

ОБИДА КАК СОЦИАЛЬНЫЙ ФЕНОМЕН

© 2018 А. П. Преображенский, В. А. Куташов

*Воронежский институт высоких технологий (г. Воронеж, Россия)**Воронежский государственный медицинский университет**им. Н. Н. Бурденко (г. Воронеж, Россия)*

В данной работе рассматриваются особенности обиды как социального феномена. Показаны причины возникновения повышенной обидчивости.

Ключевые слова: обида, слабость, чувство, социум, манипулирование.

Обида является одним из видов эмоций, характерных для человека. Бывает так, что одни люди разочаровывают других людей, бывает предательство, непорядочность. Это выражается в виде обиды. Люди не всегда могут владеть своими эмоциями [1, 2].

Тем не менее, обида постепенно уходит. Необидчивых людей трудно представить. Но такие люди тоже встречаются. Они, обладая зрелостью ума, вполне объективным образом оценивают свои и чужие интересы и при этом думают не только о самих себе, но также и о других людях.

Обиду можно рассматривать как одно из негативных чувств человека [3, 4]. Еще в Библии говорится о таком грехе, как гордыня. Вследствие гордыни люди в большинстве случаев обижаются. За счет обид портятся отношения между людьми, происходит саморазрушение человека, он живет в состоянии постоянного стресса.

Обида связана с невыраженным гневом и недовольством. Когда человек не может повлиять на ситуацию, то вследствие его бессилия растет внутренний гнев.

К какому результату стремится обижающийся? Может, он надеется на уступки, на извинения, на искупление вины? Но если тот, на кого обижаются, считает себя правым, то с какой стати он должен извиняться, искупить ту вину, которой нет? Как можно, обижаясь, игнорировать интересы других людей, настраивая их против себя?

Такая модель поведения обижающегося эффективна далеко не всегда [5-7]. Да, ее кто-то может применять да тех, кто подат-

лив на это, но злоупотреблять ею не надо. Можно человека привлечь, промотивировать, заинтересовать, найти другие, более действенные способы. В ряде случаев агрессия, хитрость, подлость, наглость не работает, достаточно просто обидеться, и те, кто падок на это, конечно, сделают все что надо.

Если человек обидчивый [8], то ему следует провести анализ поведения тех людей, которые не обижаются. Тогда можно понять, каков повод для обиды, не скатывается ли взрослый человек к неэффективному, детскому, непривлекательному поведению, которое принесет больше вреда, чем пользы.

Ведь человек за свою обиду может и жестоко ответить. Окружающий нас мир является холодным, безжалостным и беспощадным к тем, кто слаб. Например, представьте, что мышь обиделась на кошку, желаящую ее съесть. Ее тут же и съедят, альтернативой может быть борьба, в результате которой можно выжить, или бегство, чтобы спастись.

Конечно, такое может произойти, когда человек окружен сильными людьми [9, 10]. Если его окружают романтики, то его обидчивость может принести ему и пользу. Люди иногда могут любить обиженных, поскольку их, бывало, тоже обижали, можно взывать к чувству справедливости [11, 12].

Люди, даже если они мягкие и отзывчивые, в душе все равно являются теми, кто борется за существование. Слабость других людей будет провоцировать их на то, чтобы совершить агрессию. Если человек постоянным образом обижается, то он себя не ценит и не уважает. Ведь никто не хочет быть слугой кому-то [13, 15]. Люди должны сами прокладывать свой путь в жизни.

Преображенский Андрей Петрович – ВИВТ-АНОО ВО, д. т. н., профессор, app@vivt.ru.

Куташов Вячеслав Анатольевич – ВГМУ им. Н. Н. Бурденко, д. мед. н., профессор, заведующий кафедрой «Психиатрия и неврология ИДПО», kutash@mail.ru.

Если человек себя не уважает, сидит со своими обидами, то он так и будет на нижнем месте в социальной пирамиде.

Психологи выделяют такое понятие, как обидчивость, которая является склонностью к частым обидам на окружающую среду. Еще они рассматривают понятие ментальной обиды, связанной с тем, что человек непрерывно на что-то обижается. Эту ментальную обиду в ряде случаев можно рассматривать как черту характера.

Люди могут манипулировать окружающими людьми, стремиться к тому, чтобы вызывать у них чувство вины, если они стремятся сказать что-то не то, что от них ожидается «обиженный».

Это может наблюдаться еще в детстве, когда вследствие обид на взрослых ребенок получает то, что он хочет, а потом и продолжается во взрослом возрасте.

Действительно, не странно ли взрослому человеку явным образом демонстрировать кому-то свою обиду, не стремиться к тому, чтобы договориться, ждать, что кто-то будет ему уступать? Те, кто стремится использовать жалость в качестве инструмента влияния, жалости не заслуживают. Обидчивость вообще может перейти в патологию.

Необходимо понимать, что такой подход, как «услуга за услугу», не всегда работает. Люди могут просто пользоваться хорошим расположением, доверчивостью, открытостью других людей, а потом спокойно о них забыть.

Можно рассчитывать на что-то, делая добрые дела, а ожидания не оправдаются. И обижаться в таких случаях необходимо не на других людей, а на себя.

Почему может возникать повышенная обидчивость:

1. К окружающим предъявляются завышенные требования, то есть они не могут справляться с ними и не оправдывают ожиданий. А почему бы не встать на место другого человека, осознать его мотивы, посмотреть, как он действует? Тогда от пассивного состояния можно перейти к состоянию управления ситуацией, бессилие уменьшается вместе с обидой.

2. Обидчивость естественна для ребенка, ведь он во многих случаях не имеет возможностей для того, чтобы каким-либо образом оказывать влияние на возникшую ситуацию. Когда человек становится взрослым согласно возрасту, то душа его может остаться, как у ребенка. Но при этом должен быть внутри и взрослый, зрелый, сознатель-

ный человек, который позволит рассудительным образом жить. Люди, которые часто обижаются, инфантильны и эгоистичны.

3. Если ребенку часто отказывали в детстве, то став взрослым, он стремится все делать самостоятельным образом, хотя при этом его определенные желания будут оставаться внутри, он их, как и раньше, не высказывает, но требования не реализуются – и накапливается обида, что можно рассматривать в качестве основного способа при общении.

4. Существуют особенности воспитания. Если ребенка в детстве баловали, то ему в дальнейшем довольно трудно изменить схему своего поведения. И при этом какую-то часть вины можно возложить на родителей, которые сформировали в нем единственный подход для того, чтобы он достигал свои цели в окружающем мире, причем, совсем не лучший подход. Если человека правильным образом воспитывали, то он не должен стать обидчивым. Ведь обида является демонстрацией слабости, признанием того, что человек надеется на возможность манипуляции и не рассматривает другие возможности контактов с людьми [14, 16]. Во взрослом возрасте люди могут осознанным образом применять обидчивость для манипуляции теми, кто это позволяет. Обидчивые люди рассматриваются обычным человеком как плохо воспитанные и манипуляторы. При манипуляции невозможно прийти к согласию, нет возможностей учесть интересы других людей. Манипуляцию следует в большинстве случаев игнорировать, хотя можно провести анализ, если человек не стремится к тому, чтобы извлечь выгоду, а просто слаб.

5. Стремление к переключению на кого-то ответственности. Важно понимать, что в окружающем нас мире ничто просто так не делается, никто никому просто так ничего не должен. Но человек может считать, что он имеет право ожидать от других людей что-то, а вот они и не оправдали его ожиданий, будь то какие-то действия, внимание к себе, помощь и т. д.

Вывод. Надо стараться не демонстрировать другим людям свою обиду, кроме тех случаев, когда мы уверены в нужной реакции. Нет необходимости в том, чтобы показывать людям то, что человек слаб и зависим от них – доброты и отзывчивости от этого, как правило, не прибавится. Следует заниматься саморазвитием.

ЛИТЕРАТУРА

1. Агеева З. А. Социально-психологическая природа и феноменология обидчивости. / З. А. Агеева, М. С. Гриценко // Вестник Ивановского государственного университета. – Вып. 1. – 2009. – С. 19.
2. Бурлан Ю. Обида – деструктивное чувство. Источник: <http://www.yburlan.ru/biblioteka/obida-destruktivnoe-chuvstvo>.
3. Герасимов С. В. Психология зла / С. В. Герасимов // Источник: http://goodtests.ru/books/psixologiya_zla/8_5_o_bid4ivost_i_obida/
4. Исакова М. В. Об особенностях систем управления персоналом / М. В. Исакова, О. Н. Горбенко // Вестник Воронежского института высоких технологий. – 2014. – № 12. – С. 168-171.
5. Орлов Ю. М. Обида. / Ю. М. Орлов // Источник: <http://www.vtvmir.kz/cit/cmor11.htm>
6. Орлов Ю. М. Искусство прощать обиды / Ю. М. Орлов // Семья и школа. – 1994. – № 7. – С. 15-16.
7. Орлов Ю. М. Как быть с обидчиком? / Ю. М. Орлов // Семья и школа. – 1994. – № 8. – С. 14-15.
8. Орлов Ю. М. Кто выбирает обиду? / Ю. М. Орлов // Семья и школа. – 1994. – № 6. – С. 12-13.
9. Павлова М. Ю. Вопросы адаптации выпускников вузов / М. Ю. Павлова // Вестник Воронежского института высоких технологий. – 2013. – № 10. – С. 234-237.
10. Пеньков П. В. Экспертные методы улучшения систем управления / П. В. Пеньков // Вестник Воронежского института высоких технологий. – 2012. – № 9. – С. 108-110.
11. Поздняков Н. И. Обидчивость как форма проявления гордости / Н. И. Поздняков // Покровские образовательно-просветительские листки. Вып. 29. – СПб.: НЕСТОР, 2008. – 26 с.
12. Рожков М. И. Как помочь ребенку преодолеть обиду / М. И. Рожков, М. А. Набатова. – Ярославль, Академия развития, 2006. – 192 с.
13. Самойлова У. А. О некоторых характеристиках управления предприятием / У. А. Самойлова // Вестник Воронежского института высоких технологий. – 2014. – № 12. – С. 176-179.
14. Черников С. Ю. Использование системного анализа при управлении организациями / С. Ю. Черников, Р. В. Корольков // Моделирование, оптимизация и информационные технологии. – 2014. – № 2 (5). – С. 16.
15. Шевандрин Н. И. Социальная психология в образовании. / Шевандрин Н. И. // М.: ВЛАДОС, 1995. – 544 с.
16. Шукшин В. М. Обида // В. М. Шукшин // В кн: Собрание сочинений в шести томах. Том 3. Рассказы 70-х годов. – М.: Издательство «Молодая гвардия», 1993.

THE RESENTMENT AS A SOCIAL PHENOMENON

© 2018 A. P. Preobrazhenskiy, V. A. Kutashov

*Voronezh Institute of high technologies (Voronezh, Russia)
Voronezh state medical University N. N. Burdenko (Voronezh, Russia)*

This paper discusses the features of the offense, as a social phenomenon. The causes of increased sensitivity are shown.

Key words: hurt, weakness, sense, society, manipulation.