*$), катастрофизация ($R = 0,46^*$), персонализация ($R = 0,40^*$); отмечается склонность к таким когнитивным ошибкам, как максимализм ($R = 0,32^*$), упрямство ($R = 0,27^*$), морализация ($R = 0,22^*$), преувеличение опасности ($R = 0,21^*$). Они отражают склонность девушек к искажённому восприятию реальности и фиксации на негативных сценариях, приписыванию негативных событий личной некомпетентности, преувеличению опасности, интерпретации происходящего как подтверждения своей беспомощности и социальной несправедливости; 4) стратегии когнитивной регуляции эмоций — редкое применение стратегии «перефокусировка на планирование» ($R = -0,18^{**}$) и частое применение стратегий «руминация» ($R = 0,24^*$), «катастрофизация» ($R = 0,23^*$), «самообвинение» ($R = 0,20^{**}$), «принятие» ($R = 0,17^{**}$). Это говорит об аутоагрессии, трудностях переключения внимания на продуктивную деятельность, парадоксальной тенденции к пассивному согласию с ситуацией при внутреннем напряжении. Внимание, память и мышление данной категории девушек нацелены на повторное проживание травмирующих событий, воспроизведение мыслей и чувств в травмирующей ситуации, на поиск основания для преувеличения возможных негативных последствий неприятного инцидента, самобичевание с акцентом на установлении оснований своей вины в произошедшем со смещением в сторону пассивности, смирения и нежелания выстраивать стратегию решения возникшей проблемы путем планирования изменений в своем поведении, самовосприятии и восприятии реальности. Можем говорить о пассивно-негативном стиле когнитивной переработки эмоционального опыта в травмирующих ситуациях девушек, склонных к агрессивному ВП. Показательно, что метакогнитивная включенность не сформирована у данной категории девушек (не выявлены значимые корреляции). Они не умеют рефлексивно и целенаправленно осуществлять регуляцию своей познавательной деятельности. Между возникающей эмоцией (гнев, злость, обида, разочарование) и действием (оскорбление, крик и пр.) отсутствует промежуточное звено в виде метакогнитивной оценки. Как следствие, проявляется эмоциональная дисрегуляция (неумение контролировать, осознавать и регулировать интенсивность и продолжительность эмоциональных реакций на фрустраторы). В эмоциогенных ситуациях, затрагивающих «я» виктимных девушек, фиксируется отказ от планирования, мониторинга и рефлексии своих познавательных стратегий.

Для девушек с самоповреждающим ВП характерны: 1) синтетический стиль мышления ($R = 0,23^*$), т. е. склонность воспринимать информацию интуитивно и целостно, что может затруднять критическое осмысление происходящего и способствовать импульсивным, деструктивным реакциям на трудности; 2) редкое применение критического мышления ($R = -0,19^{**}$) — редко задумываются над достоверностью источника информации, о выявлении логических ошибок и уловок в суждениях других людей, сообщаемых в целях манипуляции жертвой, об оценке силы аргументов своих и других людей; 3) когнитивные ошибки — персонализация ($R = 0,32^*$), выученная беспомощность ($R = 0,30^*$), катастрофизация ($R = 0,26^*$), максимализм ($R = 0,19^{**}$), что отражает тенденцию к фиксации на негативной стороне событий, преувеличению значимости проблем, склонности приписывать происходящее личной неудаче и неспособности повлиять на ситуацию, переживание фрустрации ожиданий восхищения как награды за трудолюбие и безупречность, что усиливает чувство уязвимости; 4) характеристики осознанности — описание ($R = -0,17^{**}$), осознанная активность ($R = -0,29^*$), что свидетельствует о трудностях в распознавании и формулировке переживаний, сниженной способности к активному внимательному присутствию в настоящем моменте; 5) стратегии когнитивной регуляции — перефокусировка на планирование ($R = -0,20^{**}$), т. е. редкое активирование когнитивной активности в направлении обдумывания действий, чтобы совладать с неприятным событием, а также стратегия самообвинения ($R = 0,24^*$), активирующая эмоционально фокусированные мысли, повышающие интенсивность тревоги и злости, и способная вызывать повторную стрессовую реакцию. Данные особенности указывают на дефицит конструктивных когнитивных копинг-стратегий. Фрустрация ожиданий в похвале за безупречное, социально одобряемое поведение, удобное для

** Уровень значимости $R < 0,05$.

других, обуславливает направление вектора агрессивности извне (по отношению к значимым другим, не дающим позитивную обратную связь) на себя (самообвинения, самобичевания, самонаказания, самоограничения и пр.). Метакогнитивная включенность не сформирована у данной категории девушек (не выявлены значимые корреляции). Хотя по сравнению с девушками, склонными к агрессивному ВП, девушки, проявляющие самоповреждающее поведение, имеют тенденцию к редкому осуществлению планирования, т. е. предварительному обдумыванию действий перед их началом. Однако метакогнитивное умение планирования используется для реализации деструктивной цели — самоповреждения.

Для девушек с гиперсоциальным ВП характерны: 1) отсутствие устойчивого предпочтения определенного стиля мышления, несформированность критического мышления (не выявлены значимые корреляции); 2) слабо развитые характеристики осознанности — безоценочное отношение к опыту ($R = -0,26^*$), т. е. склонность к избыточной критичности по отношению к своим переживаниям и действиям, что затрудняет объективное рассмотрение своего вклада в происходящее и усиливает уязвимость к социальным стрессорам; 3) когнитивные ошибки — чтение мыслей ($R = 0,23^*$), гипернормативность ($R = 0,21^*$), катастрофизация ($R = 0,18^{**}$), персонализация ($R = 0,17^{**}$). Девушки интерпретируют виктимизирующие действия окружающих как направленные на себя и часто предполагают худшие сценарии развития событий, постоянно оценивают себя глазами других людей и ощущают систематический контроль за собой, генерализуют собственную ответственность, распространяя ее на те сферы жизни, за которыми объективно контроль они осуществить не могут, что усиливает тревожность в отношениях и формирует ощущение потенциальной угрозы. Это обуславливает стремление следовать долженствованиям, чтобы подтверждать социальные ожидания и опровергать мнимые деструктивные представления о них других людей; 4) стратегии когнитивной регуляции эмоций — катастрофизация ($R = 0,18^{**}$), руминация ($R = 0,19^{**}$). Связь с гипернормативностью отражает ориентацию на социальные нормы и стремление к социальному одобрению, что может способствовать подавлению своих потребностей ради соответствия ожиданиям. В сочетании с тенденцией к сосредоточенности на проблемах это создаёт напряжение и повышает вероятность ВП.

Для девушек с зависимым ВП характерны: 1) отсутствие устойчивого предпочтения определенного стиля мышления и сформированности критического мышления (не выявлены значимые корреляции); 2) характеристики метакогнитивной включенности в деятельность — низкий уровень сформированности декларируемых знаний ($R = -0,18^{**}$), что указывает на отсутствие четкого понимания специфики своих познавательных процессов, когнитивных ресурсов, нереалистичное представление о своих когнитивных возможностях; 3) когнитивные ошибки широкого спектра — персонализация ($R = 0,45^*$), чтение мыслей ($R = 0,22^*$), упрямство ($R = 0,49^*$), морализация ($R = 0,39^*$), катастрофизация ($R = 0,52^*$), выученная беспомощность ($R = 0,54^*$), преувеличение опасности ($R = 0,41^*$), гипернормативность ($R = 0,32^*$), максимализм ($R = 0,45^*$). Данные ошибки свидетельствуют о склонности к искажённому восприятию реальности, при котором девушки берут на себя вину, предполагают негативные намерения других, проявляют ригидность мышления, склонны драматизировать ситуации, ощущают бессилие перед обстоятельствами, прибегают к эгоцентрическим защитным суждениям в дискуссии по причине восприятия контраргументов как направленных против их личности в целом. Ведомая позиция в межличностных отношениях, наличие рядом сильной личности рассматриваются вследствие когнитивных ошибок как способ восстановления своей утраченной субъектности и значимости; 4) характеристики осознанности — наблюдение ($R = 0,24^*$), т. е. склонность фокусировать внимание на деталях внешнего мира и своих мыслях, чувствах, ощущениях, что может, как отмечают А. М. Голубев и Е. А. Дорошева, приводить к руминации, бессмысленным рассуждениям типа «что было бы, если бы...» [15, с. 58], низкий уровень описания ($R = -0,45^*$), т. е. способность вербализовывать свои мысли и чувства, опираясь на рефлексивную, осознанную активность ($R = -0,32^*$), т. е. склонность действовать механически, отвлекаясь на сторонние размышления и игнорируя ситуацию «здесь и сейчас», безоценочного отношения к опыту ($R = -0,48^*$), т. е. оценочный подход к себе, предпо-

лагающий восприятие своих мыслей и переживаний с позиции «хорошо/плохо»; 5) стратегии когнитивной регуляции эмоций — самообвинение ($R = 0,42^*$), обуславливающее оправдание собственной пассивности в ситуации переживания обиды, униженности, несправедливого обращения установкой «Я заслужила сама такое обращение», удержание в дисфункциональных межличностных отношениях, иррациональное оправдание своих страданий собственной никчемностью; руминация ($R = 0,38^*$), т. е. застревание на иррациональных мыслях о своей вине, переживания, при которых фокус активности смещается с действий на разрешение ситуации на повторное проживание в памяти травмирующего события, внимание концентрируется на своих страданиях, что приводит к рассмотрению мира как еще более угрожающего, если жить в нем автономно; принятие ($R = 0,32^*$), т. е. пассивное, покорное смирение; помещение в перспективу ($R = 0,30^*$), т. е. рассмотрение своих страданий как допустимых в сравнении со страданиями других жертв; катастрофизация ($R = 0,27^*$), т. е. страх автономии и преувеличение рисков самостоятельного функционирования в социальной среде. Это говорит о дезадаптивном стиле когнитивной регуляции эмоций и эмоционального состояния в трудных жизненных ситуациях, подкрепляющем виктимные паттерны поведения девушек.

Для девушек с некритичным ВП характерны: 1) отсутствие устойчивого предпочтения определенного стиля мышления, сформированности критического мышления (не выявлены значимые корреляции); 2) когнитивные ошибки — выученная беспомощность ($R = 0,39^*$), катастрофизация ($R = 0,35^*$), персонализация ($R = 0,35^*$), максимализм ($R = 0,26^*$), упрямство ($R = 0,19^{**}$), морализация ($R = 0,17^{**}$). Девушкам свойственны структурные когнитивные искажения, искаженная картина мира и себя, при этом фундаментом некритичности выступает выученная беспомощность или убежденность в бессмысленности собственной активности в преодолении жизненных трудностей. Они ищут источник проблем в собственной личности, доверяя манипулятивным утверждениям других людей об их никчемности, бесполезности. Когнитивная ригидность делает их сложно обучаемыми на собственном опыте, сохранение иррациональной картины мира выступает как иллюзия контроля над событиями своей жизни, свойственен страх неопределенности. Типична ориентация не на поиск причин происходящего, а на поиск виноватого посредством подмены аналитического осмысления травмирующей ситуации морализацией (ригидное восприятие с позиции «правильно/неправильно»); 3) дезадаптивные стратегии когнитивной регуляции эмоций — самообвинение как попытка убеждения себя в контроле над нежелательными жизненными событиями, приводящая в действительности к чувству неполноценности и отказу от поиска причин, критического осмысления действительности ($R = 0,22^*$); принятие как оправдание своей пассивной позиции в эмоционально дискомфортной ситуации ($R = 0,23^*$); 4) характеристики осознанности — наблюдение ($R = 0,25^*$), а также низкий уровень осознанной активности ($R = -0,30^*$), безоценочного отношения к опыту ($R = -0,23^*$), описания ($R = -0,18^{**}$). Высокий уровень наблюдения свидетельствует о склонности обращать внимание на детали травмирующей ситуации, однако сниженные показатели по остальным составляющим осознанности говорят о трудности намеренного переключения внимания на ресурсные стороны своей личности и иные аспекты ситуации для обеспечения ее всестороннего и объективного рассмотрения, а также трудности дифференцированного рефлексивного осмысления источников негативных эмоций, их интенсивности, оттенков, триггеров. Метакогнитивная включенность в деятельность не сформирована, девушки не умеют управлять своими мыслями, восприятием, вниманием, анализировать и регулировать познавательные процессы. Оперируют имеющимися схемами, интроскитами, собственные умозаключения не подвергают проверке и сравнению, что не позволяет увидеть их иррациональность.

Проведенный анализ таблиц сопряженности данных, полученных по методикам О. О. Андронниковой и Э. Хейма с использованием критерия χ^2 и коэффициента Крамера V , выявил наличие статистически значимой связи между уровнем склонности девушек к видам ВП и предпочтением ими когнитивных копинг-стратегий.

При низком уровне агрессивного ВП ($V = 0,30$) отмечается ориентация на применение копингов, базирующихся на осмыслении и контроле ситуации (проблемный анализ, сохранение самообладания, придание смысла), а при среднем уровне — копингов, связанных с рациональным анализом ситуации и осознанием собственных ресурсов (проблемный анализ, установка собственной ценности). При высоком уровне склонности к данному виду ВП девушки практически не применяют стратегии совладания, связанные с осознанием трудной ситуации, репертуар их копинг-стратегий достаточно узкий. Таким образом, при модели поведения по типу агрессивной жертвы, при которой отмечается провоцирование других людей на реактивную агрессию посредством собственных агрессивных вербальных и невербальных действий, фиксируется дефицит умений совладания, связанных с применением когнитивных копинг-стратегий.

При низком уровне самоповреждающего ВП ($V = 0,30$) отмечается частое применение адаптивных когнитивных копинг-стратегий (установка собственной ценности, проблемный анализ, сохранение самообладания), предполагающих выделение и осознание собственных личностных ресурсов, которые релевантны возникшей проблеме и помогают решить трудную ситуацию. При среднем уровне самоповреждающего поведения девушки переживают внутриличностный конфликт: с одной стороны, они пытаются рационально рассматривать трудную ситуацию (стратегия «проблемный анализ»), с другой стороны, испытывают эмоциональную дезориентацию (стратегия «рассеянность»). При этом у них фиксируется неумение выделять имеющиеся собственные личностные ресурсы, необходимые для совладания с проблемой (низкая частота представленности стратегии «установка на собственную ценность»). При высоком уровне склонности к самонаказанию, причинению себе вреда отмечается дезориентация в выборе когнитивных стратегий совладания (низкая частота представленности всех когнитивных стратегий).

При высоком уровне склонности к гиперсоциальному ВП ($V = 0,31$) отмечается противоречивость когнитивного совладания: 1) с одной стороны, девушки ориентированы на поиск личностных ресурсов, которые помогут справиться с трудной ситуацией, с другой стороны, испытывают растерянность, не доверяя эффективности сильных сторон своей личности или испытывая сомнения в способности их проявить; 2) обращаются к когнитивной стратегии «проблемный анализ», что свидетельствует о переживаемом дискомфорте в трудной ситуации и желании исправить ситуацию, найдя верное решение, но в то же время также часто применяют стратегию «смирение», демонстрирующую готовность оставить ситуацию такой, какая она есть, даже если это причиняет страдания. Девушки, которые обладают высокой готовностью жертвовать своей безопасностью ради спасения других людей и защиты их интересов, восстановления справедливости, отличаются высокой степенью дезорганизации в когнитивном совладании с трудными ситуациями: пытаются применять адаптивные копинг-стратегии, вероятно, стараясь соответствовать социальным ожиданиям в отношении сильной личности, но не верят в их эффективность, сомневаются в своей способности стабилизировать конфликтные ситуации. При низком уровне склонности к гиперсоциальному ВП фиксируется преобладание адаптивных когнитивных копинг-стратегий (проблемный анализ, установка собственной ценности).

При низком уровне склонности к зависимому ВП ($V = 0,33$) характерно применение адаптивных когнитивных стратегий совладания, которые исключают смирение с ситуацией, ориентируют на проблемный анализ ситуации, поиск собственных ресурсов (установка собственной ценности) и установление контроля мышления над эмоциональным состоянием, чтобы не допустить импульсивных решений. Девушки проявляют субъектность в когнитивном совладании с трудностями. При среднем уровне склонности к зависимому ВП отмечается когнитивно-эмоциональная рассогласованность личности в попытках совладания с трудной ситуацией: доминирующими стратегиями совладания становятся, с одной стороны, установка собственной ценности и проблемный анализ, отражающие самостоятельность и смелость личности в осмыслении ситуации и поиске выхода из сложившихся обстоятельств, с другой стороны, растерянность, проявляющаяся в неуверенности в правильности

решений и достаточности личностных ресурсов для их реализации и подталкивающая личность к отказу от принятия ответственности за разрешение ситуации и делегированию ее другому человеку (позиция зависимости).

При низком уровне склонности к некритичному ВП ($V = 0,23$) девушки используют когнитивные стратегии совладания, ориентированные на активацию когнитивных (проблемный анализ), волевых (сохранение самообладания, придача смысла) и ценностных (установка собственной ценности) ресурсов. При среднем уровне склонности к некритичному ВП отмечается наряду с проблемным анализом поведения и установкой на собственную ценность появление неадаптивных когнитивных копинг-стратегий «диссимуляция» (отрицание наличия проблемы) и «растерянность», что указывает на появление дезориентированности в трудных ситуациях.

Заключение. Вне зависимости от вида ВП у девушек отмечается отсутствие сформированности стиля мышления и критического мышления, они не владеют устойчивыми стратегиями обработки информации, применяют их ситуативно, часто формулируют выводы и рассматривают события под определенным углом зрения вследствие психологического давления других людей. У девушек вне зависимости от проявляемого вида ВП не сформирована метакогнитивная включенность и метакогнитивные умения, связанные с регуляцией, планированием, контролем и управлением своей познавательной деятельностью. Они не замечают собственные дезадаптивные когнитивные схемы, иррациональные суждения, когнитивные искажения, когнитивные стратегии регуляции негативных эмоций, усиливающие их интенсивность и уводящие от решения ситуации, дезадаптивные когнитивные копинг-стратегии, побуждающие к пассивности в виктимизирующих ситуациях, отказу от приложения усилий для преодоления трудностей в силу поддержания образа себя как слабого, уязвимого, к игнорированию объективных факторов опасности ситуации и имеющихся личностных ресурсов для ее разрешения.

Когнитивная ошибка, устойчиво воспроизводимая девушками вне зависимости от вида ВП, — персонализация (исключение составляет гиперсоциальное ВП). Наибольшее количество когнитивных искажений в процессе когнитивной активности отмечается у девушек, склонных к зависимому и некритичному ВП, которые объединяет пассивность перед угрозой нарушения границ психологического пространства личности, идеализированное восприятие других людей (как источника поддержки, восстановления утраченной субъектности), сниженная критичность и готовность взаимодействовать с другими людьми, авансировав им безосновательное доверие, пассивно-страдательная позиция в виктимизирующих отношениях.

Вне зависимости от видов ВП девушки проявляют низкий уровень осознанности за счет несформированности умения безоценочно относиться к своему внутреннему опыту (умение признавать свои мысли и эмоции без их критики и подавления) и демонстрировать осознанную активность в настоящем моменте взаимодействия, не переключая внимание на мысли о прошлом или будущем. Девушки применяют дезадаптивные стратегии когнитивной регуляции негативных эмоций в травмирующих ситуациях, ориентирующие их на эскалацию тревоги, страха, обиды, смирение с обстоятельствами, причиняющими физическую или психологическую боль. При всех видах ВП у девушек отмечается склонность к самообвинению, за исключением гиперсоциального ВП. Руминация чаще применяется в когнитивной регуляции эмоций девушками, склонными к агрессивному, гиперсоциальному, зависимому ВП, и выступает звеном психологического механизма, удерживающего девушек в позиции жертвы даже при изменении социального контекста ситуации взаимодействия: навязчивое воспроизведение в памяти мыслей и чувств, связанных с идеей несправедливого обращения и намеренного унижения; мыслей и чувств, воспоминаний, связанных с убеждением о собственной беспомощности, несостоятельности, социальной непривлекательности; мыслей и чувств, связанных с убеждением в своей генерализованной ответственности за благополучие других людей. Попытки к конструктивной регуляции эмоций в виде перефоку-

сировки на планирование отмечаются у девушек, предпринимающих попытки открытого выражения недовольства позицией жертвы дисфункциональным образом: через агрессию или аутоагрессию.

Инвариантной когнитивной копинг-стратегией виктимных девушек выступает растерянность, отражающая рассогласование когнитивного и эмоционального опыта личности. Показательно, что репертуар когнитивных стратегий совладания является узким (агрессивное ВП), применяется бессистемно и ситуативно (некритичное ВП), используется в таком сочетании, которое только усиливает интенсивность переживания негативных эмоций (зависимое ВП, гиперсоциальное ВП).

Когнитивная активность виктимных девушек ориентирована на реализацию дезадаптивных целей: защита собственного уязвимого «я» и восстановление справедливости (агрессивное ВП); снятие напряжения и регуляция негативных интенсивных эмоций (ненависть к себе, гнев на себя и пр.) (самоповреждающее ВП); избегание чувства вины посредством поиска стратегий поддержания образа хорошего человека (гиперсоциальное ВП); снижение тревоги одиночества и подтверждение собственной значимости через причастность к жизни другого человека (зависимое ВП); оправдание собственной пассивности своей инфантильностью (некритичное ВП).

Список цитируемых источников

1. Андронникова, О. О. Разработка и апробация методики диагностики интегративных признаков виктимности / О. О. Андронникова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2025. — Т. 13, № 4. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/25PSMN425.pdf> (дата обращения: 21.09.2025).
2. Горфинкель, В. А. Взаимосвязь виктимности и атрибутивного стиля у студентов педагогического вуза / В. А. Горфинкель, Е. В. Лебедева, В. А. Березина // Живая психология. — 2024. — № 8 (56). — С. 60—67.
3. Яценко, Т. Е. Характеристики эмоционального интеллекта и эмоциональной саморегуляции мальчиков-подростков, исполняющих различные роли в буллинге / Т. Е. Яценко, А. В. Милодовская // Вестник БарГУ. Серия: Педагогические науки. Психологические науки. Филологические науки (литературоведение). — 2025. — № 1 (17). — С. 71—81.
4. Найссер, У. Что такое когнитивная психология / У. Найссер // История зарубежной психологии (30-60е гг. XX века): Тексты / под ред. П. Я. Гальперина, А. Н. Ждан. — М.: Изд-во Моск. ун-та, 1986. — С. 116—129.
5. Harrison, A. F. The art of thinking / A. F. Harrison, R. M. Brainson. — New York: Berkley Books, 1984. — P. 189—193.
6. Andronnikova, O. O. Cognitive Attitudes and Biases of Victim Mentality / O. O. Andronnikova, S. I. Kudinov // Changing Societies & Personalities. — 2021. — Vol. 5, no. 4. — P. 654—668.
7. Циринг, Д. А. Психология личностной беспомощности: автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.01 / Циринг Диана Александровна; Том. гос. ун-т. — Томск, 2010. — 42 с.
8. Комкова, Е. И. Когнитивное оценивание как предиктор стратегий совладающего поведения руководителей / Е. И. Комкова // Вестн БДПУ. Серия 1. — 2018. — № 1. — С. 52—57.
9. Folkman, S. Coping as a mediator of emotion / S. Folkman, R. Lazarus // Journal of Personal and Social Psychology. — 1998. — No. 54. — P. 466—475.
10. Garnefski, N. The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety / N. Garnefski, V. Kraaij // European Journal of Psychological Assessment. — 2007. — Vol. 23, no. 3. — P. 141—149.
11. Бызова, В. М. Метакогнитивная включенность в системе психической саморегуляции студентов / В. М. Бызова, Е. И. Перикова, А. Е. Ловягина // Сибирский психологический журнал. — 2019. — № 73. — С. 126—140.
12. Schraw, G. Assessing metacognitive awareness / G. Schraw, R. Dennison // Contemporary Educational Psychology. — 1994. — Vol. 19. — P. 460—475.
13. Андронникова, О. О. Онтогенетическая концепция виктимности личности: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.13 / Андронникова Ольга Олеговна; Новосибирск. гос. пед. ун-т. — Новосибирск, 2018. — 566 л.
14. Baer, R. A. Mindfulness training as a clinical intervention: A conceptual and empirical review / R. Baer // Clinical Psychology: Science and Practice. — 2003. — Vol. 10 (2). — P. 125—143.
15. Голубев, А. М. Особенности применения русскоязычной версии пятифакторного опросника осознанности / А. М. Голубев, Е. А. Дорошева // Сибирский психологический журнал. — 2018. — № 69. — С. 46—68.

Поступила в редакцию 27.12.2025.