

УДК 159.923+316.6  
ББК Ю953

ГРНТИ 15.21.51

Код ВАК 5.3.1

## **Боровкова Жанна Александровна,**

магистрант Института психологии, Уральский государственный педагогический университет; 620091, Россия, г. Екатеринбург, пр-т Космонавтов, 26; e-mail: JA.podeiko@yandex.ru

## **Кружкова Ольга Владимировна,**

SPIN-код: 7080-7230

кандидат психологических наук, доцент, заведующий лабораторией перспективных социосредовых исследований, Уральский государственный педагогический университет; 620091, Россия, г. Екатеринбург, пр-т Космонавтов, 26; e-mail: galiati1@yandex.ru

## **Жданова Наталья Евгеньевна,**

SPIN-код: 7192-8245

кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии образования и профессионального развития, Российский государственный профессионально-педагогический университет; 620012, Россия, г. Екатеринбург, ул. Машиностроителей, 11; e-mail: zne1976@gmail.com

## **Косарева Анжелла Юрьевна,**

SPIN-код: 1119-9397

преподаватель кафедры антикризисного управления и оценочной деятельности, Уральский государственный горный университет; 620144, Россия, г. Екатеринбург, ул. Куйбышева, 30; e-mail: kosareva2015@mail.ru

## **ОБЕСЦЕНИВАНИЕ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН**

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** обесценивание; девальвация; идеализация; психологический феномен; перфекционизм; синдром самозванца; теоретические исследования; эмпирические исследования

**АННОТАЦИЯ.** В статье представлены результаты теоретического и эмпирического исследования взаимосвязи между обесцениванием и другими детерминированными феноменами. Актуальность исследования состоит в том, что данный феномен часто фигурирует в различных литературных источниках, однако изучен не был. При этом наблюдается взаимосвязь исследуемого механизма с уже изученными психологическими феноменами. Классификация и систематизация информации по феномену обесценивания – необходимый этап для его дальнейшего изучения.

Целью статьи является описание феноменологии явления и процесса обесценивания, а также исследование признаков, детерминированных обесцениванием. Исследование было проведено путем анализа библиографических источников на первом этапе и путем опроса 117 респондентов на втором этапе. Поиск и отбор литературы осуществлялся в отечественных и международных наукометрических базах данных Web of Science, а также в электронной библиотеке, интегрированной с Российским индексом научного цитирования. В результате анализа была подтверждена взаимосвязь психологических феноменов, связанных с механизмом обесценивания. Также предложена первичная классификация обесценивания как психологического феномена. Опрос респондентов осуществлялся посредством Яндекс Форм, анализ данных – JASP путем факторного анализа. В результате исследования были выявлены пять значимых факторов с общим кумулятивным весом объясненной дисперсии 59%. Таким образом, основными комплексными индивидуальными факторами обесценивания стали: идеализирующее обесценивание себя и других; обесценивание себя; общее обесценивание себя и других; обесценивание своей жизни и достижений; общее обесценивание.

**ДЛЯ ЦИТИРОВАНИЯ:** Боровкова, Ж. А. Обесценивание как психологический феномен / Ж. А. Боровкова, О. В. Кружкова, Н. Е. Жданова, А. Ю. Косарева. – Текст : непосредственный // Педагогическое образование в России. – 2024. – № 6. – С. 306–315.

## **Borovkova Zhanna Alexandrovna,**

Master's Degree Student of Institute of Psychology, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

## **Kruzhkova Olga Vladimirovna,**

Candidate of Psychology, Associate Professor, Head of the Laboratory of Advanced Socio-Environmental Research, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

## **Zhdanova Natalia Evgenievna,**

Candidate of Pedagogy, Associate Professor of Department of Psychology of Education and Professional Development, Russian State Vocational Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

## **Kosareva Angela Yuryevna,**

Lecturer of Department of Crisis Management and Evaluation Activities, Ural State Mining University, Ekaterinburg, Russia

## **DEVALUATION AS A PSYCHOLOGICAL PHENOMENON**

**KEYWORDS:** devaluation; devaluation; idealization; psychological phenomenon; perfectionism; impostor syndrome; theoretical research; empirical research

**ABSTRACT.** The article presents the results of theoretical and empirical study of the relationship between depreciation and other deterministic phenomena. The relevance of the study lies in the fact that this phenomenon often appears in various literary sources, but has not been studied. At the same time, there is an interrelation of the investigated mechanism with already studied psychological phenomena. Classification and systematization of information on the phenomenon of devaluation is a necessary stage for its further study.

The aim of the article is to describe the phenomenology of the phenomenon and process of depreciation, as well as to investigate the attributes determined by depreciation. The study was conducted by analyzing bibliographic sources at the first stage and by interviewing 117 respondents at the second stage. Literature search and selection was carried out in domestic and international scientometric databases Web of Science, as well as in the electronic library integrated with the Russian Science Citation Index. As a result of the analysis, the interrelation of psychological phenomena related to the mechanism of depreciation was confirmed. The primary classification of devaluation as a psychological phenomenon was also proposed. Respondents were surveyed through Yandex Forms, data analysis was done by JASP through factor analysis. As a result of the study, five significant factors were identified with a total cumulative weight of explained variance of 59%. Thus, the main complex individual factors of devaluation were: idealizing devaluation of self and others; self devaluation; general devaluation of self and others; a devaluing of one's life and accomplishments; general devaluation.

**FOR CITATION:** Borovkova, Zh. A., Kruzhkova, O. V., Zhdanova, N. E., Kosareva, A. Yu. (2024). Devaluation as a Psychological Phenomenon. In *Pedagogical Education in Russia*. No. 6, pp. 306–315.

**Введение.** В последнее время феномен психологического обесценивания значительно часто фигурирует в различных литературных источниках. Данным термином апеллируют как в научных работах, так и в научно-популярных статьях, любят его использовать и СМИ, так как огромное количество различных психологических проблем имеют с ним прямую или опосредованную связь. Так, например, среди многочисленного спектра проблем, являющихся причиной обращения к психологу, в последнее время преобладают проблемы, в основе которых лежит обесценивание: себя, своих целей и ценностей, своего окружения [16].

Согласно большому современному толковому словарю русского языка, обесценивание – это процесс, при котором что-то лишается значения. Современный психологический словарь трактует обесценивание только как односторонний механизм преувеличения негативных качеств других [12].

Объектом обесценивания могут выступать личные качества, материальные или духовные ценности, принципы, достижения, цели, мысли и чувства, эмоции и переживания, люди, увлечения, жизненный опыт, знания и умения, профессионализм, социальные институты, научный прогресс и многое другое.

Признаки обесценивания: отсутствие объективности по отношению к какому-либо объекту, низкая степень толерантности к несовершенствам и ошибкам, направленность на себя или окружающий мир, фокусирование внимания исключительно на результатах, поляризованная оценка объекта, завышенные требования, нереалистичные ожидания, избегание ошибок, сосредоточенность на недостатках, сравнение с идеалом, субъективное снижение значимости чего-либо, нереалистичное преуве-

личение значимости чего-либо и другие маркеры, говорящие о преуменьшении ценности какого-либо объекта.

Таким образом обнаруживается взаимосвязь обесценивания с другими психологическими феноменами, имеющими схожие признаки. К таким механизмам относятся перфекционизм, «синдром отличника», синдром самозванца и реактивная девальвация.

Однако данный феномен не был изучен должным образом. Отсутствует как его классификация, так и структура понимания в научной среде. Существует также множество изученных феноменов, детерминированных обесцениванием и при этом не имеющих радикальных отличий друг от друга. Систематизация этих феноменов и их объединение в единую структуру помогут лучше понимать первоисточники проблем и, как следствие, улучшить качество терапии, а также взглянуть на проблему под другим углом и другим критическим взглядом. Отсутствие же систематизации и является ключевой проблематикой работы.

В исследовании выдвинута следующая гипотеза: обесценивание имеет сложную структуру, в которую входят различные процессы, обеспечивающие снижение субъективной значимости как внешних объектов, так и себя.

Целью исследования стало описание феноменологии явления и процесса обесценивания.

Сформулированы следующие исследовательские вопросы:

1. Какие психологические феномены и механизмы обладают признаками обесценивания?

2. Какова эмпирическая модель обесценивания во взаимосвязи со смежными психологическими феноменами?

**Методы исследования.** На первом

этапе исследования осуществлялся отбор отечественных и зарубежных научных статей для включения в обзор. Поиск научных публикаций в международных наукометрических базах данных Web of Science (<https://www.apps.webofknowledge.com>), а также в электронной библиотеке, интегрированной с Российским индексом научного цитирования (<https://www.elibrary.ru>), проводился с использованием ключевых слов «обесценивание» («depreciation») (табл. 1). В результате поиска были найдены фундаментальные труды и монографии. При анализе найденной литературы к перечню ключевых слов были добавлены следующие: «девальвация» («devaluation»), «идеализация» («idealization»).

Поиск в каждой базе данных прекращался в тот момент, когда содержание статьи было нерелевантно поисковому запросу.

Общий список публикаций составил 2167 российских и зарубежных работ. Из числа просмотренных статей в анализ были включены 6 публикаций, среди которых 3 статьи на русском языке, и 6 англоязычных источников.

Вторым этапом обзора литературы стал поиск научных статей и исследований таких психологических феноменов, как перфекционизм («perfectionism»), синдром самозванца («impostor syndrome»), синдром отличника («excellent student's syndrome»), реактивная девальвация («reactive devaluation») (табл. 1). Общий список публикаций составил 3498 российских и зарубежных работ. Из числа просмотренных статей в анализ были включены 57 публикаций, среди которых 26 статей на русском языке и 31 англоязычный источник.

Таблица 1

### Количество просмотренных и отобранных для анализа публикаций

Этап исследования		НЭБ elibrary	Web of Science
Первый этап	просмотрено	924	1243
	отобрано	3	6
Второй этап	просмотрено	1624	1874
	отобрано	26	31

В рамках исследования было установлено, что терминология обесценивания встречается только в фундаментальных источниках, не изучена как целостный феномен и не имеет четкой классификации.

На третьем этапе исследования осуществлялся отбор психодиагностических

методик для опроса респондентов. В структуру опроса вошли методики и шкалы, описанные в таблице 2. Эмпирический этап исследования проходил при использовании Индекс Форм. Были опрошены 117 студентов обоих полов возрастом от 17 до 41 года.

Таблица 2

### Методы сбора информации

Психодиагностическая методика и ее назначение	Шкалы психодиагностической методики	Маркеры измеренного психологического феномена
«Многомерная шкала перфекционизма» (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS), разработанная П. Хьюиттом и Г. Флеттом, адаптированная И. И. Грачевой	Уровень перфекционизма, ориентированный на себя	Субъектно или личностно ориентированный перфекционизм – завышенные и нереалистичные требования, предъявляемые к себе, и усиленное исследование себя, самокопание и самокритика, которые делают невозможным принятие собственных изъянов, недостатков и неудач. Обесценивание достигнутых результатов, имеющих положительные качества и себя в целом
	Уровень перфекционизма, ориентированный на других	Объектно ориентированный перфекционизм – предъявление преувеличенных и нереалистичных требований к другим. Обесценивание их труда, опыта, результатов и личности в целом
Шкала феномена самозванца (Clance Impostor Phenomenon Scale, CIPS), предложенная психологом Паулиной Роуз	Шкала феномена самозванца	Комплекс означает неадекватную оценку индивидом своих способностей, а также неумение порадоваться своим успехам и достижениям. Еще он может вызывать лишнее количество волнений и сомнений в жизни человека. В результате комплекса самозванца люди часто ограничивают себя в замыслах и занимают более низкое положение, чем позволяют их способности. Фактически «самозванец» обесценивает свои способности, успехи и достижения

Продолжение таблицы 2

Психодиагностическая методика и ее назначение	Шкалы психодиагностической методики	Маркеры измеренного психологического феномена
Опросник структуры психологических защит (Self-Report of Defense Styles), адаптированный Е. Е. Туник	Уровень всемогущества, превосходства	Человек действует так, как будто он выше, лучше остальных, как будто он обладает особой силой или способностями, т. е. обесценивает других
	Уровень всемогущества-обесценивания	Обесценивание – субъект справляется с эмоциональными конфликтами, внутренними и внешними стрессорами приписыванием преувеличенных отрицательных свойств себе и другим
	Уровень примитивной идеализации	Приписывание преувеличенно положительных качеств себе или другим. Обесценивание следует сразу после разочарования в объекте. При этом, идеализируя объект, остальные теряют рядом с ним свою ценность
	Уровень расщепления	Представление о себе или других как о либо абсолютно хороших, либо абсолютно плохих. Человек не может интегрировать положительные и отрицательные качества людей в единый образ, часто идеализирует либо девальвирует одного и того же человека
	Псевдоальтруизм	Замещающая, но конструктивная помощь другим, хотя при этом помогающий инстинктивно ждет благодарности. Хвалить и делать то, что не нравится, любить и хорошо относиться к тому, кого не любишь. Приращение себя. Отдавать свои силы, время другим в ущерб себе, вернее, за счет себя. Отказывается от удовлетворения своих нужд. Получает удовлетворение, помогая другим. Таким образом человек обесценивает свои нужды, желания, ценности, силы, время
Уровень юмора	Подчеркивание удивительного или иронического аспекта конфликта или стрессора. Иронические и саркастические замечания в адрес других людей. В совокупности это является обесцениванием проблемы, стресса, себя или другого человека	
Тест оценки нарциссизма, разработанный в НИПНИ им. Бехтерева	Бессильное Self	Показатель целостности, самооценки, уверенности в себе. Ослабленная по этому параметру личность испытывает интенсивные депрессивные переживания бессмысленности, бесцельности жизни, малоценности, малодушия, внутренней пустоты, бессилия, бесперспективности, от которых личность не может защититься, деструктивные побуждения с обращением агрессии против себя, что является обесцениванием себя и своей жизни в целом
	Незначительное Self	Рост показателей по этому параметру характеризует ослабление организации Self-системы, сопровождаемое мучительными сомнениями в ценности собственной личности. Этому нарушению регуляции чувства собственной ценности сопутствует доминирующее переживание стыда и страха раскрытия окружающими своей малоценности. Индивидуум видит себя отчетливо негативно, что также является показателем обесценивания
	Грандиозное Self	Снижение показателей по этому параметру означает ослабление личности, снижение веры в себя, в свои возможности добиваться поставленных целей, быть привлекательным для окружающих, т. е. обесценивание себя
	Стремление к идеальному Self-объекту	Повышение показателей по этому параметру отражает снижение удовлетворенности собой с одновременным поиском внешнего идеализируемого объекта, который в фантазиях представляется излучающим силу. Идентификация с ним стимулирует слабую личность, позволяет соучаствовать в его могуществе и блеске, компенсирова таким образом собственный нарциссический дефицит

Психодиагностическая методика и ее назначение	Шкалы психодиагностической методики	Маркеры измеренного психологического феномена
	Обесценивание объекта	Ослабление личности по этому параметру проявляется в нарастающей тенденции к очернению, обесцениванию окружающих, восприятию их опасными, разочаровывающими. Психодинамически за этим стоит защита от потенциального нарциссического шока – быть разочарованным, обиженным, униженным или отвергнутым любимым и желанным объектом, от которого ожидаются эмоциональное тепло, забота, помощь. Искусственное субъективное снижение значимости такого объекта снижает зависимость слабой личности от него и анестезирует фантазируемую или реальную нарциссическую обиду

Результаты исследования были обработаны с помощью методов математико-статистического анализа данных. Был проведен факторный анализ методом максимального правдоподобия с выделением факторов по методу Кайзера с последующим вращением (Прямой Облимин).

**Результаты.** Впервые феномен примитивного обесценивания, как указывает Н. Мак-Вильямс в своих трудах, был описан Шандором Ференци в контексте защитного механизма психики, взаимодополняющего процесс примитивной идеализации. Ребенок, не обладающий определенным жизненным опытом, бессознательно убежден в своей способности все контролировать. Психический процесс всемогущего контроля перестает работать в момент понимания ребенком, что контролируют и управляют ситуацией его родители. Фантазии о всемогуществе родителей являются началом работы процесса примитивной идеализации. В процессе развития малыш активно познает окружающий мир, а значит, совсем скоро будет вынужден столкнуться с разочарованием в том, что родители не всемогущи. Подобный когнитивный диссонанс компенсируется защитным механизмом – примитивным обесцениванием [11].

Деидеализация и обесценивание являются частью важного процесса взросления и сопровождают процесс сепарации. По факту завершения сепарации эти взаимодополняющие механизмы перестают быть актуальными, потому что они являются первичными защитными процессами. Однако рудиментируются эти механизмы и заменяются вторичными защитными процессами далеко не у всех.

Подавляющее большинство людей склонны к идеализации и наделяют особой ценностью и силой объекты своей эмоциональной зависимости. Поскольку в человеческой жизни нет ничего идеального и совершенного, идеализация прямой дорогой ведет к разочарованию. Чем сильнее был идеализирован объект, тем большему обес-

цениванию в итоге подвергнется. При этом идеализация обратно пропорциональна способности вынести несовершенство в себе. Чем идеальнее объект, тем сложнее принять свои недостатки [11]. Также наряду с идеализацией определенных людей наблюдается ненависть к другим людям [8].

Мелани Кляйн в своих трудах связывает обесценивание с завистью. Зависть порождает критику и обесценивание. Зависть во взрослой жизни есть результат фрустрированной потребности в материнской груди в младенчестве. Во взрослом возрасте человек, не способный удовлетворить свою потребность, обесценит и возненавидит желаемое за то, что не может им овладеть [7].

Ф. Б. Березин рассматривает обесценивание исходных потребностей как психологическую защиту, снижающую уровень побуждений [2]. Во многих литературных источниках обесценивание рассматривают как составляющую более развитого компенсаторного механизма – рационализации. В данном случае дискредитируется значимость фрустрированной потребности, человек не получил желаемое и убеждает себя, что желаемое не так уж и важно [15].

Тенденция частой смены идеализации и обесценивания в межличностных отношениях наблюдается у пограничных, зависимых, депрессивных и нарциссичных личностей, случаи с истерией не исключение.

В нарциссических личностях дуальность этих механизмов представлена ярче всего. Такие люди чувствуют себя уникальными, ожидая соответствующего отношения к себе со стороны окружающих. Так запускается циклический механизм идеализации-обесценивания [10].

В парадигме когнитивно-поведенческой терапии Аарон Бек предложил ряд когнитивных искажений. Впоследствии его дочь, Джудит Бек, расширила данный список. В обоих перечнях обесценивание рассматривается как когнитивное искажение. Джудит Бек в своей классификации рассматривает 12 когнитивных ошибок:

– Дихотомическое мышление – полярное мышление, при котором существуют только две категории для оценки людей событий и поступков.

– Катастрофизация – негативные предсказания событий будущего без учета других вероятных исходов.

– Обесценивание позитивного – положительному опыту, успехам и достижениям не придается значения.

– Эмоциональное обоснование – игнорирование или обесценивание доказательств или фактов по причине сильного чувства, ощущения или веры в обратное убеждение.

– Навешивание ярлыков – стигматизация и наделение безусловными характеристиками себя или окружающих без учета при этом фактов и доказательств, способных минимизировать негативные выводы.

– Магнификация или минимизация – преуменьшение позитивного и преувеличение негативного при оценивании себя, окружающих или ситуации.

– Избирательное абстрагирование – игнорирование полной картины всех событий, исключительно безосновательный учет неудач, поражений и лишений.

– «Чтение мыслей» – уверенность в знании мыслей окружающих, отказ от других, более вероятных возможностей и вариантов.

– Сверхгенерализация – формулирование обобщающих негативных выводов, выходящих за пределы текущей ситуации.

– Персонализация – убежденность человека в том, что он является причиной негативного поведения окружающих, при отсутствии попыток найти более вероятные объяснения; уверенность человека в том, что его ошибки – центр внимания окружающих.

– Долженствование – наличие непреклонной идеи о том, как должны вести себя другие люди и каким должно быть собственное поведение; неоправданность ожиданий приравнивается к неудаче.

– Туннельное мышление – фиксация внимания на негативных аспектах ситуации [1].

Из данного перечня ряд когнитивных ошибок напрямую или косвенно связаны с обесцениванием. Часть из них можно рассмотреть как обесценивание положительных фактов при неудаче, в то время как другая часть в данном перечне является синонимом феномена обесценивания.

В своей статье про обесценивание Кен Мелор, профессор института Катексиса, и соавторы приводят классификацию обесценивания, где категориями обесценивания предлагаются стимулы, проблемы и возможности. Сложность классификации за-

ключается в ее нелинейности для восприятия, а ключевое преимущество направлено на помощь в диагностике психозов и детальном рассмотрении каждой конкретной ситуации со множеством сторон [21]. Практический инструмент, представленный авторами, является косвенным классификатором и не ставит перед собой цель систематизации и объяснения феномена обесценивания.

Согласно гипотезе данного исследования, феномен обесценивания включает в себя несколько отдельных психологических механизмов, которые структурно направлены на себя, других, окружение или социальные события и явления. Ряд психологических феноменов обнаруживает в себе признаки обесценивания. Это, в свою очередь, рождает предположение о том, что корень каждого приведенного ниже феномена является обесцениванием.

*Синдром самозванца* – состояние сознания, при котором человек сомневается в своих собственных интеллектуальных способностях или навыках [11]. Синдром самозванца направлен на оценку собственных действий через призму оценки другими людьми. Люди с таким синдромом склонны приписывать достижения случайной удаче, внешним обстоятельствам, они также склонны обесценивать похвалу [6; 14].

Тенденция отождествлять свои успехи с удачей или счастливым случаем, невозможность приписывать собственные успехи своим качествам, навыкам и компетенциям отражают обесценивание всего процесса научения, процесса деятельности, а также себя как профессионала и как личность.

Одним из проявлений данного синдрома является тип самозванцев, который Валери Янг в своем исследовании назвала экспертами. Такие люди склонны обесценивать свои знания и компетенции и не берутся или боятся братья за работу. Они думают, что имеющихся знаний, компетенций и опыта им не хватит, чтобы справиться с поставленной задачей. Как следствие, постоянно учатся, но не с целью повышения квалификации, а из постоянного страха и убеждения, что они недостаточно хороши и текущих знаний им недостаточно [22].

*Перфекционизм* – повседневное предъявление к себе требований более высокого качества выполнения деятельности, чем того требуют обстоятельства [19].

Негативный аспект перфекционизма связан со стремлением достичь идеального результата, который невозможен как явление. Несовершенный результат любой деятельности оказывается неприемлемым для человека [17].

Перфекционизм может быть направлен как на себя, собственные достижения и

успехи, так и на окружение, общество в целом и любые происходящие явления и события [4].

Сосредоточенность на неудачах при игнорировании достижений, дихотомическая оценка результата какой-либо деятельности говорят об обесценивании любого опыта и результата, отличного от идеального в своем пространстве мировосприятия. Необходимо разделять достижения и самоидентификацию, учиться воспринимать себя как целостного и ценного человека независимо от достижений [5].

Частным случаем проявления перфекционизма является «синдром отличника». Отличительной чертой данного синдрома является потребность в исключительно положительном результате деятельности с целью получения исключительно положительной критики и похвалы за эту деятельность. Обесценивается как процесс деятельности и опыт, так и сам результат, ключевое значение имеет только положительная оценка окружающих [3].

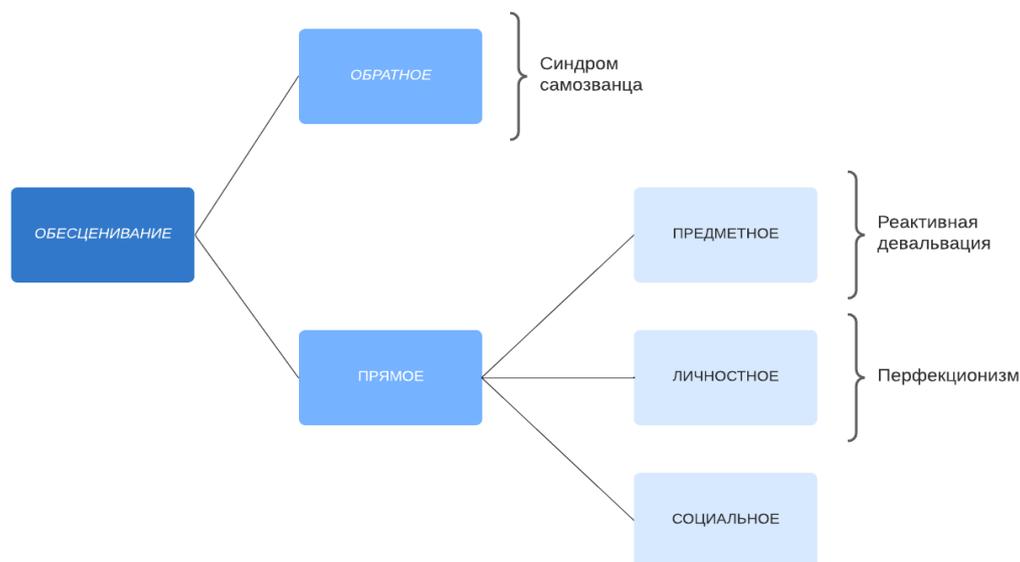
*Реактивная девальвация* – склонность

обесценивать предложения, исходящие от второй стороны в переговорах, если она воспринимается с неприязнью или с враждебностью.

Во-первых, предложение антагониста воспринимается как выгодное только ему, без здоровой оценки и логики. При этом, если бы предложение было выдвинуто первой стороной, оно бы считалось выигрышным и правильным.

Во-вторых, реактивная девальвация может возникать под влиянием изменения убеждений, стремление к недоступному принижает качества и достоинства имеющегося [20].

Механизм обесценивания имеет сложную структуру и его проявления наблюдаются в различных психологических феноменах. По этой причине необходима его классификация. На примере перфекционизма и его ориентации на себя и на других можно классифицировать обесценивание по направленности [18]: обратное, направленное на себя, и прямое, направленное на внешнюю среду (рис.).



**Рис. Схема классификации обесценивания**

Обратное обесценивание можно наблюдать в уже изученных феноменах синдрома самозванца и перфекционизма, направленного на себя, в частности синдрома отличника. Суть механизма заключается в обесценивании своих успехов, достижений, опыта, личностных и профессиональных качеств, внешнего вида, эмоций и себя как личности.

Прямое обесценивание включает в себя три категории. Под предметным обесцениванием подразумевается обесценивание вещей, условий, явлений, качеств, досто-

инств и других предметов или сущностей, не направленных на личность. Реактивная девальвация служит ярким примером предметного обесценивания, где условие или предложение оценивается значительно ниже, если поступает от антагониста.

Перфекционизм, направленный на других, служит примером личностного обесценивания. Такой механизм обесценивает человека или его мнение, эмоции, успехи, личностные ценности и качества.

Социальное обесценивание подразумевает под собой обесценивание обществен-

ности, науки, поколения, нации, профессий, институтов как явлений, а также их достижений. Примером такого обесценивания может служить девальвация экспертного знания в образовательном процессе или потеря значимости христианских ценностей, религии и идеалов [9; 13].

Для проверки теоретической модели (рис.) был проведен факторный анализ, в

результате которого было выделено пять значимых факторов с 59% общей объясненной дисперсии (табл. 3). Достоверность факторной модели определяется (КМО = 0,704) и критерием сферичности Батлетта, уровень значимости которого меньше 0,001, а также критерием  $\chi^2$  ( $\chi^2 = 41,788$  при  $p = 0,093$ ).

Таблица 3

**Факторная структура индивидуальных детерминант обесценивания**

Фактор	Нагрузка на фактор	Компоненты фактора	Нагрузка на компонент
F1. Идеализирующее обесценивание себя и других	1,766	Расщепление	0,972
		Примитивная идеализация	0,462
F2. Обесценивание себя	1,297	Псевдоальтруизм	-0,995
F3. Общее обесценивание себя и других	2,241	Грандиозное Self	0,934
		Стремление к идеальному Self-объекту	0,723
		Обесценивание объекта	0,409
F4. Обесценивание своей жизни и достижений	2,585	Феномен самозванца	-0,720
		Бессильное Self	-0,891
		Незначительное Self	-0,906
F5. Общее обесценивание	2,129	Перфекционизм, ориентированный на себя	0,441
		Всемогущество	0,839
		Всемогущество-обесценивание	0,704
		Юмор	0,442
		Грандиозное Self	0,436

Таким образом, основными комплексными индивидуальными факторами обесценивания являются:

- идеализирующее обесценивание себя и других. В данный фактор входят обесценивание, достигаемое посредством идеализации какого-либо объекта, неспособность интегрировать в единый образ его положительные и отрицательные качества. Представление объекта либо идеальным, либо ничтожным;

- обесценивание себя. В данный фактор входит принижение себя за счет обесценивания своих ресурсов: силы, времени, желаний, нужд. Человек ущемляет себя, ставя в приоритет потребности окружающих;

- общее обесценивание себя и других. Данный фактор включает ослабление собственной личности через снижение веры в себя и свои возможности. Снижение удовлетворенности собой с попытками вернуть свою значимость через значимость стороннего идеализируемого объекта. Тенденция очернения и искусственное субъективное снижение значимости окружающих;

- обесценивание своей жизни и достижений. Данный фактор подразумевает неадекватную, неоправданно заниженную оценку своих способностей, успехов, достижений, сил и перспектив. Снижение ценности собственной жизни, ее смыслов и целей;

- общее обесценивание. Данный фак-

тор включает снижение значимости себя, своих сил, возможностей, способностей, результатов, личностных качеств. Приписывание отрицательных свойств себе или другим. Обесценивание других посредством превозношения себя. Обесценивание конфликтов, стрессоров, проблем и ситуаций. Нетерпимость к изъянам, недостаткам и ошибкам.

**Выводы.** Результаты проведенного исследования позволили сделать вывод о том, что обесценивание – сложный защитный механизм и имеет не менее сложную структуру. В обесценивание входят различные процессы, обеспечивающие снижение субъективной значимости как внешних объектов, так и себя. Были выявлены феномены, выступающие в качестве детерминант психологического обесценивания, такие как: синдром самозванца, перфекционизм, реактивная девальвация и т. д. Данная взаимосвязь была подтверждена методом факторного анализа. Кроме того, была предложена первичная структура классификации обесценивания. Данным исследованием было подтверждено наличие двух основных групп в предложенной структуре. Представленная классификация включает в себя обратное личностное обесценивание, подтверждаемое наличием F2, F4, и прямое личностное обесценивание, подтверждаемое наличием F1, F3, при этом F5 не относится исключительно к личностному обес-

цениванию, что подтверждает наличие других подгрупп в классификации данного феномена (табл. 3). Стоит отметить, что в рамках дальнейшей работы будет доказано или опровергнуто наличие в классификации видов предметного и социального обесценивания. Детальное изучение данного ме-

ханизма дает почву для новых научных открытий. Исследование способствует перспективам продуктивной терапии в вопросах феноменов, корни которых ведут к обесцениванию, а также когнитивно-поведенческой терапии, в том числе при работе с расстройствами личности.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Бек, Д. С. Когнитивная терапия. Полное руководство / Д. С. Бек. – М. : ООО «И. Д. Вильямс», 2018. – 400 с. – Текст : непосредственный.
2. Березин, Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека : монография / Ф. Б. Березин. – Л. : Наука. Ленинградское отделение, 1988. – 267 с. – Текст : непосредственный.
3. Блюм, Д. Психоаналитические теории личности / Г. Блюм. – М. : Академический Проект, 2009. – 222 с. – Текст : непосредственный.
4. Гаранян, Н. Г. Перфекционизм, депрессия и тревога / Н. Г. Гаранян, А. Б. Холмогорова, Т. Ю. Юдеева. – Текст : непосредственный // Консультативная психология и психотерапия. – 2001. – Т. 9, № 4. – С. 18–48.
5. Каменюкин, А. Г. Перфекционизм как трансдиагностическая мишень / А. Г. Каменюкин. – Текст : непосредственный // Вестник Московской международной академии. – 2021. – № 1. – С. 92–103.
6. Капаева, С. И. «Синдром самозванца»: основные причины и их трансформация / С. И. Капаева. – Текст : непосредственный // Инновационные проекты и программы в психологии, педагогике и образовании : сборник статей Международной научно-практической конференции. – Уфа : ООО «Аэтерна», 2023. – С. 41–43.
7. Кляйн, М. Зависть и благодарность. Исследование бессознательных источников / М. Кляйн. – СПб. : Б.С.К, 1997. – 96 с. – Текст : непосредственный.
8. Кляйн, М. Психоаналитические труды. Том 2: «Любовь, вина и репарация» и другие работы 1929–1942 гг. / М. Кляйн. – Ижевск : ERGO, 2007. – 386 с. – Текст : непосредственный.
9. Кузьменков, В. А. Социокультурные факторы обесценивания ценностей / В. А. Кузьменков. – Текст : непосредственный // Социально-политические науки. – 2019. – № 6. – С. 142–148.
10. Куттер, П. Современный психоанализ. Введение в психологию бессознательных процессов / П. Куттер. – СПб. : ИОИ, 2020. – 342 с. – Текст : непосредственный.
11. Мак-Вильямс, Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе / Н. Мак-Вильямс. – М. : Класс, 2021. – 592 с. – Текст : непосредственный.
12. Немов, Р. С. Психологический словарь / Р. С. Немов. – М. : Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2007. – 560 с. – Текст : непосредственный.
13. Рахманова, Ю. В. Обесценивание экспертного знания в образовательной среде / Ю. В. Рахманова. – Текст : непосредственный // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. – 2021. – № 201. – С. 124–132.
14. Стародубец, К. Е. «Синдром самозванца»: понятие, причины, симптомы / К. Е. Стародубец, А. С. Самарина. – Текст : непосредственный // Молодежь Сибири – науке России. – Красноярск : Сибирский институт бизнеса, управления и психологии, 2024. – С. 332–337.
15. Субботина, Л. Ю. Психология защитного поведения : монография / Л. Ю. Субботина. – Ярославль : ЯрГУ, 2006. – 220 с. – Текст : непосредственный.
16. Цветкова, Н. А. Консультативная работа с феноменом обесценивания в контексте концепции «Внутренней позиции личности» / Н. А. Цветкова, С. В. Покровская. – Текст : непосредственный // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Гуманитарные науки. – 2022. – № 6. – С. 78–81.
17. Hewitt, P. L. Perfectionism and depression: A multidimensional analysis / P. L. Hewitt, G. L. Flett. – Text : immediate // Journal of Social Behavior and Personality. – 1990. – Vol. 5, issue 5. – P. 423–438.
18. Hewitt, P. L. Perfectionism in the Self and Social context: conceptualization, assessment and association with psychopathology / P. L. Hewitt, G. L. Flett. – Text : immediate // J Pers Soc Psychology. – 1991. – Vol. 60, issue 3. – P. 456–470.
19. Leonhardt, M. All Impostors aren't alike – Differentiating the Impostor Phenomenon / M. Leonhardt, M. Behtoldt, S. Rohrmann. – Text : electronic // Frontiers in psychology. – 2017. – Vol. 8, issue 1505. – URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2017.01505/full> (mode of access: 13.09.2024).
20. Maoz, I. Reactive Devaluation of an “Israeli” vs. “Palestinian” Peace Proposal / I. Maoz, A. Ward, M. Katz, L. Ross. – Text : immediate // Journal of Conflict Resolution. – 2002. – Vol. 4, issue 4. – P. 515–546.
21. Mellor, K. Discounting / K. Mellor, E. Schiff. – Text : immediate // TAJ. – 1975. – Vol. 3, issue 5. – P. 295–302.
22. Yang, V. The Secret Thoughts of Successful Women: And Men: Why Capable People Suffer from Impostor Syndrome and How to Thrive in Spite of It / V. Yang. – Crown : Crown Currency, 2011. – 304 p. – Text : immediate.

### REFERENCES

1. Beck, D. S. (2018). *Kognitivnaya terapiya. Polnoe rukovodstvo* [Cognitive Therapy: A Complete Guide]. Moscow, ООО «I. D. Vil'yams». 400 p.

2. Berezin, F. B. (1988). *Psikhicheskaya i psikhofiziologicheskaya adaptatsiya cheloveka* [Mental and Psychophysiological Adaptation of a Person]. Leningrad, Nauka. Leningradskoe otdelenie. 267 p.
3. Bloom, D. (2009). *Psikhoanaliticheskie teorii lichnosti* [Psychoanalytic Theories of Personality]. Moscow, Akademicheskii Proekt. 222 p.
4. Garanyan, N. G., Kholmogorova, A. B., Yudeeva, T. Yu. (2001). Perfektsionizm, depressiya i trevoga [Perfectionism, Depression and Anxiety]. In *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya*. Vol. 9. No. 4, pp. 18–48.
5. Kamenyukin, A. G. (2021). Perfektsionizm kak transdiagnosticheskaya mishen' [Perfectionism as a Transdiagnostic Target]. In *Vestnik Moskovskoi mezhdunarodnoi akademii*. No. 1, pp. 92–103.
6. Kapaeva, S. I. (2023). «Sindrom samozvantsa»: osnovnye prichiny i ikh transformatsiya [“Imposter Syndrome”: Main Causes and Their Transformation]. In *Innovatsionnye proekty i programmy v psikhologii, pedagogike i obrazovanii: sbornik statei Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii*. Ufa, OOO «Aeterna», pp. 41–43.
7. Klein, M. (1997). *Zavist' i blagodarnost'*. Issledovanie bessoznatel'nykh istochnikov [Envy and Gratitude: An Exploration of Unconscious Sources]. Saint Petersburg, B.S.K. 96 p.
8. Klein, M. (2007). *Psikhoanaliticheskie trudy* [Psychoanalytic Works]. Vol. 2: «Lyubov', vina i reparatsiya» i drugie raboty 1929–1942 gg. Izhevsk, ERGO. 386 p.
9. Kuzmenkov, V. A. (2019). Sotsiokul'turnye faktory obestsennivaniya tsennosti [Sociocultural Factors of Devaluation of Values]. In *Sotsial'no-politicheskie nauki*. No. 6, pp. 142–148.
10. Cutter, P. (2020). *Sovremennyyi psikhoanaliz. Vvedenie v psikhologiyu bessoznatel'nykh protsessov* [Modern Psychoanalysis: An Introduction to the Psychology of Unconscious Processes]. Saint Petersburg, IOI. 342 p.
11. McWilliams, N. (2021). *Psikhoanaliticheskaya diagnostika: Ponimanie struktury lichnosti v klinicheskoy protsesse* [Psychoanalytic Diagnosis: Understanding Personality Structure in the Clinical Process]. Moscow, Klass. 592 p.
12. Nemov, R. S. (2007). *Psikhologicheskii slovar'* [Psychological Dictionary]. Moscow, Gumanitarnyi izdatel'skii tsentr «VLADOS». 560 p.
13. Rakhmanova, Yu. V. (2021). Obestsennivanie ekspertnogo znaniya v obrazovatel'noi srede [Devaluation of Expert Knowledge in the Educational Environment]. In *Izvestiya Rossiiskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A. I. Gertsena*. No. 201, pp. 124–132.
14. Starodubets, K. E., Samarina, A. S. (2024). «Sindrom samozvantsa»: ponyatie, prichiny, simptomy [“Imposter Syndrome”: Concept, Causes, Symptoms]. In *Molodezh' Sibiri – nauke Rossii*. Krasnoyarsk, Sibirskii institut biznesa, upravleniya i psikhologii, pp. 332–337.
15. Subbotina, L. Yu. (2006). *Psikhologiya zashchitnogo povedeniya* [Psychology of Defensive Behavior]. Yaroslavl, YarGU. 220 p.
16. Tsvetkova, N. A., Pokrovskaya, S. V. (2022). Konsul'tativnaya rabota s fenomenom obestsennivaniya v kontekste kontseptsii «Vnutrennei pozitsii lichnosti» [Consulting Work with the Phenomenon of Devaluation in the Context of the Concept of “Internal Position of Personality”]. In *Sovremennaya nauka: aktual'nye problemy teorii i praktiki. Seriya: Gumanitarnye nauki*. No. 6, pp. 78–81.
17. Hewitt, P. L., Flett, G. L. (1990). Perfectionism and Depression: A Multidimensional Analysis. In *Journal of Social Behavior and Personality*. Vol. 5. Issue 5, pp. 423–438.
18. Hewitt, P. L., Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the Self and Social Context: Conceptualization, Assessment and Association with Psychopathology. In *J Pers Soc Psychology*. Vol. 60. Issue 3, pp. 456–470.
19. Leonhardt, M., Behtoldt, M., Rohrmann, S. (2017). All Impostors Aren't Alike – Differentiating the Impostor Phenomenon. In *Frontiers in psychology*. Vol. 8. Issue 1505. URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2017.01505/full> (mode of access: 13.09.2024).
20. Maoz, I., Ward, A., Katz, M., Ross, L. (2002). Reactive Devaluation of an “Israeli” vs. “Palestinian” Peace Proposal. In *Journal of Conflict Resolution*. Vol. 4. Issue 4, pp. 515–546.
21. Mellor, K., Schiff, E. (1975). Discounting. In *TAJ*. Vol. 3. Issue 5, pp. 295–302.
22. Yang, V. (2011). *The Secret Thoughts of Successful Women: And Men: Why Capable People Suffer from Impostor Syndrome and How to Thrive in Spite of It*. Crown, Crown Currency. 304 p.