

Секция «28.6 Когнитивные структуры и креативность в познании личности»

**Когнитивные искажения мышления у родителей и психологическое благополучие их детей-подростков**

**Научный руководитель – Чежина Яна Владимировна**

***Нефедова Анна Эдуардовна***

*Студент (магистр)*

Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, Институт психологии, Санкт-Петербург, Россия  
*E-mail: nefyodowa.anya@yandex.ru*

В данной статье представлены результаты исследования психологического благополучия подростков и выраженности когнитивных искажений мышления их родителей. В основе данного исследования лежит идея возможных связей характеристик мышления родителей с компонентами психологического благополучия их детей, поскольку до конца подросткового возраста дети находятся в гораздо более тесном контакте со своими родителями, что обусловлено в первую очередь эмоциональной, финансовой, территориальной зависимостью первых [2]. В качестве характеристик мышления родителей нами изучалась выраженность у них когнитивных искажений, называемых также когнитивными ошибками. Когнитивные ошибки мышления связаны со спецификой восприятия человеком информации, анализом внешних событий и внутреннего опыта, проявляются в его словах, действиях, и нередко являются фактором нарушения эмоционального и психологического благополучия личности [4]. Таким образом, паттерны поведения, эмоциональные и когнитивные реакции значимых взрослых могут интериоризироваться младшим поколением от старшего, изменяя их психологическое состояние.

Гипотезой нашего исследования выступает предположение о наличии взаимосвязей между выраженностью когнитивных искажений мышления родителей и характеристиками психологического благополучия их детей старшего подросткового возраста.

В исследовании приняла участие 31 пара респондентов, состоящая из родителя и его ребенка подросткового возраста. Выборку составили 19 подростков-девочек и 12 подростков-мальчиков в возрасте от 15 до 17 лет, а также 5 отцов и 26 матерей в возрасте от 32-х лет до 51 года.

Сбор данных производился с помощью печатных бланков: подростки заполняли опросники на уроке в групповом формате, родители заполняли бланк в свободное, незафиксированное время, в выбранном ими месте, последнее является ограничением данного исследования.

В исследовании преимущественно изучались компоненты эвдемонического благополучия, но с целью более широкого охвата рассматриваемого феномена батарея методик была пополнена шкалой гедонистического благополучия. Таким образом, для психологического благополучия подростков использовались: «Шкала психологического благополучия» К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко, 2005 г. [5] и опросник ЕРОСН для изучения психологического благополучия подростков М. Керн и др., 2016 г., адаптация Е.Н. Волкова, И.В. Волкова, 2025 г. [3]

Когнитивные ошибки мышления родителей регистрировались с помощью Опросника когнитивных ошибок, СМQ, А. Фриман, Р. Девольф (1992 г.) в адаптации А.Е. Бобровым, Е.В. Файзрахмановой, 2017 г. [1].

Статистический анализ данных производился с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

Исследование связей параметров уровня психологического благополучия подростков и выраженности когнитивных искажений мышления родителей позволило обнаружить значимые обратные корреляционные связи между:

1. Когнитивной ошибкой мышления родителей «выученная беспомощность» и параметром психологического благополучия подростков «вовлеченность» ( $r=-0,389$ , при  $p<0,05$ ), то есть чем чаще родители принижают свои (родителя) способности, обесценивают себя, бояться пробовать новое, тем меньше подростки способны погружаться в какую-либо деятельность, реже испытывают интерес, чувство азарта, что способствует развитию у них ощущений пустоты, скуки, апатии.

2. Когнитивной ошибкой мышления родителей «выученная беспомощность» и параметром «цели в жизни» у подростков ( $r=-0,365$ , при  $p<0,05$ ); чем сильнее родители убеждены, что они не способны повлиять на результат происходящих событий, чем чаще декларируют свою слабость, тем меньше у подростков прослеживается наличие планов и целей в жизни, слабая степень её осмысленности, и тем больше выражено отсутствие направления и смысла жизни.

3. Выраженностью ошибки «чтение мыслей» и уровнем счастья подростков ( $r=-0,369$ , при  $p<0,05$ ), таким образом, чем чаще родители убеждены, что знают, что думают о них другие, убеждены в негативном отношении окружающих к себе без доказательств, тем чаще у подростка негативные мысли преобладают над позитивными, а ощущение радости и удовлетворенности своей жизнью снижены или отсутствуют.

4. Выраженностью когнитивной ошибки «упрямство» и параметром психологического благополучия подростков «позитивные отношения с другими» ( $r=-0,362$ , при  $p<0,05$ ), то есть чем чаще и настойчивее родители отказываются рассматривать альтернативные взгляды, доказательства позиции отличной от их собственной, тем чаще у подростков проявляется чувство одиночества, трудности в установлении близких отношений.

5. Между ошибкой мышления родителей «упрямство» и показателем «цели в жизни» подростков, которое является индикатором психологического благополучия человека ( $r=-0,424$ , при  $p<0,05$ ), что говорит о том, что чем сильнее нежелание родителей принимать отличное от своего мнения, тем меньше у подростков целей и намерений в жизни, сильнее выражено ощущение скуки, и, возможно, в большей степени выражена диффузность Эго.

Таким образом, наша гипотеза о существовании взаимосвязей между выраженностью когнитивных искажений мышления родителей и характеристиками психологического благополучия детей старшего подросткового возраста частично подтвердилась. Такие когнитивные ошибки мышления родителей как: «выученная беспомощность», «чтение мыслей» и «упрямство» имеют отрицательные взаимосвязи с определенными компонентами психологического благополучия их детей-подростков. Данные результаты расширяют перспективы дальнейшего изучения связей и влияния особенностей мышления родителей на психологическое благополучие подростков, их эмоциональную устойчивость и ментальное здоровье, а также для разработки психолого-просветительских, коррекционных и реабилитационных программ помощи указанным группам населения.

### Источники и литература

- 1) Бобров А.Е., Файзрахманова Е.В. Опросник когнитивных ошибок как инструмент оценки компонентов патологической тревоги // Доктор.Ру. 2017. №8 (137)
- 2) Дмитриева Н.С. Домашняя среда и психологическое благополучие подростков / Н. С. Дмитриева // Вестник университета. – 2014. – № 17. – С. 292-299. – EDN THVCKP
- 3) Опросник ЕРОСН для изучения психологического благополучия российских подростков: психометрические характеристики и возможности использования // Психологическая наука и образование - 2025. Том 30. № 4

- 4) Фримен А., Девульф Р. Почему умные люди совершают глупости, и как не попасть в капкан привычек. -СПб.: Питер, 2020
- 5) Шевеленкова Т.Д., Фесенко Т.П. Психологическое благополучие личности. Психологическая диагностика, 2005 г., №3, стр. 95-121