

---

# Склонность к рефлексии как фактор, определяющий переживание вины и прощения

Л. В. Алтухова

Аспирант кафедры социальной психологии  
Ивановского государственного университета, г. Иваново

E-mail: [altukhova1v@gmail.com](mailto:altukhova1v@gmail.com)

## АННОТАЦИЯ

Исследование посвящено изучению специфики переживания чувства вины и прощения у лиц, склонных к самоанализу. В статье отражен характер влияния данного качества личности на круг лиц, которые вызывают вину или желание просить прощения, а также прощать других. Кроме того, анализируется мотивация личности прощать других и основные ситуации, в которых личность готова как даровать прощение, так и приносить извинения. В данной статье представлены полученные результаты нашего исследования.

## ABSTRACT

Research is devoted to the study of the specificity of the experience of guilt and forgiveness in individuals prone to self-analysis. The article reflects the character of the influence of personality on the quality of the range of persons that cause guilt or desire to ask for forgiveness and forgive others. In addition, it analyzes the motivation of the person to forgive others, and the main situations in which a person is ready to grant a forgiveness or to apologize. This article presents the results of our research.

**Ключевые слова:** вина, прощение, рефлексия, самоанализ.

**Key words:** guilt, forgiveness, reflection, self-analysis.

Проблема вины уже долгое время обращает на себя внимание психологов. Некоторые ученые пытались определить наиболее удачные механизмы преодоления данного чувства. Среди них можно отметить Ильина Е. П., Галкину Н. В., Горнаеву С. В. и Смотрову Т. Н. и других [1-4]. С нашей точки зрения одним из наиболее эффективных способов снижения интенсивности переживания является принесение извинений. Однако не менее благополучным в данном случае является использование рефлексии, а именно анализа своего поведения, конкретных действия и образа мыслей в конкретной ситуации, а также сопровождающего ее эмоционального фона. В данной статье мы попытались раскрыть взаимосвязь склонности личности к рефлексивным действиям с характером переживания вины и прощения. В рамках работы, для получения статистически значимых результатов мы применяли корреляционный анализ.

В первую очередь стоит отметить, что лица, ориентированные на самоанализ, в целом часто переживают вину ( $r=0,13$ , при  $p \leq 0,05$ ), что как раз и может запускать механизм рефлексии. Интересно, что возникает данное чувство преимущественно перед людьми, относящимися к макросоциальному окружению: соседям ( $r=0,13$ , при  $p \leq 0,05$ ), знакомым ( $r=0,18$ , при  $p \leq 0,01$ ), малознакомым ( $r=0,13$ , при  $p \leq 0,05$ ) и абсолютно незнакомым лицам ( $r=0,13$ , при  $p \leq 0,05$ ). То есть такая личность, анализируя свои действия, с одной стороны может быть ориентирована на мнение широкого круга лиц, что будет говорить о проявлении социальной желаемости. Возможно, также, подобная закономерность говорит о наличии механизмов психологических защит, которые не «пропускают» сильные переживания по отношению к близким и значимым лицам, что будет уже более серьезной проблемой. Данный вопрос требует дальнейшего более подробного рассмотрения и уточнения детерминант подобного поведения.

---

Отдельно хотелось бы указать на то, что респонденты, наделенные данной чертой, испытывают вину и по отношению к самим себе ( $r=0,13$ , при  $p\leq 0,05$ ). Данная закономерность также может обуславливать запуск процесса рефлексии и определять ее направления.

Следующим шагом мы рассмотрели причины проявления исследуемого негативного чувства у лиц, с выраженной склонностью анализировать свои действия. В качестве таких ситуаций респонденты отмечают достаточно серьезные события, затрагивающие глубинные переживания: предательство ( $r=0,13$ , при  $p\leq 0,05$ ) или нарушение норм морали как общественных, так и личностных ( $r=0,15$ , при  $p\leq 0,05$ ). Такая закономерность логически может быть объяснена с точки зрения проявления рефлексивности и свидетельствует об адекватном переживании вины.

Переходя к вопросу прощения, необходимо сразу отметить, что у лиц с анализируемой чертой происходит разграничение круга лиц, вызывающих вину и тех, у кого они готовы просить прощение. Так, они могут принести извинения лишь своим друзьям ( $r=0,14$ , при  $p\leq 0,05$ ) и только в случае, если нарушили данное им обещание ( $r=0,12$ , при  $p\leq 0,05$ ). Однако, чисто формального прощения со стороны ( $r=-0,19$ , при  $p\leq 0,01$ ) им не достаточно и они ориентированы на искренность этого процесса. Подобная тенденция может быть вызвана высокой требовательностью к самому себе. Так, устанавливая достаточно высокую планку, личность, видит, что не способна этого идеала достичь и даже не пытается актуализировать желаемые действия на более низком уровне. Стоит также отметить, что детерминантной к принесению извинений не выступает страх ( $r=-0,16$ , при  $p\leq 0,05$ ).

Сами респонденты прощают других исходя из принципа сохранения отношений ( $r=0,18$ , при  $p\leq 0,01$ ), что отсылает нас к проблеме социальной желаемости. При этом таким лицам не важно, что вред был причинен неумышленно ( $r=-0,13$ , при  $p\leq 0,05$ ), в отличие от готовности обидчика заглаживать вину или возместить нанесенный ущерб ( $r=0,17$ , при  $p\leq 0,01$ ). Получается, что субъекты, склонные к рефлексии, проявляя высокие запросы к себе, они проецируют их на других в ситуации, когда они прощают. Подобная тенденция подтверждается высокой трудностью в прощении незнакомых ( $r=-0,15$ , при  $p\leq 0,05$ ).

Резюмируя обозначенные выше особенности, можно отметить, что у лиц, склонных к рефлексивным проявлениям, имеются некоторые специфические характеристики переживания вины и прощения. Так, с одной стороны, наблюдаются широкая распространенность этого состояния на макросоциальное окружение, при отсутствии выраженности подобной эмоции к близким и более значимым лицам. С другой стороны, проявляются проблемы, как в принесении извинений, так и в прощении других, вызванные чрезмерными запросами и повышенными требованиями к себе и окружающим. Такая тенденция четко определяет направленность коррекционной деятельности психологов: работа с защитными механизмами и Я-концепцией личности.

### **Список литературы:**

1. Галкина Н. В. Изучение особенностей переживания вины несовершеннолетними правонарушителями в контексте ювенальной юстиции // СИСП. 2015. № 5 (49). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/izuchenie-osobennostey-perezhivaniya-viny-nesovershennoletnimi-pravonarushitelyami-v-kontekste-yuvenalnoy-yustitsii> (дата обращения: 27.12.2016).
2. Горнаева С. В. Эмпирический анализ переживания чувств вины и стыда: социокультурные особенности // СИСП. 2013. № 9 (29). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/empiricheskiy-analiz-perezhivaniya-chuvstv-viny-i-styda-sotsiokulturnye-osobennosti> (дата обращения: 27.12.2016).
3. Горнаева С. В., Смотровая Т. Н. Специфика переживания вины и стыда у лиц с различными социально-психологическими характеристиками // СИСП. 2012. № 3. URL:

---

<http://cyberleninka.ru/article/n/spetsifika-perezhivaniya-viny-i-styda-u-lits-s-razlichnymi-sotsialno-psihologicheskimi-harakteristikami> (дата обращения: 27.12.2016).

4. Ильин Е. П. Психология совести: вина, стыд, раскаяние. — Спб.: Питер, 2016. — 288 с.