

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ  
БАШКОРТОСТАН  
ФЕДЕРАЦИЯ ПСИХОЛОГОВ ОБРАЗОВАНИЯ РОССИИ  
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. М. АКМУЛЛЫ»  
Факультет психологии  
Кафедра общей и социальной психологии  
Кафедра психологии**

## **ЧЕЛОВЕК В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ**

**сборник научных статей  
очной Международной научно-практической конференции**

Уфа – 2019

УДК 159.9  
ББК 88.492  
Ч25

*Редакционная коллегия:*

Нухова М.В., кандидат психологических наук, доцент  
Шаяхметова Э.Ш., доктор биологических наук, профессор

*Ответственная за выпуск:*

Шаяхметова Э.Ш.

В сборнике представлены материалы научных работ молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов, затрагивающие различные аспекты личностного, профессионального, семейного, соматического функционирования человека в условиях социальных изменений, происходящих в современном обществе.

Человек в условиях социальных изменений: сб. науч. ст. очной Международной научно-практической конференции «Человек в условиях социальных изменений» (Уфа, 26 апреля 2019). – Уфа: БГПУ им. М. Акмуллы, 2019. – 240 с.

ISBN 978-5-87978-851-8

© ФГБОУ ВО «БГПУ им. М. Акмуллы», 2019  
© Кафедра общей и социальной психологии, 2019

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ С ПАТОЛОГИЕЙ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОГО ТРАКТА МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПИИ

*Абдуллина Л.Ю.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

За последнее время повысилась заболеваемость органов пищеварительной системы у детей и подростков. Кроме органической и функциональной причины, в патогенезе имеет место быть и психологическая нестабильность. Учитывая это, в рекомендациях по реабилитации таких детей необходимо ввести и психологическую помощь. В особенности, с малышами хорошо работает такой метод реабилитации, как арт-терапия, который они воспринимают как игровой и увлекательный метод.

Взаимосвязь между психическим состоянием человека и функциональным состоянием пищеварительного тракта известна давно. Хронический стресс, приводящий к изменению баланса нейротрансмиттеров и порога чувствительности висцеральных рецепторов, определяющих восприятие боли и моторно-эвакуаторную функцию кишечника, может быть пусковым фактором, вызывающим развитие патологии желудочно-кишечного тракта, который затем приводит к его прогрессированию [1, 3]. Поэтому следующим направлением в реабилитации больных детей, страдающих хронической патологией желудочно-кишечного тракта, является нормализации психического здоровья [1, 2].

Психотерапия детей должна проводиться под руководством квалифицированных психологов и психотерапевтов и, прежде всего, призвана выработать адекватное направление в работе над заболеванием детей [6, 8]. Гастроэнтеролог после лечения отправляет ребенка с патологией желудочно-кишечного тракта к психотерапевту для дальнейшей реабилитации. Специалист начинает работу с ребенком и его родителями для определения особенностей пациента, ситуации в семье и в школе, выявляя психологические травмирующие факторы [5, 7].

Неадекватное поведение родных поддерживает и усугубляет психоэмоциональные расстройства у детей, а формирование оптимального настроения родителей на лечение ребенка, изменение отношения к образованию и решение ряда семейных проблем, создают предпосылки для успешной психотерапии детей [8].

Одним из новых направлений в диагностике и лечении психосоматических расстройств является метод арт-терапии [9, 10].

Любое заболевание само по себе является стрессовым фактором. Поэтому психотерапия и, в частности, арт-терапия играют важную роль в комплексном лечении психосоматических заболеваний. Так, известные

психотерапевты Р. Гудман, М. Либман, А. Мишара отмечают положительное влияние арт-терапии не только на улучшение общего физического и психического состояния пациентов, но и на избавление от психосоматических расстройств. Объективность этих данных подтверждается психофизиологическими исследованиями [7, 8].

В процессе арт-терапии меняется отношение человека к своим прошлым травматическим переживаниям и болезням. А достигнутый психотерапевтический эффект выражается в упорядочивании психосоматических процессов. Графическая активность позволяет достичь состояния душевного комфорта. В то же время, художник «превращается в зрителя», дистанцируясь от проблемы, словно наблюдая за ее трансформациями извне [10, 11].

В случае с психосоматическим заболеванием, целью психотерапевтической работы является раскрытие психологического конфликта, который стоит за симптомами, перестройка личности в целом и ее отношений с внешним миром. В ходе такой работы симптомы уменьшаются и исчезают по мере достижения вышеуказанных целей. У детей с психосоматическими расстройствами, как правило, способность разрядить эмоциональное напряжение затруднена. Использование же арт-терапии способствует изменению поведения и улучшению состояния здоровья через формирование внутренней картины здоровья [11].

В то же время немалый интерес представляет и видение внутренней картины заболевания, то есть динамика собственного восприятия ребенком болезни в процессе ее лечения, так как ее самоконтроль оказывает мощное терапевтическое воздействие. Можно попросить ребенка нарисовать свою болезнь и каким он видит способ избавиться от этой болезни. И в соответствии с этим проводят арт-терапию. Важно, что во время индивидуальных и групповых занятий активизируются все основные каналы восприятия информации: зрительный, слуховой, кинестетический. Как известно, импульсы, получаемые нашими органами чувств, направляются в продолговатый мозг, где происходит взаимодействие с вегетативной нервной системой. Далее позитивные сигналы уже распределяются и достигают внутренних органов (в том числе желудочно-кишечного тракта). Таким образом, закрываются порочные круги и вырабатываются «хорошие» защитные факторы в слизистой желудочно-кишечного тракта [11,12].

В связи с этим, немаловажное значение в реабилитации детей с заболеваниями пищеварительной системы стоит придать психологическим методам. Я думаю, что в ближайшем будущем врачи будут акцентировать внимание родителей на данных методах, помимо лекарственной терапии.

### *Литература*

1. Альтман Н. С. Нетрадиционные методы лечения детей с хронической гастродуоденальной патологией [Текст] / Н.С. Альтман // Актуальные проблемы абдоминальной патологии у детей: матер. XVI Конгресса детских гастроэнтерологов России и стран СНГ. – 2009. – С. 141 – 142.
2. Баранов А. А. Научные и организационные приоритеты в детской гастроэнтерологии [Текст] /А.А. Баранов // Вопр. современной педиатрии. – 2002. – Том 1. – №2.1. – С. 9 – 13.
3. Баранов А. А. Состояние здоровья детей в Российской Федерации как фактор национальной безопасности. Пути решения существующих проблем [Текст] /А.А. Баранов // Справочник педиатра. – 2006. – № 3. – С. 9 – 14.
4. Воложин А. И. Болезнь и здоровье: две стороны приспособления [Текст] /А.И. Воложин, Ю.К. Субботин. – М.: Медицина, 1998. – 480 с.
5. Гончарова Г. А. Особенности нервно-психических нарушений у младших школьников в динамике обучения [Текст] /Г.А. Гончарова // Актуальные проблемы педиатрии: материалы XVI Съезда педиатров. – 2009. – № 152. – С. 92 – 93.
6. Казначеева Л. Ф. Организация реабилитационных мероприятий при гастроэнтерологической патологии у детей: методич. пособие [Текст] /Л.Ф. Казначеева, М.Ю. Денисов, Г.Ф. Миронова. – Новосибирск, 1995. – 65 с.
7. Кильдиярова Р. Р. Факторы риска развития хронических заболеваний верхних отделов пищеварительного тракта у детей: сб. матер. 5-го Конгресса педиатров России [Текст] /Р.Р. Кильдиярова, Ю.В. Брестова, Н.П. Русанова. – 1999. – С. 200.
8. Костина Л.М. Методы диагностики тревожности [Текст] / Л.М. Костина. – СПб.: ООО Издательство «Речь», 2002. – 198 с.
9. Кучма В. Р. Состояние здоровья школьников и роль школ, содействующих его укреплению [Текст] / В.Р. Кучма // Школа здоровья. – 2008. – № 3. – С. 4 – 13.
10. Максимова Т. М. Физическое развитие детей России (закономерности, тенденции, проблема «Здоровый ребенок») [Текст] /Т.М. Максимова. – М.: Наука, 1999. – С. 277 – 278.
11. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий [Текст] /Л.Д. Лебедева. – М.: ГЕОТАР, 2012. – 273 с.
12. Копытин А. И. Арт-терапия. Хрестоматия / А.И. Копытин [Текст]. – М.: Наука, 2009. – С. 64 – 65.

## **ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНОЙ СФЕРЫ СТАРШЕКЛАССНИКОВ С ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ В ОБУЧЕНИИ**

*Абдухаева Э.И.*

*РБ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Существует различные психологические подходы к определению понятия «ценность». Перечислим основные из них:

– Ценность – социально-идеализированное представление, сформированное в процессе филогенеза, отражающееся через утверждения надлежащего характера и проявляющиеся во всевозможных сферах социальной жизни.

– Ценности – проявления объективации человеческого опыта, представленного в виде творений вещественной и духовной культуры.

– Социальные ценности, через социализацию, входят в психологическую индивидуальную структуру человека в форме личностных ценностей [3].

Ценностные ориентации для молодого поколения – это результат процесса социализации, они являются устойчивой мотивационной основой поведения личности в обществе. А именно для старшеклассников характерным является поиск собственной идентичности, своего жизненного пути. Это этап определения своей жизненной позиции и принятия ответственности. Происходит профессиональное самоопределение, благодаря которому личность формирует свое представление о себе, своих ценностях, и о том, где он себя видит, и на этой основе им осуществляется сознательный подход к выбору своего места в социуме [2].

Такая форма обучения, как профильная, способствует самоопределению, формированию иерархии ценностей, помогает в дальнейшем без каких-либо трудностей войти в трудовую жизнь через усвоение специфики своей профессии [1].

Психологическое основание появления профильных классов состоит в том, что у существенного количества людей появилась свобода выбирать то, что ему подходит, то, что он ценит и то, что его интересует [4].

В ходе проведенного нами эмпирического исследования были изучены особенности ценностной сферы старшеклассников с различной профессиональной направленностью в обучении.

Гипотеза исследования: существуют различия ценностной сферы старшеклассников в зависимости от профессиональной направленности в обучении.

В исследовании приняли участие 60 старшеклассников МБОУ Лицея №96 г. Уфы в возрасте 15 – 17 лет, из которых 30 с социально-гуманитарной направленностью и 30 с физико-математической направленностью.

Была проведена методика «Ценностные ориентации личности-8», являющаяся вариантом методики Г.Е. Леевика ЦОЛ-8, в ходе которой были оценены восемь основных ценностных ориентаций старшеклассников с разной направленностью в обучении. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Показатели по методике «Ценностные ориентации личности - 8»

№	Шкалы	Уч-ся соц-гум	Уровень	Уч-ся физ-мат	Уровень
1	ЦО на труд	5,21	Средний	5,08	Средний
2	ЦО на общение	5,08	Средний	6,10	Высокий
3	ЦО на познание	6,20	Высокий	6,03	Высокий
4	ЦО на общественную деятельность	3,50	Средний	5,20	Средний
5	ЦО на материальные ценности	4,65	Средний	5,18	Средний
6	ЦО на развитие нравственных качеств	4,92	Средний	4,45	Средний
7	ЦО на развитие волевых качеств	4,16	Средний	6,80	Высокий
8	ЦО на развитие деловых качеств	6,12	Высокий	4,18	Средний

Исходя из полученных данных, можно сказать, что у старшеклассников с социально-гуманитарной направленностью в обучении высокая ценностная направленность на познание и на развитие деловых качеств. Остальные ценностные направленности занимают среднюю позицию. У старшеклассников с физико-математической направленностью в обучении высокий уровень ценностной ориентации на общение, познание и на развитие волевых качеств. Остальные ценностные направленности занимают среднюю позицию.

Полученные результаты мы подвергли статистической обработке данных с помощью  $U$  – критерий Манна-Уитни. Результаты представлены в таблице 2.

Из данных, представленных в таблице 2 видно, что существуют значимые различия у старшеклассников, учащихся в социально-гуманитарном классе, и старшеклассников, учащихся в физико-математическом классе, в таких ценностных ориентациях: ЦО на общение; ЦО на развитие волевых качеств; ЦО на развитие деловых качеств. Не обнаружено статистически значимых различий таких ценностных ориентаций: ЦО на труд; ЦО на общественную деятельность; ЦО на познание; ЦО на материальные ценности; ЦО на развитие нравственных качеств.

Таблица 2

Результаты сравнительного исследования ценностных ориентаций у учащихся с социально-гуманитарной и физико-математической направленностью в обучении (N=60)

№	Ценностные ориентации	Средние ранги		U-критерий Манна-Уитни
		Уч-ся соц-гум	Уч-ся физ-мат	
1	ЦО на труд	22,6	18,4	158
2	<b>ЦО на общение</b>	<b>26,7</b>	<b>23,2</b>	<b>99*</b>
3	ЦО на познание	28,4	28,02	188
4	ЦО на общественную деятельность	14,6	16,4	176
5	ЦО на материальные ценности	22,6	24,1	149
6	ЦО на развитие нравственных качеств	23,7	22,3	142
7	<b>ЦО на развитие волевых качеств</b>	<b>22,02</b>	<b>27,4</b>	<b>79**</b>
8	<b>ЦО на развитие деловых качеств</b>	<b>14,8</b>	<b>26,2</b>	<b>86**</b>

*Примечание:* статистически значимые различия на уровне не ниже  $p \leq 0,05$  обозначены\*, не ниже  $p \leq 0,01$  - \*\* и выделены жирным шрифтом.

Можно сделать вывод, что у старшеклассников, учащихся в социально-гуманитарном классе, ценностная ориентация на развитие деловых качеств более выражена, по сравнению со старшеклассниками, учащимися в физико-математическом классе. Старшеклассники, учащиеся в физико-математическом классе, имеют большую ориентацию на общение и на развитие волевых качеств, чем старшеклассники, учащиеся в социально-гуманитарном классе.

#### *Литература*

1. Высоцкая Г.М. Изучение потребностно-мотивационной сферы старшеклассника: мотивационно-ценностный аспект [Текст] /Г.М. Высоцкая // Педагогический поиск. – 2017. – № 2. – С. 15 – 18.
2. Здравомыслов А.Г. Потребности, интересы, ценности [Текст] /А.Г. Здравомыслова. – М.: Наука, 2015. – С. 432.
3. Ковалева Н.Б. Метапредметность и личностные результаты в контексте задач модернизации образования [Текст] /Н.Б. Ковалева // Современная наука: Актуальные проблемы теории и практики. – 2015. – № 11-12. – С. 75 – 80.
4. Мылтасова О.В. Особенности ценностных ориентаций студентов разных форм обучения [Текст] /О.В. Мылтасова // Актуальные проблемы современного образования: опыт и инновации материалы научно-практической конференции с международным участием. – Ульяновск, 2015. – С. 432 – 437.

## **ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЭГОИСТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ В СУПРУЖЕСКИХ ОТНОШЕНИЯХ**

*Агеева К.Е.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Изучение удовлетворенности браком в отечественной и зарубежной психологии изучается уже не один десяток лет в рамках общего подхода изучения качества брака (С.И. Голод, В.А. Сысенко). За это продолжительное время выявлено достаточно большое количество факторов, подтверждающих многогранность и многовариантность данного понятия (А.В. Толстова, Т.В. Андреева Ю.Е. Алешина, А.Ю. Тавит, и др.).

Одними из первых в отечественной психологии изучением проблемы качества брака занимались В.А. Сысенко и С.И. Голод [2, 9]. По мнению русского ученого В.А. Сысенко, удовлетворенность семейной жизнью понятие очень масштабное и включает степень удовлетворения всех потребностей личности. В браке, для каждого из супругов желательно что бы был достигнут какой то минимально необходимый уровень удовлетворения его личных потребностей, за пределами которого уже возникает дискомфорт. Когда одним из супругов обнаруживается расхождение между ожиданиями по отношению к семье и реальной жизнью, тогда и наступает состояние полной неудовлетворенности семейной жизнью [1].

Из этого следует, что необходимо учитывать и обстоятельно исследовать факторы, которые оказывают влияние на удовлетворенность браком обоих супругов. Проявление эгоизма в супружеских отношениях может выступать в качестве одного из факторов, влияющих на удовлетворенность браком супругов.

В концепции З.И. Рябикиной индивид представляет собой полисистемное образование, которое включает в себя наряду с пространствами собственно психических, субъективных также и объективные пространства личностной бытийности (организм, события среды и деятельность). Пространства объективной реальности существуют помимо личности и опережают её, но в процессе формирования личности видоизменяются ею в соответствии со структурой личностных смыслов и таким образом трансформируются в бытийные пространства личности [6].

Супруг, демонстрирующий эгоизм, реализует эгоистическую направленность в своем поведении, что сказывается и на особенностях организации им пространства межличностных человеческих отношений с окружающими, т.к. «бытие человека – это всегда его со-бытие с другими, осуществляющими иные смысловые содержания, личностные потенции и

модели мироустройства». В брачном же со-бытии «эго» направленность человека может выражаться в семейном союзе в виде различных ситуаций и поступков. Стремясь основать общее пространство, исходя лишь из своих собственных личностных взглядов и желаний, один из супругов может настаивать на каком-то своем определённом видении времяпрепровождения, так же вносить изменения в интерьер и дизайн общего жилья, не согласовывая их с супругом или же настоять на своих предложениях. Знакомых и друзей эгоист будет также стараться выбрать исходя из своих личных предпочтений. Необходимо отметить, что исследования направленности эгоизма достаточно распространены в зарубежной психологии, но в России данная проблема на сегодняшний день практически не изучена ни в теоретическом, ни в эмпирическом плане.

В советском обществе преобладало мнение на эгоизм, только лишь как на негативное проявление поведения индивидом. Если обратиться к обозначению термина «эгоизм», то увидим, что оно происходит от слова «эго», латинского обозначения «Я», и в малом энциклопедическом словаре Брокгауза и Эфрона определяется как этическое мировоззрение, по которому единственным мотивом человеческих действий является стремление к личному благополучию и достижению собственного комфорта, а также такой душевный склад, при котором это стремление поглощает всякие другие побуждения. А.В. Лейбин считает, что эгоизм – это процесс проявления интереса человека только к самому себе, где все внимание сконцентрировано только на своих потребностях и собственных желаниях [7].

Такого рода предвзятое субъективное рассмотрение эгоизма не давало составить целостное представление о данном явлении. Необходимо особо подчеркнуть вклад, внесённый в исследование эгоизма отечественным исследователем К. Муздыбаевым [3]. С помощью целого ряда методик он смог выделить главные психологические корреляты эгоизма, что дало возможность расширить представление о данном явлении. А.Н. Славская в своей статье «Соотношение эгоцентризма и альтруизма индивида» указывает, что «одним из главных проявлений самосознания возможно считать необходимость в образовании своей жизни, при этом включая в неё всё: и взаимоотношения с другими, и познание, и деятельность. Человек начинает отождествлять свою уникальность, показывать своё «Я» по принципу проб жизни, совершающихся в реальном времени и пространстве» [8].

На наш взгляд, в брачном союзе у одного из супругов, который наиболее явно проявляет высокую степень эгоизма, существует необходимость в формировании не только своей личной жизни, но и жизни его партнера. Оказывая влияние на процесс формирования жизни своего супруга, эгоист увеличивает сферу своего пространства бытия, что

в какой то степени продлевает своё Я во вне, делая его при этом ещё более значительным, прежде всего, в глазах самого себя. Если же предпринять попытку лишить эгоиста данной возможности – это порождает у него невероятно тяжёлые и тревожные чувства, так как он соприкасается хоть и с малейшей, но в какой то степени потерей частички самого себя. Другой же в свою очередь чувствуя, что в его личное пространство предпринимается принудительное вмешательство, может начать достаточно откровенно или тайно оказывать сопротивление данной ситуации, что со временем может привести к выяснению отношений, ссорам или же прекращению взаимоотношений. Такого рода сопротивление совершенно не понятно эгоисту – так как данная картина противоречит его взгляду на жизнь. Т.И. Пашукова рассматривает понятие «эгоцентризм» как концентрированность индивида на своих собственных интересах и его нежелание принимать в расчет мнения, планы, точки зрения других людей и согласовывать их со своими личными [4]. Отсюда следует, что данное определение достаточно близко к классическому понятию об эгоизме. На наш взгляд, эгоизм предусматривает не только выделенные Т.И. Пашуковой «сосредоточенность на своих интересах и неспособность принимать точку зрения другого человека», но и преобладающую активность личности, направленную на достижение только своих собственных интересов и намерений. Человек, которому присущи качества эгоиста не только сконцентрирован на своих собственных потребностях, но и наступательно использует других людей для осуществления своих личных интересов. Из всего выше сказанного можно сделать вывод о том, что эгоизм, на наш взгляд, проявляет себя не обязательно как негативное явление, но в то же время представляет собой модифицированную деятельность человека. В данном контексте эгоизм может проявлять себя как некоторый аспект проявления субъектности индивида. Субъектность представляет собой интегральную способность личности формировать свою жизнь согласно со своими собственными взглядами на жизнь, а так же целями и ценностями. Человек эгоист меняет окружающую его реальность исходя из собственных интересов, желаний и потребностей. С.Л. Рубинштейн считает, что место личности в жизни заключается в роли субъекта его преобразования. В процессе расшифровывания этой способности субъекта, С.Л. Рубинштейн среди основных главных модальностей, которыми обладает внутреннее, называет возможность трансформировать внешние проявления по законам внутреннего мира человека. Из этого следует, что важная особенность индивида как субъекта, это его способность преобразовать бытие [5].

«Семья – одно из ключевых и важных для человека пространств бытия, в котором он воплощает свою субъектность, актуализируя свои потребности на поддержку чувства идентичности в отношениях с

другими субъектами семейных отношений. Это отражается и в том, как человек благоустраивает свою жизнь, как демонстрирует себя как субъект, образующий пространственную среду своего жилья. Человек стремится к воплощению определенного интерьера в его понимании, для того, чтобы ощущать себя в своем пространстве максимально комфортно».

Пространства бытия эгоиста в семейных взаимоотношениях, в той или иной степени соприкасаются с пространствами бытия супруга. Сюда можно включить и время, и предметно-пространственную атмосферу, и пространство личностных отношений.

#### *Литература*

1. Анцупов А.Я. Конфликтология: учебник для вузов [Текст] / А.Я. Анцупов, А.И. Шипилова. – М.: ЮНИТИ, 1999. – 551 с.
2. Голод С.И. Личная жизнь; любовь, отношения полов [Текст] / С.И. Голод. – М.: Наука, 1991. – 223 с.
3. Муздыбаев К. Анатомия эгоизма [Текст] / К. Муздыбаев // Социологические исследования. – 1992. – №11. – С. 94 – 97
4. Пашукова Т.И. Эгоцентризм: феноменология, закономерности формирования и коррекции [Текст] / Т.И. Пашукова. – Кировоград: Центрально-Украинское издательство, 2001. – 338 с.
5. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии [Текст] / С.Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1973. – 424 с.
6. Рябикина З.И. Личность как субъект формирования бытийных пространств [Текст] / З.И. Рябикина // Субъект, личность и психология человеческого бытия. – 2005. – С. 45 – 57.
7. Рябикина З.И. Общество и человек: объективное в субъективном пространстве личности [Текст] / З.И. Рябикина, Л.Н. Ожигова // Человек. Сообщество. Управление. – 1999. – №4. – С.5 – 27.
8. Славская А.Н. Соотношение эгоцентризма и альтруизма личности: Интерпретации [Текст] / А.Н. Славская // Психологический журнал. – 1999. – Т. 20. – №6. – С. 13– 23.
9. Сысенко В.А. Супружеские конфликты [Текст] / В.А. Сысенко. – М.: Мысль, 1989. – 173 с.

## **ПРОБЛЕМА РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ В ПЕРИОД ПОЗДНЕЙ ЗРЕЛОСТИ**

*Алексеева О.Н.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Современной тенденцией развитых стран мира является старение населения. При увеличении продолжительности жизни растет количество лиц пожилого и старческого возраста, являющихся активными участниками профессиональной и общественной деятельности.

Продлению жизни и работоспособности пожилого населения способствует успешность в достижениях медицины, но также немаловажное значение имеют психологические факторы, качество жизни, индивидуальные стратегии старения, способность противостоять стрессам и трудным жизненным ситуациям, использование собственных ресурсов для адаптации к возрастным изменениям. Период старения является закономерным этапом онтогенеза, и в настоящее время исследователи рассматривают этот возрастной период как особый этап, сущность которого не сводится лишь к инволютивным процессам, ухудшению соматического и психического здоровья, угасанию психических функций. Возникла тенденция исследовать пожилой возраст, как период приобретений, а не только потерь, а также соотносить особенности развития личности на позднем этапе онтогенеза с другими стадиями индивидуального развития [7].

Происходит постепенное расширение представлений об особенностях развития человека в пожилом и старческом возрастах, изменяется традиционное представление старости только лишь как процесса физической и психической инволюции. Взамен дефицитарной модели приходит понятие успешного, благополучного, эффективного старения с сохранением жизненной позиции, включенностью в общественную деятельность, ориентацией на внутренние установки, реализацией своих интересов и потребностей[2].

В современной психологической науке существуют два подхода к проблеме развития в пожилом и старческом возрастах: первый подход рассматривает старость как период компенсации и адаптации (Н.К.Корсакова, О.В.Краснова, А.Г.Лидерс, О.Н.Молчанова, М.В.Ермолаева и др.), второй подход предполагает наличие потенциала для последующего развития, возможность выхода на качественно новый уровень развития личности (Э.Эриксон, Б.Г.Ананьев, Л.И.Анцыферова и др.).

В период кризиса старения человек находится в ситуации снижения количества активных социальных контактов, у него формируется новая социальная среда, ему необходимо сделать выбор, определять стратегию старения, возможности развития личности. Проблема выбора стратегии дальнейшего жизненного пути может приводить к сбою в стабильности жизнедеятельности индивида, что может повлечь изменения физического и психологического состояния, вызвать внутренние противоречия и сомнения в определенности будущего.

Существует ряд исследований, результаты которых дают возможность утверждать, что возможен осознанный выбор стратегии старения, заключающейся в использовании только компенсаторных и адаптационных возможностей для сохранения себя как индивида. Основой этой стратегии является саморазвитие, предполагающее выбор

пути проявления активности в рамках ограниченного социального окружения, с постепенным переходом к индивидуальной жизни.

По мнению Н.К.Корсаковой, старение сопровождается комплексом эмоциональных реакций, связанных с переживанием актуальной дефицитарности. Определение стратегий совладающего поведения, использование компенсаторных механизмов и устранение факторов риска, к которым относятся соматические состояния, определяет позитивную или негативную динамику изменений в этот период. Механизм компенсации может обеспечить полную адаптацию к изменившимся условиям жизни, если он будет включать в себя обучение новым видам деятельности, новым стратегиям поведения, направленным на преодоление дефицита жизненных функций. Реализация процесса компенсации может представлять определенные трудности, учитывая нарастающую ригидность психических процессов, сложности в переключении, изменение круга общения. Если компенсация не осуществляется, то доминирующими становятся негативные механизмы психической жизни – уход, отчуждение и агрессия [4]. О.В.Краснова считает, что адаптивной моделью приспособления к возрастным изменениям, может стать сосредоточение пожилого человека только лишь на интересах внутри своей собственной семьи.

В исследованиях О.Н.Молчановой показано, что с возрастом проявляется механизм названный автором психологическим витауктом. На фоне общего снижения собственной ценности, происходит стабилизация и компенсация Я-концепции. К факторам относится высокая самооценка по ряду параметров: наблюдается снижение идеальных и достижимых целей, и их соотнесение с реальной самооценкой, фиксирование на своих положительных чертах характера, повышение уровня самоотношения, признание своего положения удовлетворительным, ориентация на жизнь детей и внуков.

В пожилом возрасте происходит изменение структуры, иерархии потребностей. По мнению К.Рощака, перечень потребностей во многом остается тем же, что и в предыдущих периодах жизни, однако главенствующую роль приобретают потребность в безопасности, автономности, а также в проецировании на других своих психических проявлений.

Существует ряд исследований, результаты которых дают возможность утверждать, что возможен осознанный выбор стратегии старения, заключающейся в использовании только компенсаторных и адаптационных возможностей для сохранения себя как индивида. Эта стратегия основана на саморазвитии, на выборе пути проявления своей жизненной активности в рамках ограниченного социального окружения, и предполагает переход к индивидуальной жизни. М.В.Ермолаева выделяет стратегию нормального старения, в которой наиболее

оптимальным механизмом «сохранения себя» на фоне угасающих функций организма будет такой вариант социальной адаптации, заключающийся в принятии личностью в период старения социальных ролей, соответствующих традиционному представлению о статусе пожилого человека, осознании себя в этих качествах и признании своей наступившей невостребованности [3]. Исследования А.Я.Суриковой дают основания утверждать, что осознанная «пенсионная изоляция» как форма личностной стагнации, ограничивающая возможности дальнейших жизненных перспектив, выражается в неопределенности взглядов на свое будущее, негативной оценке всего будущего в целом, в том числе с ожиданием серьезных ухудшений состояния организма.

Определение выбора стратегии старения как выход из состояния неопределенности может происходить без осознания, спонтанно и непосредственно. Т.Д.Марцинповская отмечает, что возможен вариант компенсации негативной социальной идентичности за счет активизации защитных механизмов, с приписыванием себе одобряемых личностных качеств и игнорированием отрицательных представлений о себе. Прежние механизмы регуляции поведения, такие как интериоризация, идентификация с окружающими и эмоциональное опосредование сменяются привлечением внимания, погружением в болезни, получением снисхождения и привилегий. В связи с этим, также необходимо отметить влияние в обществе социальных стереотипов относительно старости: пожилой человек в них представляется неполноценным и ущербным, бесполезным и беспомощным, а также умственно деградирующим. Под воздействием стереотипов происходит формирование негативного отношения о самих себе у пожилых людей: обесценивание себя, чувство вины, отсутствие мотивации, отсутствие социальной сопричастности [5].

Э.Эриксон определяет старость как закономерную часть жизненного пути человека, его логическое завершение. В его концепции утверждается, что позитивное разрешение предыдущих возрастных кризисов обеспечивает человеку возможность успешного перехода в период старости. Проблема развития данного периода состоит в достижении личностной целостности, основанной на положительной оценке полученных результатов жизни, и осознании ее как единого процесса. Наиболее ценной социальной чертой личности в старости выступает мудрость. В случае понимания, что человек не смог осуществить достижение жизненных целей, при отсутствии взгляда на свою жизнь как на единое целое, может возникнуть страх смерти, отчаяние от невозможности изменить прошлое. Э.Эриксон утверждает, что для разрешения кризиса позднего периода жизни требуется глубокая внутренняя работа, поиск пути преодоления, а не пассивное отношение к принятию неизбежности конца жизни [6].

Н.Х.Александрова рассматривает процесс старения с позиции субъектного подхода, в котором субъект определяется «творцом», способным менять обстоятельства, оптимально используя свои возможности и личностные ресурсы для разрешения жизненных задач. Субъектность периода поздней зрелости определяется автором как реализация самоопределения пожилого человека, с помощью актуализации или изменения смысла жизни, осмысления Я-образа и построения новой идентичности. Самоопределение пожилого человека помогает преодолевать психологический разрыв между существующим состоянием и необходимостью собственной реализации, конкретизировать смысл жизни. При этом наибольшее значение приобретает внутренняя позиция стареющего человека, благодаря которой, он предопределяет и изменяет воздействия среды, а не просто приспосабливается к изменяющимся условиям жизни. Субъектность человека на этапе поздней зрелости проявляется в том, что он занимает активную позицию и совершает усилия, чтобы выстроить свою жизнь, формирует оценочную позицию по отношению к себе и своей жизни в обществе.

Стимулом личностной активности может выступать признание стареющего человека собственной главенствующей роли в формировании жизненного пути. Согласно работам Анцыферовой, в человеке существует заложенная тяга к постоянному образованию и развитию, получению нового опыта, а в обществе часто преобладает стереотип, что пожилые люди это застывшие в своем развитии личности. Автором были выделены особенности протекания процесса самоопределения личности в период поздней зрелости: экспериментирование с жизненными ролями, помогающие человеку посмотреть на себя в новом качестве; интеграция субъектом пройденных им возрастных стадий, способствующая осмыслению жизненного опыта и планированию в реализации новых жизненных целей; эффективная установка оценивать свою жизнь по критерию успехов и достижений, что позволяет пожилому человеку противостоять отрицательным общественным установкам по отношению к старости [1].

Исходя из этого, можно говорить о том, что изменение жизненного пространства пожилого человека приводит к активизации жизненного потенциала, ресурсов личности, формированию индивидуальной жизненной позиции, которая предполагает стремление к саморазвитию и самопознанию. Актуализация или обретение нового смысла жизни, переживание собственной уникальности, неповторимости, ценности, признание своего жизненного опыта и достижений, переосмысление отношений с миром, являются основой ресурса личности пожилого человека и стимулом для дальнейшего саморазвития и самореализации личности в период поздней зрелости.

### *Литература*

1. Анцыферова Л. И. Поздний период жизни человека: типы старения и возможности поступательного развития личности [Текст] /Л.И. Анцыферова // Психологический журн. – 1996. – Т. 17. – №6. – С. 60 – 71.
2. Головей Л.А. Позитивное функционирование личности в пожилом возрасте: комплексный подход [Текст] /Л.А. Головей, О.Ю. Стрижицкая, А.В. Криулина // Психологические исследования. – 2014. – Т. 7. – № 36. – С. 9.
3. Ермолаева М.В., Пряхина С.Б. К вопросу о потенциалах развития личности в старости[Текст] // Мир психологии. 2008. № 2. С. 244–255.
4. Корсакова Н.К. Нейропсихология позднего возраста: обоснование концепции и прикладные аспекты [Текст] /Н.К. Корсакова // Вестник Моск. ун-та. Серия 14, Психология. – 1996. – №2. – С. 32–37.
5. Марцинковская Т.Д. Особенности психического развития в позднем возрасте [Текст] /Т.Д. Марцинковская // Психология зрелости и старения. – 1999. – № 3. – С. 13 – 17.
6. Обухова Л.Ф. Проблема старения с биологической и психологической точек зрения [Текст] /Л.Ф. Обухова, О.Б. Обухова, И.В. Шаповаленко // Психологическая наука и образование. – 2003. – № 3.
7. Сергиенко Е.А., Харламенкова Н.Е. Психологические факторы благополучного старения [Текст] / Е.А. Сергиенко, Н.Е. Харламенкова // Вестник СПбГУ. Серия 16: Психология. Педагогика. – 2018. – №3.
8. Эриксон Э. Детство и общество. Изд. 2-е, перераб. и доп. [Текст] / Пер. с англ. – СПб.: Ленато, 1996. – 592 с.

## **ОБРАЗ ФИЗИЧЕСКОГО «Я» В СТРУКТУРЕ САМОСОЗНАНИЯ И САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ**

*Алмаева Я.С.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Физическому «Я» посвящали свои труды немало как отечественных, так и зарубежных психологов. Это говорит о значимости психической реальности, которую характеризует данный термин. Существуют разные подходы к изучению этой темы, понятия и идеи которых довольно противоречивы.

А.В. Шишковская указывает на неоспоримый факт того, что для современного человека тело является условием, во многом определяющим профессиональную и социальную успешность. Все мы наблюдаем сегодня рост и потребление услуг, которые способствуют развитию красивого тела: фитнес клубы, спортивные залы, услуги диетологов и т.п. Но для человека, который стремится изменить свою внешность, главную роль играют не конкретные физические данные, а сложное восприятие целостности своего образа, искаженное представление о своем теле. В.С. Мухина, М. Владимирова, Р. Бернс,

И.И. Чеснокова, Е.Т. Соколова и другие исследователи подчеркивают, что представления о размерах, привлекательности, форме своего тела являются источником формирования собственного Я.

Образ физического «Я» формируется под влиянием социально-психологических факторов и является двойственным процессом. С одной стороны, на его формирование влияет общество (стереотипы, мнения, суждения, идеалы), с другой – самостоятельное осознание значимости собственного тела. Для исследователя главными целями являются обнаружение причин, которые могут привести к искаженному представлению об образе физического «Я», а также попытка повлиять на формирование адекватного образа посредством специальных программ психологической коррекции. Исследование особенностей образа физического «Я» у людей с разным типом эмоциональной привязанности к матери позволит обнаружить причины, которые приводят к искаженному представлению собственного образа и разработать ряд мероприятий, направленных на устранение искажений и негативного отношения к собственному внешнему облику.

В психологии образ физического «Я» представляет собой компонент самосознания. По мнению В.С. Мерлина, самосознание – это сложное психическое образование, в структуру которого входят определенные характеристики человека, формирующиеся поэтапно. В своих концепциях И.С. Кон и Э. Эриксон также упоминают о том, что уровни самосознания соответствуют определённым стадиям развития. Каждый уровень соответствует феноменологии, которая характерна для конкретного возраста [2, 5].

А.Г. Спиркин рассматривает самосознание как оценку и осознание человеком своей деятельности, помыслов, интересов, ощущений, манеры поведения, обобщенную оценку самого себя. Он считает, что самосознание является конституирующим признаком личности, который формируется вместе с ее становлением [3].

Сущность самосознания сводится к сознанию своего существования, самого себя или, другими словами, собственного «Я» [1]. Самосознание является причиной самоосуждения и самоконтроля, а также самовоспитания, оно напрямую связано с сознательностью, когда человек осознает свои действия. Сознательность является психологической характеристикой деятельности личности, в основе которой лежит оценка себя, своих возможностей и целей. Сознательность выражает отношение человека к реальному миру, предусматривает осмысление событий, которые происходят в жизни, согласно их объективному значению. Самосознание выражает отношение к себе, своему потенциалу, особенностям, то есть самооценку, без которой очень сложно найти себя. При правильной самооценке человек воспринимает себя критически, сопоставляет жизненные требования со своими возможностями, учится

ставить себе реальные цели, давать оценку своим мыслям и отказываться от недостижимого.

Самооценка играет немаловажную роль в достижении человеком определенных результатов своей деятельности, она определяет именно те задачи, которые он считает способным выполнить. Самооценка вынуждает человека прекратить свои действия в случае признания их безрезультативными. Правильная самооценка подпитывает человеческое достоинство и позволяет ему испытывать чувство удовлетворенности. От отношения человека к себе зависит его внутреннее состояние, которое дает либо уверенность в себе, либо внутренний конфликт. Высшей степенью самооценки является адекватная оценка себя. Целостность образу придает не только собственная оценка, но и общественное мнение. Человек, глядя на оценку его со стороны, начинает правильнее оценивать себя, прислушивается к мнению окружающих. При проведении исследований было обнаружено, что вначале ребенок формирует мнение о себе, основываясь на оценке окружающих, и только потом пытается дать себе оценку самостоятельно [3].

Самосознание и самопознание имеют прямую связь с самоанализом, который дает возможность налаживать правильные взаимоотношения между людьми и разумно организовывать свое поведение. Предельной степенью самоанализа является самосуд, когда человек проявляет к себе жестокость, презрение, у него вырабатывается комплекс неполноценности. И, наоборот, бывают случаи переоценки себя человеком, что приводит к самонадеянности и самовлюбленности. Самооценка в большинстве случаев начинается с внешности, оценки своего отражения. Человек может либо любоваться собой, глядя на свое отражение, либо чувствовать себя уродливым.

Самосознание и самооценка часто бывают неадекватными. Люди могут оправдывать себя, быть снисходительными к себе и, напротив, быть недовольными собой. Часто представление человека о себе не сходится с тем, что он являет собой в реальности. Неадекватная оценка самого себя может быть причиной многих болезней и срывов.

#### *Литература*

1. Бобров Е.А. О самосознании [Текст] / Е.А. Бобров. – Казань, 1898.
2. Кон И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание [Текст] / И.С. Кон. – М.: Политиздат, 1984. – 151 с.
3. Липкина А.И. Критичность и самооценка в учебной деятельности [Текст] / А. И. Липкина, Л. А. Рыбак. – М.: Политиздат, 1968.
4. Шишковская А.В. Теоретические представления об образе физического Я в психологии [Текст] / А.В. Шишковская // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2009. – №7/3. – С. 71 – 78.
5. Эриксон Э. Эго-теория личности [Текст] / Э. Эриксон // Теории личности. – СПб.: Питер-пресс, 1998. – 418 с.

## ОСОБЕННОСТИ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНОГО И ТЕХНИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ

*Арсланова Э.А.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Сейчас с каждым днем увеличивается в разы, интенсивность и темп жизни в связи, с чем растет и напряженность у людей, и впоследствии все это приводит к формированию негативных эмоций и возникают стрессовые ситуации, зачастую которые откладываются и приводят к выраженным и к длительным стрессовым ситуациям. Все это позже приводит к ухудшению успешности и качества выполнения своих обязанностей [2, 3]. Если рассматривать современных студентов они все чаще испытывают стресс из-за высоких интеллектуальных и эмоциональных нагрузок в ходе обучения. А все потому они сталкиваются с огромным количеством информации, которую нужно перерабатывать и отбирать только нужное. Стрессу склонны все люди, но реакция у всех разная [1, 4]. Проблема стрессоустойчивости актуальна на сегодняшний день и по изученной литературе, недостаточно освещены вопросы, как проявляют стрессоустойчивость студенты разного профиля.

*Целью* исследования явилось изучение стрессоустойчивости у студентов разных специальностей.

Были использованы следующие *методы исследования*: «Тест самооценки стрессоустойчивости» (С. Коухена и Г. Виллиансона); «Тест жизнестойкости» (Методика С.Мадди, адаптация Д.А.Леонтьева). Для выявления наличия или отсутствия различий между показателями студентов был использован критерий Манна-Уитни. Было исследовано 60 студентов на базе УМПК, от 16 до 18 лет, из них 30 человек – студенты гуманитарного профиля, 30 человек – студенты технического профиля.

*Результаты исследования.* В ходе исследования по Тесту «самооценка стрессоустойчивости С. Коухена и Г.Виллиансона» были получены следующие результаты.

Исходя из полученных данных, можно сделать вывод, что нет существенных различий уровня стрессоустойчивости между гуманитарным и техническим профилем. На рис.1 наглядно видно, что как у гуманитарного – 20 (67%), так и технического профиля – 21 (70%), в большинстве преобладает удовлетворительная оценка показателя самооценки стрессоустойчивости, что означает адекватность восприятия студентами своей стрессоустойчивости и уровень стрессоустойчивости в группе.

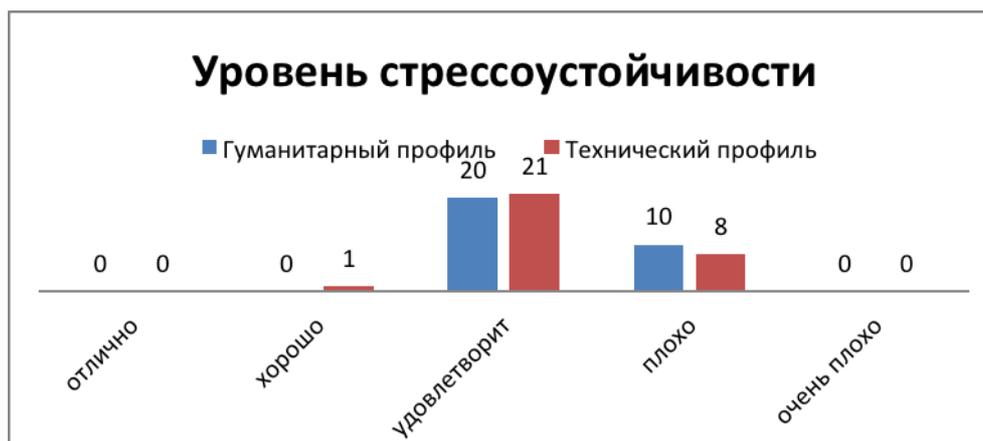


Рис.1. Результаты уровня стрессоустойчивости студентов гуманитарного и технического профиля по тесту «Самооценка стрессоустойчивости С.Коухена и Г.Виллиансона»

Для дальнейшего анализа результатов была произведена статистическая обработка данных с помощью U – критерий Манна – Уитни. Результаты обработки представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты сравнительного исследования средних рангов переменных «оценка стрессоустойчивости» у студентов гуманитарного и технического профиля

Исследуемый параметр	Средние ранги		U – критерий Манна – Уитни
	Гуманитарный профиль	Технический профиль	
Уровень стрессоустойчивости	32,07	28,93	<b>403*</b>

**Примечание:** статистически значимые различия на уровне не ниже  $p \leq 0,05$  обозначены \*, не ниже  $p \leq 0,01$  - \*\* и выделены жирным шрифтом.

На следующем этапе исследования был проведен «Тест жизнестойкости Методика С.Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева». Результаты представлены на рис. 2.

Из рис. 2 видно, что по шкалам у большинства средний показатель, как у гуманитарного, так и технического профиля. Наиболее выраженной стратегией совладание со стрессом у гуманитарного профиля является стратегия вовлеченности и контроля. В меньшей степени выражена склонность к принятию риска. Можно сказать, что студенты в стрессовой ситуации более уверены в себе и ориентированы на результат и контроль ситуации, но менее способны идти на риски. Для студентов технического профиля в большей степени является стратегия принятия риска и контроля, но в меньшей степени выражена стратегия вовлеченности. Готовы идти на риск и держать все под контролем, но при этом не принимать все близко к себе.

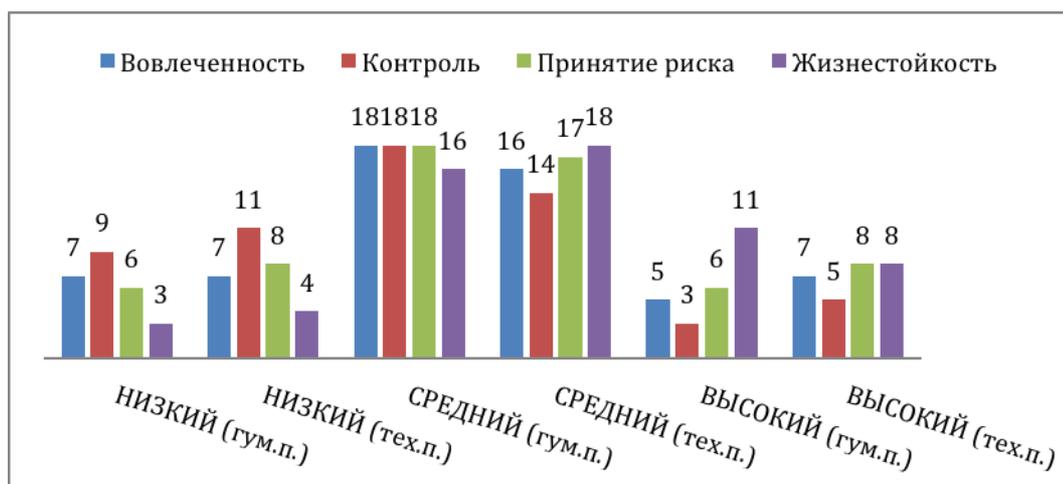


Рис.2. Показатели уровня жизнестойкости у студентов технического профиля по тесту «Тест жизнестойкости Методика С.Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева»

Далее был использован U – критерий Манна – Уитни для анализа результатов. Результаты обработки представлены в таблице 2.

Таблица 2

Результаты сравнительного исследования средних рангов переменных «жизнестойкость» у студентов гуманитарного и технического профиля

№	Исследуемый параметр	Средние ранги		U – критерий Манна – Уитни
		Гуманитарный профиль	Технический профиль	
1.	Жизнестойкость	32,02	28,98	<b>404,5*</b>
2.	Вовлеченность	31,02	29,98	<b>434,5**</b>
3.	Контроль	30,65	30,35	<b>445,5*</b>
4.	Принятие риска	31,55	29,45	<b>418,5*</b>

*Примечание:* статистически значимые различия на уровне не ниже  $p \leq 0,05$  обозначены \*, не ниже  $p \leq 0,01$  - \*\* и выделены жирным шрифтом.

Исходя из данных таблицы 2, мы можем сделать вывод о том, что между гуманитарным и техническим профилем нет существенных различий.

Несущественные различия видны только по шкале «вовлеченность».

Из таблицы 1 и 2, видно, что уровень стрессоустойчивости у студентов разных специальностей не отличаются.

Таким образом, из полученных данных можно сделать вывод, что уровень стрессоустойчивости у студентов гуманитарного и технического профиля не имеют существенных различий.

#### Литература

1. Аршинова В.В. Система психолого- социального обеспечения – новое измерение современного общества [Текст] /В.В. Аршинова // Материалы III

Национальной научно- практической конференции Федерации психологов образования.

2. Асмолов А.Г. Психология личности: Принципы общепсихологического анализа [Текст] / А.Г. Асмолов. – М.: Смысл, 2001. – 416 с.

3. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление [Текст] В.А.Бодров. – М.: Изд-во «ПЕР СЭ», 2006. – 528 с.

4. Набиуллина Р.Р. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом [Текст] / Р.Р. Набиуллина, И.В. Тухтарова. – Казань: Изд-во Кураж, 2003. – 99 с.

## **ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СПОРТСМЕНОВ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

*Ахмадуллина Г.Н.*

*РФ, г.Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Психология физического воспитания и спортивная психология относятся к той области психологической науки, которая занимается изучением закономерностей проявления, развития и формирования психики человека, возникающих при наличии специфических условий физического воспитания и спорта под влиянием учебной, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности [1, с.288].

Спортивная психология – это отрасль психологической науки, изучающая особенности личности, действующей в специфических условиях спортивной деятельности и оказывающейся при этом в специфических психических состояниях, и проблемы, стоящие перед данным разделом психологической науки весьма специфичны.

Подростковый период, называется иначе переходным возрастом (11 – 15 лет), является самым сложным периодом в жизни ребенка. Американский психолог А. Газел описал особенности биологического созревания, интересов в юношеском возрасте. Переход от детства к взрослости протекает с 11 до 21 года, особенно важны первые пять лет с 11 до 16, то есть это период подросткового возраста.

Подростковый период характеризуется следующими особенностями:

1. Интенсивное половое созревание;
2. Активная физиологическая перестройка организма;
3. Неустойчивая эмоциональная сфера и резкие скачки настроения;
4. Быстрая утомляемость, повышенная раздражительность в некоторой сумбурности и неточности действий;
5. Всплески и неуправляемость эмоций и настроений.

Ведущей деятельностью у детей этого периода становится общение со сверстниками. В этот период ребенок может отвергать те идеалы,

которые у него были в детском возрасте. Для многих детей этого возраста идеалом становится сверстник или какой-то кумир взятый из многочисленных представителей субкультур (бодибилдеры, стилиаги, рокеры и т.п.). Родители, учителя для него теряет былой авторитет и расценивается как «недруг» постоянно попрекающий его за те или иные поступки.

Поэтому занятия спортом в переходном возрасте очень важны для формирования правильных идеалов и норм поведения. У юных спортсменов учебно-тренировочную деятельность нужно строить на воспитании этих идеалов и норм по средствам физических упражнений.

Под воздействием занятий спортом у подростков происходит более ускоренное и более адекватное характеру деятельности развитие психических качеств, причем направленность изменений в таких качествах соответствует специфике вида спорта.

В развитии психических качеств спортсменов-подростков наблюдаются определенные этапы преимущественного развития, характерные для конкретного качества.

Целью управления процессом формирования мотивов занятий спортом у подростков 11 – 14 лет интересов является правильная организация мотивационных моментов при начальном усвоении вида спорта.

Подростковый возраст самый сложный в деле формирования мотивов занятий спортом. Именно в этот период чаще всего происходит «переоценка ценностей», и подростки покидают спортивную секцию или спортивную школу. Важной причиной ухода является неудавшаяся «спортивная карьера», отсутствие способностей к достижению высокого спортивного результата.

Доктор психологических наук, профессор В.А. Зобков, изучавший условия формирования мотивационной сферы юных спортсменов, выяснил, что в зависимости от содержательных особенностей доминирующих мотивов занятий спортом их можно разделить на две группы: «спортивно-деловая» и «лично-престижная» мотивация. Для подростков с доминированием спортивно-деловых мотивов характерно стремление к достижению спортивного результата, чувство социальной ответственности, активная жизненная позиция в системе отношений спортивной группы. И, как следствие, более высокая психическая готовность на всех этапах соревновательной борьбы. Общей особенностью спортсменов с доминированием лично-престижных мотивов является стремление к личному самоутверждению средствами спорта, желание получить от окружающих положительные оценки в ущерб задачам спортивной деятельности, боязнь поражений, желание быть во всем самостоятельным и нередко заметное обострение самолюбия и т. д.

Они отличаются эмоциональной неустойчивостью во время выступления в соревнованиях, что приводит к снижению соревновательной результативности. В этой ситуации тренер может в процессе постановки цели или усилить ориентацию на задачу, либо создать эго-вовлеченную установку. Первая достигается настроем на усилия, на усердную работу и конкретные личные достижения, на разбор ошибок, которые являются частью учебного процесса и на то, чтобы каждому игроку дать почувствовать, что он играет важную роль в команде. Вторая возникает в процессе сосредоточения внимания на том, что надо превзойти своих друзей по команде (дух соперничества), невозможностью совершить ошибку и представлением, что только "звезды" вознаграждаются [2, с.57].

Важная особенность подростков – их способность копировать действия, отдельные движения и поведение в целом взрослых товарищей, снискавших популярность и уважение. Преподавателю надо использовать эту способность к подражанию, обучая подростков технике, тактике, общеразвивающим упражнениям. Нужно воспитывать нравственность подростков, показывая образцы правильного поведения. В то же время необходимо бороться с подражанием дурному.

#### *Литература*

1. Гогунев Е.Н., Мартьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений [Текст] /Е.Н. Горбунов, Б.И. Мартьянов. – М.: Академия, 2000. – 288 с.

2. Горбунов Г.Д. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. в высш. пед. учеб. заведений, обучающихся по специальности «Физическая культура и спорт», 2-е издание, доработанное [Текст] / Г.Д. Горбунов. – М.: Академия, 2015. – 57 с.

## **ВЛИЯНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ НАВЫКОВ ОСОЗНАННОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ЛИЧНОСТИ НА ЕЁ УСПЕШНОСТЬ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Ахметзянов А.А., Курунов В.В.  
РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Проблема профессиональной успешности субъекта всегда будет актуальной, через профессиональные успехи человек находит свою самореализацию и самоутверждение, что всегда существенно влияет на его развитие в целом. В современное время же, на фоне постоянного «цифрового шума», уровень навыков саморегуляции становится ключевым фактором развития деятельности человека. Так, А. К. Осницким и С. А. Корнеевым доказано, что недостаточный уровень

навыков саморегуляции являются основными трудностями на пути овладения и развития профессиональных навыков субъекта [6, с.22].

В первую очередь кратко рассмотрим основные понятия. Так, под саморегуляцией понимается функциональное средство субъекта, позволяющее ему мобилизовать свои личностные и когнитивные возможности, выступающие как психические ресурсы для реализации собственной активности [3, с.691]. Различают разные виды саморегуляции, но в рамках настоящей статьи нас интересует именно осознанная саморегуляция деятельности. Осознанная саморегуляция – это организованный субъектом внутренний психический процесс управления разными видами активности, направленный на достижение конкретных целей (например, профессиональных). Деятельностный подход такой саморегуляции выражается в ориентации на успешность какой-либо деятельности. Тут важно отметить, проблема развития навыков осознанной саморегуляции для психологии в целом является недостаточно изученной [5, с. 95].

При всем разнообразии проявлений саморегуляция деятельности имеет следующую структуру – в первую очередь субъект определяется с целью произвольной активности; далее идет определение наиболее значимых (по мнению субъекта) условия и рамок деятельности; программа собственно исполнительских действий; строится система оценки и критериев деятельности; выстраивается получение и анализ о достигнутых результатах; соотносятся достигнутые результаты с критериями успеха; на основе выводов принимается решения о возможных корректировках деятельности [1].

Профессиональную успешность личности можно понимать, как интегральное качество личности, обеспечивающее наиболее полное раскрытие потенциала в этой деятельности, его наращивание в изменяющихся условиях, приводящее к каким-либо качественным критериям оценки профессиональной деятельности [2]. Успешность всегда связана с такими критериями, как продуктивность, эффективность, результативность, производительность. Следовательно, содержанием активной саморегуляции является способность осознания своих ключевых компетенций субъектом, выделение своих преимуществ и работа над ними.

Но чем мотивируется субъект, для повышения уровня навыков осознанной саморегуляции? Согласимся с В. И. Моросановой, в том, что ресурсная природа саморегуляции проявляется в существовании зависимости продуктивных аспектов достижения целей от совершенства и развитости системы, осознанной саморегуляции [4, с. 107]. Этот факт подтвержден результатами исследований сотрудников и аспирантов лаборатории психологии саморегуляции Психологического института

РАО, вне зависимости от того, на материале каких видов деятельности или активности они проводились [4, с. 108].

Можно сделать вывод, что саморегуляция – это оптимальный инструмент развития своих профессиональных качеств, таким образом уровень развитие навыков саморегуляции может прямо влиять на успешность в профессиональной деятельности. Отметим, что ресурсной природой саморегуляции в данном случае могут послужить конкретные и осязаемые субъектом результаты деятельности саморегуляции, выражающиеся в конечном счете в успешности профессиональной деятельности. На мой взгляд, ключевые навыки осознанной саморегуляции личности в области профессиональных достижений – навыки целеполагания и сохранения фокуса на своих профессиональных целях.

### *Литература*

1. Головин С.Ю. Саморегуляция. Словарь психолога-практика [Электронный ресурс] URL: <https://www.rulit.me/books/slovar-prakticheskogo-psihologa-read-49700-221.html> (дата обращения 03.03.2019)

2. Голубева Н.А. Успешность профессиональной деятельности и удовлетворенность трудом социального работника [Текст] / Н.А. Голубева // Вестник Костромского гос-го ун-та. – 2011. – №4. – С. 15 – 17.

3. Мартынова М. А. Изучение феномена саморегуляции с помощью прибора «Активациометр» [Текст] /М.А. Мартынова // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 2. – С. 690 – 696.

4. Моросанова В.И. Осознанная саморегуляция человека как метаресурс достижения учебных и профессиональных целей [Текст] /В.И. Моросанова // Личность, интеллект, метакогниции: исследовательские подходы и образовательные практики. – 2017. – № 1. – С. 104 – 114.

5. Никонорова А. А. Анализ понятия «Саморегуляция» в современной психологической науке [Текст] /А.А. Никонорова, Г.Ю. Лизунова // Ценностные ориентации молодежи в условиях модернизации современного общества. – 2019. – № 5. – С. 93 – 96.

6. Осницкий А.К. Индивидуальные различия процессов саморегуляции у студентов вуза с разными профилями латеральной организации [Текст] /А.К. Осницкий, С.А. Крнеева // Вестник университета. – 2011. – № 14. – С. 21 – 23.

## **МЕСТО «ЭНЕРГИИ» В КЛАССИЧЕСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ**

*Ахмедшина А.Н.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Техника эмоциональной свободы (англ. Emotional Freedom Technique, EFT) – меридианная энергетическая техника, основанная на

принципах традиционной восточной медицины (акупрессура) и западной психологии. Также ее еще называют «иглоукалывание без иглолок» или «эмоциональная версия иглоукалывания» [5].

История создания системы началась с Д. Гудхирта, который использовал акупунктурные точки для улучшения здоровья пациентов, просто воздействуя на них без игл. Затем австралийский психиатр, Д. Диэмонд, использовал добавил словесные формулировки в технику, в то время как пациент стимулировал акупунктурные точки. Это было главным шагом вперед, поскольку Д. Диэмонд ввел психологический инструмент в процесс, но, тем не менее, его метод лечения имел определенные недостатки и не мог широко и эффективно использоваться. Эти недостатки устранил Р. Каллахан, американский психолог, специализирующийся на тревожных расстройствах [3].

Дж. Каллахан в 1981 году разработал технологию для быстрого лечения различных эмоциональных расстройств, которую назвал TFT (Thought Field Therapy), Терапия мысленных полей или теория мыслеполя, по- другому, энергетическая психотерапия [8].

У доктора Д. Каллахана в течение двух лет наблюдалась пациентка, страдавшая аквафобией, которая была настолько сильна, что она с трудом принимала душ. Не зная, как помочь своей пациентке, он решил использовать знания китайской медицины о меридианах. Дж. Каллахан попросил ее думать о воде и одновременно постукивать двумя пальцами точку, связанную с меридианом желудка. К его глубокому удивлению, он обнаружил, что фобия воды мгновенно и навсегда исчезла в неизвестном направлении. Это открытие послужило отправной точкой для создания системы TFT [5].

Дж. Каллахана можно считать отцом западной энергетической терапии по меридианам. Через его интерес к иглоукалыванию и его пониманию способов воздействия на акупунктурные точки на теле человека, он сделал ключевое открытие, на котором базируются все более поздние методы работы с меридианами.

В основе TFT, помимо акупрессуры, лежат зрительные упражнения, подобные тем, что применяла Ф. Шапиро в своем методе EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing), ДПДГ – Дисенсибилизация и проработка травм через движения глазами [6, с. 38].

Следующим шагом было создание упрощенных версий техники Д. Каллахана. И в 1990-ых один из учеников Р. Каллахана, Г. Крэйг, представил основное развитие метода, которому он дал название Техника эмоциональной свободы (EFT). Сегодня его метод под названием EFT, является лидирующей техникой [10].

В основе EFT лежит идея о том, что дисбаланс в энергетической системе организма оказывает воздействие на психологическое состояние человека. Устранение этого дисбаланса путем постукивания

определенных точек часто приводит к быстрому разрешению проблемы. Воздействие происходит следующим образом:

Известно, что тело человека обладает электрической природой. Если потереть свои ноги о ковер, а затем прикоснутся к любому металлическому предмету, можно ощутить разряды статического электричества на кончиках пальцев. Это возможно только при условии, что тело обладает электрической природой. Болевой импульс движется со скоростью электричества, именно поэтому боль ощущается так быстро. Электрические сигналы быстро распространяются по всему телу, информируя его о происходящем. Существуют и другие свидетельства присутствия электричества (энергии) в теле: электроэнцефалограмма (ЭЭГ) и электрокардиограмма (ЭКГ). Электроэнцефалограф регистрирует электрическую активность мозга, а электрокардиограф – электрическую активность сердца. Эти устройства используются в медицине в течение десятилетий [4, с. 150].

В основе современной акупунктуры, акупрессуры, а также восточных оздоровительных практик лежит знания о меридианах, или энергетических путепроводах. Эту сложную систему циркуляции энергии в теле, примерно пять тысяч лет назад описали китайские врачи.

Эта энергия наполняет тело, но она невидима для глаз. Сравнимо с электроэнергией, заставляющей работать телевизор. Всего лишь легонько постукивая кончиками пальцев по телу – там, где на его поверхности берут начало или заканчиваются энергетические меридианы, можно добиться удивительных изменений в эмоциональном и физическом состоянии. Если бы энергетической системы не существовало, подобное было бы невозможно [5, с. 35].

Существует мнение, что EFT дает результаты только потому, что люди верят в нее. Истина в том, что очень немногие изначально верят в эту технику. Но, несмотря на недостаток веры, результаты, достигнутые благодаря EFT, не становятся менее впечатляющими. Улучшения происходят вопреки любому скептицизму.

Диапазон проблем, к которым можно применить EFT, варьируется от страха перед публичными выступлениями до напряженных военных воспоминаний, от пристрастия к шоколаду до бессонницы, от икоты до рассеянного склероза. Не существует пределов использования EFT в решении эмоциональных и физических проблем. И это не только теория, это практика, которая подтверждается многочисленными исследованиями [1].

Исследования Медицинского Отделения Гарварда показали, что стимуляция избранных акупунктурных точек снижает активность мозжечковой миндалины, гиппокампа и других частей мозга, связанных со страхом.

На сканах, полученных во время МРТ (магнитно-резонансная томография) и ПЭТ (позитронная эмиссионная томография), видно, как возбуждение мозжечковой миндалины спадает во время стимуляции акупунктурных точек. Причем, это исследование показало, что таппинг (постукивание) может действовать лучше, чем иголки, в лечении тревожных расстройств [9].

Другое исследование по изучению уровня кортизола в крови испытуемых, проведенное Д. Черчем, показало значительное его понижение в группе, с которой проводилась ЕФТ, на 24% – 50%, по сравнению с группой, где проводилась традиционная психотерапия, которая не показала снижение уровня кортизола вообще. Другими словами, они были также напряжены и в стрессе, как и были до этого [7].

Все вышеперечисленные научные открытия ясно демонстрируют действенность Техники эмоциональной свободы. Что подтверждает эффективность энергетического подхода в психотерапии. Понятие «энергии» начинают применять в классической психологии и психотерапии, и оно полноправно претендует на официальное и научное его использование.

#### *Литература*

1. Венор Д. Исследование сути исцеления [Текст] /Д. Венор. – СПб.: ИГ «Весь», 2010. – 352 с.
2. Доусон Черч. Гений в ваших генах Эпигенетическая медицина и новая биология намерения [Текст] /Ч. Доусон. – СПб.: ИГ «Весь», 2010. – 368 с.
3. Идрис Лаор Семь точек исцеления. Теория и практика. Том 1. [Текст] /Л. Идрис. – М: Амрита, 2013. – 208 с.
4. Идрис Лаор Семь точек исцеления. Ускоренные протоколы и схемы мышления [Текст] /Л. Идрис. – М: Амрита, 2014. – 208 с.
5. Крэйг Г. Техника эмоциональной свободы. Акупрессура и депрограммирование подсознания [Текст] /Г. Крейг. – СПб.: ИГ «Весь», 2011. – 160 с.
6. Шапиро Ф. Психотерапия эмоциональных травм с помощью движений глаз: Основные принципы, протоколы и процедуры. /Пер. с англ. А.С. Ригина. – М.: Независимая фирма «Класс», 1998. – 496 с.
7. Шили С.Н. Медицина души. Здоровье и энергия: как раскрыть внутренний потенциал организма [Текст] /С.Н. Шили, Д. Чурн. – СПб.: ИГ «Весь», 2010. – 296 с.
8. Feinstein D. Acupoint stimulation in treating psychological disorders: Evidence of efficacy. Rev Gen Psychol. 2012 Dec;16(4):364–80. DOI: <https://doi.org/10.1037/a0028602>. [Google Scholar]
9. Church D. Clinical EFT as an evidence-based practice for the treatment of psychological and physiological conditions. Psychology. 2013;4(8):646–54. DOI: <https://doi.org/10.4236/psych.2013.48092>. [Google Scholar]
10. Church D, Feinstein D, Palmer-Hoffman J, Stein PK, Tranguch A. Empirically supported psychological treatments: The challenge of evaluating clinical

## АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ МАТЕМАТИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

*Балтабаева С.К*

*РК, г. Актобе, Баишев Университет*

Математика – это одна из наук, которая является фундаментом всей сознательной жизни человека. Без математики мы не сможем решить и ряда простых жизненных задач, таких как: оплата налогов, планирование расходов семейного бюджета, расчет коммунальных услуг и т.п.

В XXI веке, веке новейших технологий, даже мысль об устном счете иногда может показаться не совсем уместной, однако люди, которые умеют быстро вычислять в уме, вызывают всеобщее удивление.

Сейчас, когда техника стремительно развивается и идет вперед, многие люди не хотят утруждать себя и всегда прибегают к помощи калькулятора, и к прочей вычислительной технике. Поэтому в этом научном исследовании, я хотела бы показать почему люди, при наличии большого багажа знаний и определенных вычислительных навыков прибегают к помощи калькулятора.

Тема исследовательской работы – «Создание образов чисел при устном счете». Мы выбрали её, так как считаем, что для того чтобы люди могли быстро считать, они должны не просто уметь решать письменно задачи, а уметь еще и представлять сам процесс решения у себя в сознании (представлять себе образы чисел, с помощью которых, они смогли бы быстро решать любые задачи вне зависимости от ситуации.)

Теоретических обзор техник развития памяти и логического мышления (мнемотехника, ментальная арифметика)

Цели исследования:

- Диагностика уровня развития вычислительных навыков у людей.
- Выявление основных причин, которые побуждают людей воспользоваться калькулятором.
- Доказать, что быстрый счет в уме, позволит людям не обращаться к помощи калькулятора.
- Доказать, что скорость письменного счета не зависит от возраста и профессии.

Задачи исследования:

- Исследовать уровень качества вычислительных навыков людей.

– Исследовать как часто люди применяют вычислительные навыки в своей жизни.

– Провести диагностику, изучить результаты исследования.

Объект исследования: Процесс образного вычисления.

Предмет исследования: Создание образов чисел при устном счете.

Гипотеза: создание образа чисел во время решения определенной задачи позволит людям ускорить устный счет и даст возможность в разы меньше прибегать к помощи калькулятора и другой вычислительной техники.

При выполнении работы были использованы следующие приемы и методы:

- наблюдение

- опрос (анкетирование)

- анализ (статистическая обработка данных)

- работа с информационными источниками.

Актуальность исследования состоит в том, что в современном мире люди не пользуются своими вычислительными навыками, а прибегают к помощи калькулятора. Это все ведет к тому, что человек постепенно утратит свои способности к вычислению, а позже и к самому мышлению. А создание образов чисел в сознании человека позволит развить такие психологические процессы, как: память, мышление, воображение.

Выборка: респонденты различных возрастных категорий, а именно (ученики 4 класса, студенты 1, 2 курсов, люди «среднего» и пожилого возраста.

*Мнемотехника* – это система методов и приемов, которые эффективно развивают память, воображение, разговорную речь, а также позволяет легко сохранять и воспроизводить полученную информации. Сейчас это методика становится очень популярной. Секрет мнемотехники очень прост. Когда человек в своем сознании соединяет несколько зрительных образов, то его мозг сразу же фиксирует эту ассоциацию. Ассоциация – это мысленная связь между двумя зрительными образами. И чем интереснее и разнообразнее эти ассоциации, тем прочнее они запоминаются.

У современных школьников память не способна даже к простому запоминанию правила по математике, иногда даже сложно запоминаются определенные цифры и буквы. Зато у этих детей память очень яркая и образная. Именно это особенность памяти позволяет использовать мнемоприемы при объяснении материала. Мнемоприем позволит ученикам легко усваивать любую информацию [1, 2].

Мнемотехника – это возможность не просто объяснить предмет ученикам, а зажечь в их глазах огонек.

Упражнения по мнемотехнике, которые позволят развить память и воображение:

*Окно мнемониста*

1) Перенос образа окна в сознание.

Сесть в удобную позу на расстоянии 1,5 метра от окна. Внимательно смотреть на него в течении 1 минуты. Потом закрыть глаза и четко представить образ в своем сознании. Продолжительность упражнения – 3-5 минут. Выполнять эти упражнения нужно 4-5 раз в неделю.

2) Галлюцинация фигур

Несколько раз повторите 1 упражнение, постепенно вводя в ячейки окна фигуры: квадрат круг и крест, мысленно и реально. А теперь сделайте это упражнение с закрытыми глазами создайте образ в своем сознании, и потом резко откройте глаза и перенесите созданный вами образ в реальность.

3) Буквы

На третьей неделе после выполнения первых двух упражнений, постепенно переходим на создание образов цифр. Это упражнение аналогично второму упражнению, только фигуры заменяется на цифры.

Для достижения желаемого результата эти упражнения должны проводится ежедневно [2, с.52].

*Ментальная арифметика* – это единственная система методов, которая превращает математику в незабываемое путешествие для детей в мир чисел. Огромное количество школ в мире взяли эту методику за основу обучения устному счету. А в Японии – родине этой методики, ментальная арифметика является обязательным предметом в школе [3, с.163].

Мозг человека делится на два полушария: левое и правое. В течении всей жизни полушария развиваются неравномерно. У детей с рождения и до младше школьного периода больше развито правое полушарие, которое отвечает за художественное восприятие и эмоциональную память. Во время обучения в школе увеличиваются нагрузки на левое полушарие, которое отвечает за логическое и рациональное мышление. И со временем творческая сторона интеллекта заменяется логической. Устный счет помогает уравновесить нагрузки на оба полушария, что обеспечивает условия для гармоничного развития. В качестве инструмента для развития устного счета используется счеты соробан (абакус) [4, с.135].

Обучение на счетах позволяет развить ребенка со всех сторон.

1. Моторика рук. Мозг управляет нашими действиями, а наши действия управляет им

2. Систематичность занятий. Никто не рождается чемпионом. Одержат победу помогают ежедневные упражнения. Так же работает и программа развития умственных способностей.

3. Визуализация. Имея наглядное пособие в виде счётных костяшек на соробане, детям легче понять числа и вникнуть в суть вычислительных процессов.

*Результаты научно-исследовательской работы.* В данном исследовании было проведено анкетирование по результатам которого было выявлено, что скорость вычислительного процесса в виде письменного счета не зависит от возраста человека.

А также то, что ученики и студенты вузов чаще прибегают к калькулятору, комментируя свой выбор так: «легко, быстро и не требует осмысления». А люди «среднего» и пожилого возраста чаще прибегают к письменному или устному счету, комментируя свой выбор так: «по привычке; это задача не такая сложная чтобы обращаться к калькулятору».

Затем мы сравнили полученные данные методом математической статистики – коэффициент корреляции Спирмена. Который показал, что связь между зависимой  $X$  (возраст) и не зависимой  $Y$  (время решения) слабая и обратная. Тем самым гипотеза данного исследования частично подтвердилась. Так как помимо возраста респондента на скорость письменного счета могут повлиять другие факторы, такие как: плохое самочувствие, низкое качество математического образования, волнение и другие психологические факторы. Практическая значимость нашего исследования заключается в том, что будущие педагоги смогут использовать в своей работе такие методы, как мнемотехника и математическая арифметика, что позволит улучшить качество математического образования школьников. А также смогут развить у детей такие психологические процессы как: мышление, воображение, память, эмоциональное и художественное восприятие

#### *Литература*

1. Хохлова Л.П. Методы запоминания информации (мнемотехника) [Текст] / Л.П.Хохлова // СПб. образовательный вестник. – 2017. – С. 2
2. Андреев О.А. Техника тренировки памяти [Текст] / О.А.Андреев Л.Н.Хромов – ЛИТМИР электронная библиотека, 1989. – С. 52
3. З.Кусаинова Г. Т. И снова о ментальной арифметике [Текст] / Г.Т. Кусаинова // Молодой ученый. – 2018. – №9. – С. 163 – 165.
4. Цаплина О.В. Позитивная психология в образовании [Текст] / О.В. Цаплина. - //Современная психология: теория и практика: материалы X международной научно-практической конференции. – 2013. – С. 130 – 135.

## **ПРОБЛЕМА ВЗАИМОСВЯЗИ ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА**

*Башмакова Р.Р.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Здоровье – это совокупность многих факторов: генетическая предрасположенность, образ жизни, особенности питания, взаимодействие с окружающей средой. Для сохранения здоровья человеку нужно находиться в гармонии с самим собой и окружающим миром.

В XIX веке немецкий философ А. Шопенгауэр сказал: «В общем, 9/10 нашего счастья основаны на здоровье. С ним все становится источником удовольствия». Здоровье – это первая и самая важная человеческая потребность

Каждая медицинская практика диктует подход, при котором для того, чтобы поддерживать и восстановить здоровье, нужно начинать с материального, то есть с физического. В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) здоровье определяется как «состояние полного физического, духовного (умственного) и социального благополучия, а не отсутствие болезней и немощи».

С точки зрения некоторых религий болезнь является наказанием за неправильное поведение, с точки зрения современной психологии, неправильные психологические установки приводят к болезням.

Тем не менее, стоит отметить, что независимо от того, сколько стресса существует, возможность возникновения (обострения) психосоматического заболевания во многом зависит от реакции на этот стресс и поведенческих установок человека, который его испытывает.

Человек реагирует на частоту и интенсивность эмоциональных нагрузок, испытывая страх, беспокойство, беспомощность, тоску и отчаяние. Человеческие эмоции, первоначально призванные мобилизоваться на защиту, теперь чаще подавляются, встраиваются в особый контекст и в конечном итоге искажаются, перестают быть признанными их хозяином и могут стать причиной разрушительных процессов в теле [1].

Развитие психосоциального стресса сопровождается возникновением психических расстройств (нарушения адаптации, проявления расстройств, в том числе на физическом уровне, поведенческих расстройств), психосоматических заболеваний и психосоциальных расстройств. Пациенты с расстройственными нарушениями часто обращаются к терапевтам, кардиологам и т.д., но такие врачи не могут помочь там, где необходима психологическая и психотерапевтическая помощь [3].

С другой стороны, под влиянием неблагоприятных факторов окружающей среды наблюдаются органические (в том числе микроорганизмы) поражения и / или недоразвитие центральной нервной системы [2]. Это сопровождается, в свою очередь, психическими расстройствами .

Следует также иметь в виду, что соматическое заболевание, особенно хроническое, а также болезни, создающие потенциальную угрозу для жизни больного человека, также являются огромным психотравмирующим фактором. Таким образом, существует взаимосвязь и взаимовлияние физических и психических аспектов здоровья: нарушения обмена веществ, структуры и функции клеток, вызванные различными факторами, которые ведут к нарушению психического здоровья, а оно, в свою очередь, часто проявляется на физическом уровне [4].

### *Литература*

1. Маленкина-Пых И.Г. Психосоматика: справочник практического психолога [Текст] / И. Г. Маленкина-Пых. – М: Эксмо, 2005.

2. Мажитова З.Х. Нейропсихологические исследования в оценке функциональных отклонений ЦНС, индуцированных токсикантами окружающей среды [Текст] / З.Х. Мажитова, Л.Б. Куатова // Педиатрия. – 1999. – №1.

3. Ахмедов Т.И. Психосоматический подход в медицине [Текст] /Т.И. Ахмедов, Н.В. Шовковая, Н.А. Федоренко // Врачебная практика. Харьковский государственный медицинский университет. – 2012. – №4. – С. 91-96.

4. Банщиков В.М. Медицинская психология [Текст] / В.М. Банщиков, В.С. Гуськов, И.Ф. Мягков. – М.: Медицина, 2015. – 657 с.

## **ПРОБЛЕМЫ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ БРАКОМ У СЕМЕЙ С РАЗНЫМ СТАЖЕМ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ**

*Баширова А.З.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им М. Акмуллы*

Сегодня эмоциональная удовлетворенность отношениями в браке входит в число приоритетов представителей обоих полов. Супруги хотят жить только с теми, кто их понимает и принимает такими, какие они есть. Это и есть главное условие удовлетворенности

По мнению В. А. Сысенко, «удовлетворенность семейной жизнью.... включает в себя степень удовлетворения всех потребностей личности. Для каждого из супругов в брачных отношениях должен быть достигнут какой-то минимально необходимый уровень удовлетворения потребностей, за пределами которого уже возникает дискомфорт и

формируются отрицательные чувства и эмоции» [4]. Ю. Е. Алешина считает, что удовлетворенность браком представляет собой «субъективную оценку каждым из супругов характера их взаимоотношений» [1].

В результате проведения эмпирических исследований выделены базовые супружеские потребности, влияющие на удовлетворенность браком.

С.И. Голод указывает на взаимосвязь удовлетворенности браком и мерой сексуальной удовлетворенности супругов: среди супругов, отмечавших безразличие или неудовлетворенность сексуальными отношениями, лишь 8,2% были максимально удовлетворены браком [2]

В.П. Левкович и О.Э. Зуськова [3], изучая негативный характер супружеских отношений, выделили пять групп, наиболее значимых для совместной жизни супругов и влияющих на удовлетворенность браком, потребностей:

- потребность супругов в исполнении определенных ролей в семье;
- потребность супругов в общении друг с другом и с друзьями.
- познавательные потребности супругов.
- материальные потребности.
- потребность в защите собственной «Я-концепции».

Наиболее конфликтогенным и влияющим на удовлетворенность браком выделен блок «культура общения», т.е. фактор того как супруги соблюдают или не соблюдают нормы повседневной жизни, регулирующие их нравственные отношения. Систематическое нарушение семейной этики супругами в общении друг с другом может отрицательно сказаться на их отношениях, что приведет к долгосрочному конфликту и потери стабильности в семье. В то же время высокий уровень конфликта в этом блоке объясняется не только культурой общения супружеских партнеров, но и прежде всего тем, что в нем отражается неудовлетворенность в потребностной сфере [3].

Вторым наиболее важным источником семейного конфликта является необходимость защиты концепции «я». Отсутствие внимания, заботы, согласия, психологической поддержки со стороны супругов приводит к неудовлетворенности в потребности любить, уважать, чувства важности в поддержании самооценки, необходимого для сохранения «я-концепции».

Третье место в конфликте занимает сочетание двух сфер взаимодействия:

1. Ролевые игры (удовлетворяют потребности супругов). В ролях: мать-отец, муж-жена, хозяин-хозяйка, мужчина-женщина, домохозяйка). Конфликт возникает из-за неоднозначного понимания супругами этих ролей, а также из-за двусмысленного представления о том, как каждый

партнер проявляет себя в семье. Конфликт особенно остро стоит из-за расхождений во взглядах на лидерство в семье.

2. Информация (знание различных аспектов жизни и индивидуальных особенностей партнера). Высокий уровень взаимопонимания супругов является основой формирования семьи доверия. Нежелание супругов уведомлять друг друга о своих делах, намерениях, планах порождает подозрения, взаимное недоверие, эмоциональное напряжение в партнерских отношениях, снижает уровень удовлетворенности браком, провоцирует конфликт.

Характер изменений *удовлетворенности браком с увеличением стажа совместной жизни супругов* активно исследуется как зарубежными, так и отечественными психологами с середины 70-х г.г. прошлого столетия. Подробный обзор зарубежных исследований проведенных до конца 80-х представлен Алешиной Ю.Е. (1985). Основополагающими критериями удовлетворенности браком в исследованиях выступали: непосредственно стаж брака, который фиксировался как один из трех периодов цикла развития семьи; рождение первого ребенка и уход детей из семьи, как точки отсчета основного характера изменений. Полученные результаты во всех трех случаях достаточно противоречивы. Но большинство результатов сводится к тому, что удовлетворенность браком зависит от стажа семейной жизни следующим образом: кривая этой зависимости имеет U-образную форму [2]. В начале, в течение первых двух десятилетий существования семьи, удовлетворенность браком постепенно понижается, достигая своего минимального значения в парах со стажем семейной жизни от 12 до 18 лет, а затем возрастает, но уже более резко.

Если взять за основу U-образную кривую, очевидно, что на каждом из этапов супружеской жизни значимым становятся удовлетворение разных потребностей, в зависимости от этапа супружества.

Кривая удовлетворенности, по этой теории, начинается с 1 года супружеской жизни до 12 – 18 лет. Это большой промежуток времени, в котором супруги отделяются от своей родовой семьи и начинают жить отдельно, рождается ребенок, ребенок идет в школу, мать выходит на работу после декретного отпуска, ребенок взрослеет до подросткового периода, возможно карьерный роста родителей (нижняя точка кривой), т.к они находятся обычно в это время в расцвете своих трудовых сил. Подъем начинается с взросления хотя бы одного ребенка, начало его трудовой деятельности и уход его из родительского гнезда. И кривая возвращается к тому значению, которое было в начале супружеской жизни.

Проблемы, с которыми сталкиваются пары за время супружеской жизни:

– стадия диады – семья без ребенка. Проявления разногласия, деидеализация, борьба за власть, конфликты с родительскими семьями;

– стадия треугольника (стадия с двумя и более детьми). Физический стресс, кризис интимности, слияние с ребенком одного из супругов и ревность другого, эмоциональный регресс жены, дефицит времени и финансов, школьные проблемы, утрата супружеской близости, измены.

– семья с подростком – осложненный подростковый кризис, резкое повышение напряжение в семье, поведенческие и школьные проблемы ребенка, кризис супружеских отношений.

– стадия диады – уход последнего ребенка. Зависимость и трудности сепарации взрослых детей, утрата сексуальной потенции, болезни [6].

Если в первые годы жизни важна сексуальная гармония, потребность в защите «Я-концепции», то с годами на первое место выходит высокая потребность супругов в общении друг с другом, потребность во взаимовыручке и взаимоподдержке.

Итак, чтобы семья прошла все стадии и осталась семьей важно:

– близкое и откровенное общение;

– умение взять на себя ответственность за свое поведение и отношение в семье;

– конструктивно конфликтовать и правильно выходить из конфликта, садиться за стол переговоров

– не навязывать партнеру свое видения мира, а искать общие взгляды на него.

### *Литература*

1. Алешина Ю. Е. Удовлетворенность браком и межличностное восприятие в супружеских парах с различным стажем семейной жизни [Текст] /Е.А. Алешина: дис. ... канд. психол. наук. – М.: МГУ, 2011. – 250 с.

2. Алешина Ю.Е. Цикл развития семьи: исследования и проблемы [Текст] /Ю.Е. Алешина //Вестник МГУ.– 1987. – № 2. – С.60 – 72.

3. Голод С.И. Будущая семья: какова она? [Текст] / С.И. Голод – М.: Изд-во «Знание»,1990

4. Левкович В. П. Социально-психологический подход к изучению супружеских конфликтов [Текст] / В.П. Левкович, О.Э. Зуськова // Психол. журн. – 1995. – Т. 6. – № 3. – С. 126 – 137.

5. Сысенко В. А. Супружеские конфликты [Текст] /В.А. Сысенко. – М.: Мысль, 2011. – 321 с.

6. Змановская Е.В. Психология семьи [Текст] / Е.В. Змановская. – М.: Изд-во ИНФРА, 2017. – 376 с.

## **ОБРАЗ ФИЗИЧЕСКОГО «Я» В СТРУКТУРЕ САМОСОЗНАНИЯ И САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ**

*Борцова Н.А.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Воспитание детей – одна из важнейших задач семьи. У каждого человека есть своя предрасположенность, уникальность. От выбранного стиля воспитания в большой степени зависит, каким ребёнок вырастет.

Семья – это базовая ступень человеческого развития. Стили воспитания передаются по наследству, а также зависят от того, как родитель видит картину идеального воспитания через свою призму идеального ребенка. Родители всегда хотят лучшей жизни для своих детей. Некоторые родители проектируют на детей свои мечты, вспоминая, чего им хотелось и к чему они стремились в детстве.

Стиль семейного воспитания – это способ отношения к ребенку, предпочитаемые методы воздействия и обучения, а также практика применения родителями выбранных приёмов и методов воздействия на ребёнка. Он реализуется в своеобразной манере словесного обращения и взаимодействия с ребёнком. Любой перекос в семье ведет к неблагоприятным последствиям в развитии личности ребенка, а в дальнейшем к проблемам его поведения, контактирования с миром в целом. В процессе развития дети запечатлевают поведение родителей и отношение родителей к себе и к миру. Можно говорить тысячу хороших советов, но если сами родители так не поступают, это не оказывает на ребенка должного воздействия. Когда поступки и слова разнятся, у ребенка наступает непонимание и внутренний протест.

Родители – первые люди, которые показывают, как нужно взаимодействовать с членами в семье, с друзьями и людьми в обществе. Ребёнок, делая свои первые шаги под присмотром родителей, смотрит на их одобрение и, основываясь на этом, усваивает нормы и правила.

В психологии традиционно выделяют четыре стиля воспитания: демократичный, авторитарный, индифферентный, либеральный [4].

Демократический стиль воспитания является наиболее приемлемым для ребёнка. Родители в семье лидеры, они авторитет для своих детей, их слова и поступки совпадают. Такие родители разговаривают со своими детьми и объясняют, почему они поступили именно так и говорят именно такие слова. Такие родители с большой теплотой и привязанностью общаются со своими детьми, смотрят на личность ребенка, его роль в семье активна. Ребенок воспитывается как самостоятельная, самобытная личность. В такой семье практически нет физического наказания и словесной агрессии, родители стараются использовать логику в общении с детьми, стремятся договориться, уважают себя и своих детей. Родители

обладают хорошим жизненным опытом и несут ответственность за своих детей.

При авторитетном стиле воспитания происходит наиболее гармоничное и разностороннее развитие личности ребенка. Такие дети имеют высокую самооценку и самоконтроль, умение самостоятельно принимать решения и отвечать за свои поступки, они инициативны и целеустремленные. Умеют взаимодействовать с окружающими и строить доброжелательные отношения, умеют находить компромиссы, при этом имеют собственное мнение [1].

Авторитарный стиль воспитания. Такие родители требуют высоких достижений от своих детей, воплощают через детей свои нереализованные мечты. Почти не слушают мнения своего ребенка, постоянно вторгаются в личное пространство ребёнка. При таком стиле воспитания ребёнок боится проявлять инициативу, всеми вопросами занимаются его родители. Это закладывается у него в подсознании, и он вырастает максимально подчинённым. Авторитарный стиль воспитания подразумевает метод наказания и вознаграждения за абсолютное подчинение. Когда ребёнок достигает подросткового возраста, родители теряют свою силу и авторитет. Поэтому часто в таких семьях начинаются конфликты, подросток становится неуправляемым. Когда ребёнок становится взрослым у него остается два пути развития: первый путь – путь слабой жизненной позиции. Человек теряет чувство собственного достоинства, не понимает свои желания, безынициативен. Второй вариант – ненавидит своих родителей, решает вопросы только силой, поведение деспотичное, хамское, циничное, повышенная агрессивность и конфликтность.

Индифферентный стиль воспитания. Этот стиль похож на авторитарный, но здесь добавляется отсутствие теплоты к ребёнку. К ребёнку относятся с пренебрежением, он виноват во всех неудачах родителей. Обычно такое происходит, когда родители не желали его появления на свет. При таком стиле воспитания дети эмоционально отчужденные, тревожные, замкнутые. Возникает опасность вовлечения детей в асоциальные группы, поскольку родители не способны контролировать их поступки. Чаще всего, в индифферентных семьях вырастают либо безответственные и неуверенные в себе дети, либо наоборот неуправляемые и импульсивные. В лучшем случае дети таких родителей все же становятся сильными, творческими, активными людьми. Формирование личности в таком случае во многом зависит от среды вне семьи [2].

Либеральный стиль воспитания. При этом стиле воспитания родители формируют у ребенка «свободу», самостоятельность и раскованность, позволяют ему делать абсолютно всё, что он хочет, не накладывают никаких ограничений. Родитель не помогает ребенку и не

мешает, не принимает никакого участия в становлении личности. Этот стиль воспитания предполагает невмешательство, по сути, это равнодушие и нежелание взять ответственность за своего ребёнка. Общими особенностями либерального и авторитарного стилей общения, несмотря на кажущуюся их противоположность, являются дистанционные отношения, отсутствие доверия, отчужденность, демонстративное подчеркивание своего доминирующего положения. При либеральном стиле воспитания возможны следующие варианты развития личности: человек вырастает свободный, но безучастный или человек вырастает «без тормозов» и «без запретов» [3].

Далеко не всегда эти стили проявляются в семье в чистом виде. Родители в разных ситуациях могут применять разные стили воспитания. Например, в ситуации конфликта родители действуют методом диктата, а в «мирное время», наоборот – допускают попустительство. Однако такое чередование стилей, такая непоследовательность, также неблагоприятно влияет на ребенка. В семье необходимо установить единый стиль воспитания понятный ребенку, учитывающий его потребности и возможности.

#### *Литература*

1. Демократический стиль воспитания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://megalektsii.ru/s1629t1.html>
2. Какими бывают стили воспитания детей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://iqclub.ru/blog/2018/03/kakimi-byvayut-stili-vozpitaniya-detey/>
3. Козлов Н. Как относиться к себе и людям, или Практическая психология на каждый день [Текст] /Н. Козлов. – М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, 1999. – 336с.
4. Стили семейного воспитания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://sad-sosenka.ru/konsultacii/sovety-pedagoga-psihologa/65-stili>

## **СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УКРЕПЛЕНИЮ БАЛАНСА РАБОТЫ И ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ У РАБОТНИКОВ ПРЕДПРИЯТИЯ**

*Булатова Д.Г.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Подходы к изучению баланса работы и личной жизни. Давление рабочей сферы на личную жизнь существенно возросло за последние десятилетия. Причиной тому становится множество факторов, среди которых – развитие информационных технологий, повышенное внимание

к качеству сервисных услуг, чрезмерная информационная нагрузка и увеличение скорости обработки информации.

В последнее время получают распространение нестандартные режимы рабочего дня и свободный график: условия, когда сотрудник может самостоятельно выбирать режим и продолжительность рабочего дня, как правило, способствуют более высокому уровню благополучия и воспринимаемого баланса работы и жизни. Исключение составляют лишь сотрудники, склонные к трудоголизму, который в таких условиях может прогрессировать. К трудоголикам относят людей, работающих большее количество часов, чем требуется, даже когда в этом нет необходимости, и в ущерб другим жизненным возможностям, в том числе личной жизни.

Большинство исследователей проводят различие между трудоголиками и теми, кто перегружен работой: первые не только перерабатывают, но сами выбирают это и получают удовольствие от работы, вторые же, как правило, предпочли бы не работать дополнительные часы, но не готовы изменить эту ситуацию или не имеют такой возможности. Своего рода противоположностью трудоголизма можно считать дауншифтинг, когда человек осознанно отказывается от работы [10, с.230].

По мнению респондентов, для достижения хорошего баланса между работой и жизнью необходимо умение ставить конкретные цели и задачи, самоконтроль и дисциплина, умение разграничивать рабочее и личное время, а также работа, которая нравится и соответствует личным ожиданиям [15, с.739].

Полученные данные свидетельствуют о том, что благополучие на работе связано с ощущением синергии между работой и личной жизнью, когда работа вдохновляет, а личная жизнь – поддерживает. В свою очередь, эмоциональное истощение на работе связано с ощущением, что рабочие проблемы портят личную жизнь, а личные проблемы мешают работать. Можно предположить, что в некоторых случаях эмоциональное истощение на работе возникает в результате нерешённых проблем в личной жизни, а в других, напротив, приводит к ним. Необходимы дальнейшие исследования этих связей в лонгитюдных исследованиях при контроле нейротизма, который может частично объяснять полученные связи переживаний благополучия и неблагополучия [9, с.202].

Характер связей трудоголизма с показателями субъективных отношений работы и жизни свидетельствует о том, что трудоголики всё же более склонны воспринимать работу как источник проблем в личной жизни, чем наоборот, хотя нельзя исключать, что в некоторых случаях трудоголизм выступает способом компенсации проблем в личной жизни.

Связи демографических переменных с показателями субъективных отношений работы и личной жизни свидетельствуют о том, что наиболее

сильным предиктором баланса является уровень дохода семьи: респонденты с более высоким уровнем дохода сообщают о более гармоничном соотношении между работой и жизнью.

За этим эффектом могут стоять различные закономерности: возможно, респонденты с более низким уровнем дохода вынуждены работать сверхурочно или совмещать несколько мест работы, в результате чего они жертвуют временем и силами для других сфер жизни, что негативно отражается на их психологическом благополучии [17, с.534].

Возможно также, что в результате недостаточно высокого уровня оплаты труда респонденты чувствуют неспособность обеспечить финансово свои потребности, связанные с другими сферами жизни (образованием, здоровьем и так далее), и потребности своей семьи, что приводит к ощущению конфликта. В пользу второй интерпретации говорит тот факт, что эти связи более выражены у мужчин, которые чаще выступают источниками семейного дохода, чем женщины [15, с.739].

Таким образом, для достижения хорошего баланса между работой и жизнью необходимо умение ставить конкретные цели и задачи, самоконтроль и дисциплина, умение разграничивать рабочее и личное время, а также работа, которая нравится и соответствует личным ожиданиям.

#### *Литература*

1. Конституция Российской Федерации: от 12 дек. 1993 г. [Электронный ресурс] : (ред. от 21.07.2014 г) // СПС «Консультант Плюс». Версия Проф.
2. Гражданский кодекс Российской Федерации (часть первая) от 30.11.1994 № 51-ФЗ (ред. от 05.05.2014) // СПС «Консультант Плюс». Версия Проф.
3. [Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации"](#) № 323-ФЗ
4. Семейный кодекс Российской Федерации от [от 29.12.1995. N 223-ФЗ](#) (последняя ред. от 05.03.2015 года)
5. [Указ Президента РФ от 7 мая 2012 г. № 597 "О мероприятиях по реализации государственной социальной политики"](#)
6. Алексия П.В. Семейное право: учебник [Текст] /В.П. Алексия. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. – 305 с.
7. Батюта М.Б. Возрастная психология: учебное пособие [Текст] / М.Б. Батюта, Т.Н. Князева. – М.: Логос, 2015. – 306 с.
8. Бодалев А.А. Личность и общение: учебное пособие [Текст] / А.А. Бодалев. – М.: Педагогика, 2017. – 272 с.
9. Дерябин В.С. Психология личности и высшая нервная деятельность. Психофизиологические очерки [Текст] / В.С. Дерябин. – М.: ЛКИ, 2016. – 202 с.

## **ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕВУШЕК И ЮНОШЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

*Ваченко Е.И.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Эмоциональная сфера является значимой и одной из основополагающих в жизнедеятельности человека, так как она выполняет важные функции для личности, такие как: оценка, побуждение, коммуникация. Эмоции индивидуальны, это способ получить достоверную информацию о том, что человек испытывает в данный момент времени.

Зарождение самих эмоций можно рассматривать через призму нервных импульсов, аффектов и когний. Если взять уровень нейронной активности, то зарождение эмоций может толковаться как итог деятельности установленных медиаторов и структур мозга, благодаря которой совершается оценка попадающей информации. Рассматривая возникновение эмоций через аффекты, можно пояснить в терминах сенсорно-перцептивных процессов, а через когнииции в определениях отдельных мыслительных операций [2, 3].

Эмоции и чувства характеризуются не только как главная мотивационная система организма, но и как базисные личностные процессы, придающие смысл и значение нашему существованию. Они играют значительную роль в деятельных актах человек и в его духовном мире [4].

Подростковый возраст определяется как критический и переломный в развитии эмоциональной сферы человека. Это обуславливается тем, что человек стоит на пороге между детством и взрослостью, происходит перестройка не только биологических, физиологических структур, но и наблюдаются сдвиги в личностных структурах. Психологически данный период носит противоречивый характер, наблюдаются диспропорции в формировании личности. Социально у подростка еще статус «маленького ребенка», но его желания и самоощущения наполнены «взрослыми» направленностями. Уровень его притязаний не соотносится с его реальными возможностями, это выступает источником для возникновения конфликтов [1].

В период отрочества чувства становятся всё более осознанными и целевыми, происходит эволюция содержания эмоций, которая обусловлена, прежде всего, изменением направленности личности подростка. Также А. А. Мелик-Пашаев в особенности отмечает, что эмоции подростка нельзя отделять от его познавательных процессов – восприятия, памяти и мышления. Поэтому усложнение познавательных

процессов влечет за собой углубление содержания эмоциональной сферы [7].

В гендерной психологии особо важным вопросом является наличие или отсутствие различий в эмоциональной сфере между мужчиной и женщиной. Одни исследователи говорят о различиях и связывают их с биологией, другие связывают с влиянием социальных факторов, к которым относится и воспитание. В их глазах, у женщин существует эмоциональная зависимость от мужчин, они уходят в сильные чувства любви и привязанности, но при этом у них существует запрет на агрессию и открытое выражение своих чувств к человеку. Это дает подспорье для развития у женщин установки, которая будет направлена на получение удовольствия от боли. Для мужчин же такое поведение неприемлемо, такие чувства и проявления эмоций высмеиваются и пресекаются различными способами [5].

В многочисленных исследованиях обнаружены четкие половые отличия в области аффектов. Психолог Л. В. Куликов подчеркивает, что у девушек чувственная область более дифференцирована и сложнее, нежели у представителей противоположного пола [6].

Длительный и не простой процесс обретения подростком новой социальной ситуации своего развития сопровождается целой гаммой специфических, зачастую внутренне конфликтных переживаний, благодаря этому выявляется готовность к заданному поведению как фактору личностного развития. Стремительно развивающийся мир прибавляет факторы, которые воздействуют на подростка, тем самым усложняя и перегружая мир его переживаний, а это, в частности, может приводить к негативным результатам. Изучение особенностей эмоциональной сферы подростков имеет большую значимость, так как возможные эмоциональные нарушения в подростковом возрасте могут повлечь за собой серьезные последствия: учебную неуспеваемость, трудности во взаимоотношениях со сверстниками, девиантное поведение и даже могут привести к суициду.

В рамках изучения обозначенной научной проблемы нами было проведено эмпирическое исследование и сформулирована следующая гипотеза: помехи в установлении эмоциональных контактов девочек-подростков отличаются от помех в установлении эмоциональных контактов мальчиков-подростков.

Для реализации цели исследования была проведена диагностика по методике В.В. Бойко «Методика диагностики помех в установлении эмоциональных контактов». Исследование проводилось среди учащихся МБОУ «Лицей № 96», подростков в возрасте 13 – 14 лет (всего 60 человек: 30 мальчиков и 30 девочек).

На первом этапе, проведя экспресс-диагностику по методике В.В. Бойко «Методика диагностики помех в установлении эмоциональных

контактов», мы подсчитали и оценили общий уровень социальной адаптации и успешности в установлении социальных контактов, конкретные проблемы в установлении эмоциональных контактов.

В ходе второго этапа, для проверки различий у мальчиков и девочек конкретных проблем в установлении эмоциональных контактов и общего уровня социальной адаптации по методике В.В. Бойко, мы использовали количественно-качественный анализ результатов исследования с помощью U-критерия Манна-Уитни. Нами были изучены различия между мальчиками и девочками по установлению эмоциональных контактов. Полученные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты сравнительного исследования средних рангов помех в установлении эмоциональных контактов у мальчиков и девочек (N=60)

№	Исследуемый параметр	Средние ранги		U-критерий Манна-Уитни
		Девочки	Мальчики	
1.	Неумение управлять эмоциями, дозировать их	21,8	19,1	172
2.	Неадекватное проявление эмоций	21,4	19,6	182
3.	Негибкость, неразвитость, невыразительность эмоций	20,4	20,6	192
4.	Доминирование негативных эмоций	<b>26,3</b>	<b>14,6</b>	<b>82**</b>
5.	Нежелание сближаться с другими людьми на эмоциональной основе	<b>25,7</b>	<b>15,3</b>	<b>96*</b>
6.	Общий показатель	<b>26,25</b>	<b>14,75</b>	<b>85*</b>

*Примечание:* статистически значимые различия на уровне не ниже  $p \leq 0,05$  обозначены \*, не ниже  $p \leq 0,01$  - \*\* и выделены жирным шрифтом.

Исходя из данных таблицы 1, мы можем сделать вывод о том, что существуют статистически значимые различия у мальчиков и девочек в таких помехах в установлении эмоциональных контактов как: доминирование негативных эмоций и нежелание сближаться с другими людьми на эмоциональной основе. А также выявлено различие по общему показателю установления эмоциональных контактов.

Различий не выявлено в таких помехах в установлении эмоциональных контактов как: неумение управлять эмоциями, дозировать их; неадекватное проявление эмоций; негибкость, неразвитость, невыразительность эмоций.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что для девочек чаще, по сравнению с мальчиками, барьерами в установлении эмоциональных контактов выступают преобладание негативных эмоций,

такой результат может быть связан с тем, что у девочек-подростков пубертатный период начинается раньше. По большей части, это связано с физиологическими изменениями, в частности с гормональной перестройкой, девочки ощущают изменения, думают, что их никто не понимает, по этой причине возможно превалирование негативных эмоциональных состояний во время установления контактов.

Также для девочек-подростков характернее, чем для мальчиков-подростков такой барьер в установлении эмоциональных контактов, как нежелание сближаться с другими людьми на эмоциональной основе. Мы предполагаем, что мальчикам подросткового возраста характерно снижение чувствительности, мягкости, у них повышается уверенность в себе, у девочек же по большей части, напротив, возникает повышение чувствительности, они интенсивнее переживают различного рода потрясения. В этот возрастной период, девочки становятся особо ранимы, по этой причине, возможно и появление данного эмоционального барьера.

#### *Литература*

1. Брилинг Е.Е. Когнитивное и личностное развитие подростков [Электронный ресурс] 2017 <http://www.psi.lib.ru/detsad/briling/klrazp1.htm>.
2. Валюте В.К. Психология эмоциональных явлений [Текст] /В.К. Валюте. М.: Мир, 1996. – 387 с.
3. Визель Т.Г. Основы нейропсихологии: учеб. для студентов вузов [Текст] /Т.Г. Визель. – М.: АСТАстрель, 2009. – 384 с.
4. Колесов Д.П. Современный подросток. Взросление и пол: учебное пособие [Текст] /Д.П. Колесов. – М.: МПСИ Флинта, 2013. – 453 с.
5. Кулагина И.Ю. Возрастная психология. Развитие ребенка от рождения до 17 лет [Текст]: учебное пособие /И.Ю. Кулагина. – М.: Изд-во УРАО, 2009. – 256 с.
6. Кэррол Е. Эмоции человека [Текст] /Е. Кэррол, Изард. – М.: Изд-во МГУ, 1990. – 323 с.
7. Лафренье П. Эмоциональное развитие детей и подростков [Текст] /П. Лафренье. – СПб.: Питер, 2014. – 243 с.

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ КОЖНЫХ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ И ДЛИТЕЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ**

*Володичева Е.В., Валитова А.И.  
РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Нельзя без последствий для здоровья изо дня в день проявлять себя противно тому, что чувствуешь; распинаться перед тем, чего не любишь, радоваться тому, что приносит несчастье. Наша нервная система не пустой звук, не выдумка. Она – состоящее из волокон

физическое тело. Наша душа занимает место в пространстве и помещается в нас как зубы во рту. Ее нельзя без конца насиловать безнаказанно.  
Б. Пастернак

Отношения между душой и телом (психика-сома) всегда были центральной темой не только психологии, но и философии. В последние годы, благодаря наукам о мозге, мы стираем эту грань, потому что видим, как работа мозга определяет состояние тела и психики одновременно. В связи с этим, в настоящее время, в психологии и медицине наблюдается значительный рост интереса к психосоматическими заболеваниями. За всю историю психосоматической медицины разные психологические концепции описывали разные варианты соматизации непережитого травматического стресса. В нашей работе мы не беремся рассматривать их все, а исследуем взаимосвязь тяжести течения кожных психосоматических расстройств с длительным травматическим стрессом в отношениях со значимыми людьми. Сегодня мы знаем, что стресс может становиться психической травмой, когда результат его воздействия превышает способности конкретной психики к его осознанному переживанию [4], а так же увеличивает шансы к появлению симптомов не только психических, но и соматических расстройств (*Selye H., 1936; З. Фрейд, 1886; Herman, 1997; Тарабрина, 2009; Heim и Nemeroff, 2009, Anda Robert F. и Felitti Vincent J., Ван дер Харп О., Нейенхэус Э. Р. С., Стил К., 2014; Джон Кристал 2016 и др.*). В свою очередь кожа, как контактный орган и коммуникативный ресурс, может быть использована в качестве интерфейса для обозначения этих переживаний [1]. Общим условием для обоих случаев (оформление травмы и возникновение кожного телесного симптома), вероятно, служит тот факт, что характер травматических переживаний должен быть связан с функцией кожи, представляющей связь организма с внешней средой [6]. Это подтверждается работами ряда исследователей, изучающих взаимосвязь травматических отношений с близкими людьми и их кожных заболеваний (*Эстер Бик, 1968; Барри Бивен, 1982; Дидье Анзьё, 1993; Динора Пайнз, Р. Хамер и др.*).

Это позволило выдвинуть гипотезу, что между кожными психосоматическими расстройствами и длительной психологической травмой в отношениях со значимыми людьми существует взаимосвязь.

*Целью* нашего исследования стало изучение особенностей психологической травмы у лиц с кожными психосоматическими расстройствами.

*Характеристика выборки:* исследование проводилось в период с 01.12.2018 г. по 07.03.2019 г. в государственном бюджетном учреждении здравоохранения РБ городской клинической больнице № 21 города Уфа, в отделение аллергологии. Нами была сформирована выборка, состоящая

на данный момент из 20 человек, страдающих кожными аллергическими и психосоматическими заболеваниями (крапивница, нейродермит, псориаз, экзема) в возрасте от 18 до 75 лет. Выборка преимущественно состоит из лиц женского пола 19 человек (95%). Средний возраст участников исследования = 31,8.

*Методики исследования:*

Для оценки тяжести течения кожного психосоматического расстройства нами был разработан и внедрен в исследование авторский опросник тяжести течения кожных психосоматических расстройств (опросник ТТ КПСР Володичева Е.В., Валитова А.И.). Опросник состоит из двух шкал, оценивающих соматические нарушения (1 шкала) и эмоциональное истощение больного (2 шкала), общий балл представляет собой сумму этих двух шкал.

Для оценки психологического травматического опыта кожных больных были отобраны две методики:

– опросник «Негативный детский опыт», короткая версия (Adverse Childhood Experiences – ACE). Он был первоначально разработан В. Дж. Фелитти, в настоящем исследовании мы использовали его модификацию [7], состоящую из 10 вопросов, представленных в форме самоотчета.

– Опросник о травматических переживаниях Traumatic Antecedents Questionnaire (TAQ), Herman, Perry & van der Kolk (1989), van der Kolk, Perry & Herman (1991). Первые две шкалы представляют собой оценку опыта адаптивного функционирования у испытуемого (его субъективный уровень компетентности и безопасности), в то время как последующие восемь шкал оценивают воздействие различных видов травмирующего или неблагоприятного опыта [8].

Результаты по опроснику о травматических переживаниях (TAQ) показали, что из общего числа участников (n=20) об отсутствии всякого травматического опыта не сообщил никто (0%). На рисунке 1 представлены данные распределения видов травматических переживаний в процентном соотношении на выборке кожных больных. Таким образом, было выявлено, что в данной выборке к самому частому виду травматического опыта, переживаемому испытуемыми, относится эмоциональное насилие (24,3%), травма свидетеля (21,8%), пренебрежение (17,9) и утрата (разлука, 9,4 %).

Результаты опросника «Негативный детский опыт» (ACE) в используемой нами модификации [7], не предполагают подсчета баллов отдельно по видам травматического стресса, поэтому в нем мы оценивали общий уровень негативного опыта, который респондент переживал в детском возрасте. Отсутствие всякого негативного опыта в детстве указало 2 человека (10%) из общей выборки, один негативный опыт

указало 3 участника (15%), у остальных респондентов, 15 человек (75%) из общей выборки наблюдалось выше двух случаев травматических ситуаций детства. Последнее согласуется с оригинальными исследованиями Anda Robert F. и Felitti Vincent J в США, в которых было установлено, что наличие одного негативного детского опыта (НДО) увеличивало шансы в 2–17,7 раз на присутствие другого, дополнительного негативного опыта у этого же испытуемого [9].

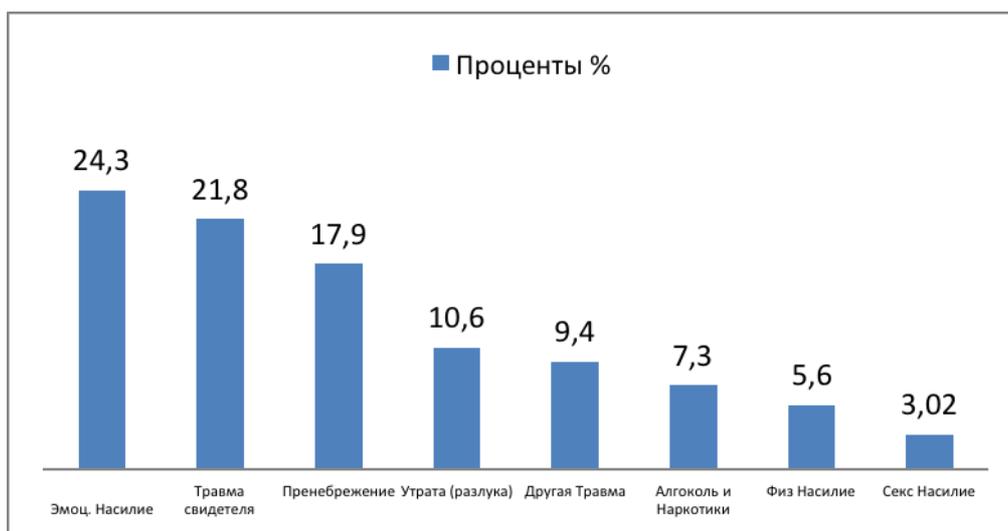


Рис. 1. Распределение видов травматических переживаний у лиц с кожными психосоматическими расстройствами на основании результатов опросника ТАQ

Психологические корреляты переживания травматического стресса, полученные с помощью метода математической обработки данных коэффициента ранговой корреляции Спирмена, продемонстрировали значимые взаимосвязи:

1) между показателями тяжести течения кожных психосоматических расстройств (ТТ КПСР) и пережитым опытом «пренебрежения» по опроснику ТАQ ( $r = 0,625$ ),

2) между общим баллом травматических переживаний по опроснику ТАQ и общим негативным детским опытом (НДО) по опроснику ACE ( $r = 0,601$ ).

В таблице 1 приведены коэффициенты корреляции ( $r$ ) между тяжестью течения кожных психосоматических расстройств (ТТ КПСР), 8 видами травматических переживаний по опроснику ТАQ, общими баллами уровня травматизации ТАQ и негативного детского опыта (НДО) опросника ACE.

Анализ корреляционных взаимосвязей шкал опросника ТАQ с тяжестью течения кожного психосоматического расстройства устанавливает зависимое соотношение между опытом пренебрежения и степенью выраженности кожной соматизации. Корреляционный анализ тяжести течения кожного психосоматического расстройства с общим

баллом по опросникам ACE и TAQ не показал значимых результатов. Возможно, это связано с тем, что, как мы и предполагали ранее, кожная соматизация связана не с общей силой травматического стресса, а с конкретным его видом (в данном случае – длительным опытом пренебрежения).

Таблица 1

Соотношения тяжести течения кожных психосоматических расстройств с видами травматических переживаний и негативным детским опытом

№	Шкалы	ТТ КПСР	НДО по ACE
1	Общий частотный балл травматизации TAQ	0.221	<b>0.601</b>
2	Пренебрежение	<b>0,625</b>	
3	Утрата (разлука)	-0.184	
4	Эмоциональное насилие	0.113	
5	Физическое насилие	-0,115	
6	Сексуальное насилие	-0,05	
7	Травма Свидетеля	0.345	
8	Другая Травма	0.059	
9	Алкоголь и наркотики	0.396	
10	НДО по ACE	0.352	

*Заключение:* тема влияния длительной психологической травмы в отношениях со значимыми людьми на кожные психосоматические расстройства исследуется не впервые, однако, в настоящее время, нет четкой концепции этиологии и патогенеза кожного психосоматического расстройства. Поэтому в качестве наиболее значимых результатов этого исследования можно выделить обнаружение взаимосвязи между пережитым опытом пренебрежения и степенью выраженности кожной соматизации. Это исследование показывает, что травмы, связанные с опытом пренебрежения (отсутствием заботы о партнере и внимания к его базовому физическому и эмоциональному благополучию, а также отсутствие сопереживания и поддержки со стороны значимого другого [2]) согласуются с кожными психосоматическими расстройствами. Данный результат идентичен психоаналитическим и психодинамическим концепциям кожных психосоматических расстройств, где нарушение кожных покровов рассматривается как нарушение контакта в ранних объектных отношениях со значимым взрослым, возобновляющееся с каждой переходной фазой жизненного цикла [5]. Так же, сделанные нами выводы, оказываются близки к идеям доктора медицины Райка Герда Хамера, описывающего заболевание кожи, как специальную биологическую программу тела, направленную на разрешение

конфликтов контакта и сепарации с близкими людьми и выполняющую функцию защиты от прикосновений и дальнейших травм такого рода [3].

Хотелось бы отметить, что вышеизложенные результаты и положения требуют дальнейших исследований, которые планируется продолжать, так как в данном случае размер выборки не позволяет делать точные выводы о наличии взаимосвязи лишь с одним видом длительной психологической травмы. Возможно, данная взаимосвязь может быть установлена так же с травматическим опытом утраты или сепарации со значимым человеком.

### *Литература*

1. Бивен Барри. Роль кожи в нормальном и аномальном развитии с заметкой о поэтессе Сильвии Плат [Текст] /Барри Бивен // Психология и психопатология кожи. – М.: Когито-Центр, 2011. – 384 с.

2. Ван дер Харт О. Призраки прошлого: Структурная диссоциация и терапия последствий хронической психической травмы [Текст] / Ван дер Харт О., Э.Р. С. Нейенхюус, К. Стил. – М.: Когито-Центр, 2016. – 496 с.

3. Взгляд на аллергию и кожные заболевания с позиции Германской Новой Медицины. Кэролайн Марколин. – 2006 адаптированный перевод с дополнениями Татьяна Морозова, 2010 [Электронный ресурс] // [https://www.livejournal.com/](https://www.livejournal.com/URS:https://7freiheit.livejournal.com/415049.html) URS: <https://7freiheit.livejournal.com/415049.html> (дата обращения 21.03.2019).

4. Калшед Дональд: Травма и душа. Духовно-психологический подход к человеческому развитию и его прерыванию [Текст] /Дональд Калшед. – М.: Когито-Центр, 2017. – 488 с.

5. Пайнз Динора. Кожная коммуникация: ранние кожные расстройства и их влияние на перенос и контрперенос [Текст] /Динора Пайз // Психология и психопатология кожи. – М. : Когито-Центр, 2011. – 384 с.

6. Физиологические функции кожи. Медицинская библиотека [Электронный ресурс]// сайт: <http://medicinskaya-biblioteka.ru/> URS: <http://medicinskaya-biblioteka.ru/1061-fiziologicheskie-funkcii-kozhi.html> (дата обращения 21.03.2019).

7. Adverse Childhood Experiences Questionnaire]// site: Traumadissociation.com, URS: <http://traumadissociation.com/ace>.

8. Traumatic Antecedents Questionnaire (TAQ)]// Trauma Center is Justice Resource Institute(JRI),site:<http://www.traumacenter.org/>URS:<http://www.traumacenter.org/products/instruments.php>

9. The interrelatedness of multiple forms of childhood abuse, neglect, and household dysfunction. Dong M1, Anda RF, Felitti VJ, Dube SR, Williamson DF, Thompson TJ, LooCM, GilesWH// US National Library of Medicine, 2004. Jul; 28 (7): 771-84.

## **ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ В ИЗУЧЕНИИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ РОДИТЕЛЕЙ ИМЕЮЩИХ ДЕТЕЙ С ОВЗ.**

*Габдрахманова А.А.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Семьи, имеющие детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), испытывают специфические и более сложные психологические, педагогические, социальные, экономические проблемы, чем семьи, в которых растут здоровые дети. И поэтому нередко родители с детьми с ОВЗ находятся в состоянии хронического стресса.

Есть ряд исследований в психологической литературе, которые посвящены изучению различных копинг-стратегий у родителей с детьми с ОВЗ. Так, в своем исследовании Е.В. Хорошева установила различия по показателям жизнестойкости у родителей «особых» детей. И результаты показали, что у родителей, имеющих детей с ОВЗ этот показатель немного выше, чем у родителей здоровых детей. У родителей, воспитывающих ребенка с ОВЗ общий показатель жизнестойкости возрастает за счет компонента «принятие риска», отражающий их жизненную позицию, направленную на приобретение и накопление опыта [4].

Общим для ряда исследований взаимоотношений в семье с ребенком с ОВЗ является указание на то, что присутствие такой хронической психотравмирующей ситуации приводит к возникновению у родителей акцентуированных свойств характера и ряда индивидуальных особенностей (заниженная самооценка, неустойчивое настроение, неуверенность в себе, непринятие социальных норм и ценностей). Это происходит потому что родители выбирают неэффективные копинг-ресурсы, которые вместо того, чтобы активировать внутренние личностные ресурсы путем поиска решения проблемы приводят к применению стратегии избегания, ориентации на снятие напряжения, обусловленный стрессом, а не на преобразование условий его проявления.

В своих исследованиях М.С. Голубева и Е.Г. Бабич иллюстрируют специфику поведения родителей с детьми с ОВЗ с точки зрения их субъективной позиции, непосредственно то, какими осознанными стратегиями поведения руководствуются для совладания с трудностями и какими ресурсами пользуются для сохранения и поддержания собственного психоэмоционального благополучия и обеспечения хороших условий для полноценного психического развития своего ребенка [2, с. 115].

Тем не менее, такие родители, по-разному справляются с подобными трудностями. Одна часть родителей не может принять тот факт, что их ребенок не такой как все, для них свойственно непринятие данной

ситуации, вплоть до утраты контроля над собственным поведением, что говорит о том, что они не приспособлены к такой психотравмирующей ситуации. И результатом этого могут стать такие действия родителей как отказ от ребенка, эмоциональное неприятие или жестокое обращение. А другие родители, наоборот, прилагают всевозможные силы, для преодоления стрессового события, используют все свои личностные потенциалы для оказания помощи ребенку и сохранения собственного эмоционального благополучия [1, с. 7].

Также М.С. Голубева исследовала копинг-стратегии родителей с ребенком с ОВЗ и выявила, что стресс родителей особых детей, сопровождающий их на протяжении всей жизни, снижает уровень своей экстремальности, но не исчезает совсем. Сильная тревожность и эмоциональные переживания родителей со временем превращаются в состояние примирения и привыкания.

И когда в жизни таких родителей появляются новые события и переживания, они осознанно оценивают их как позитивные моменты, приобретающие значимость жизненных ресурсов [2, с. 112].

На основании теоретического анализа Ю.В. Прилепко выделила разные типы ориентаций семей при совладании со стрессогенной ситуаций. Семьи, имеющие фаталистическую ориентацию принимают все происходящее, как должное. Обычным способ поведения для таких семей является обвинение жертвы. В последствии постоянное чувство вины и боязнь обвинения со стороны социума ведут их к пассивной изоляции, что вызывает чувство беспомощности и отчаяния. А семьи с активной ориентацией контролируют ситуацию и стараются решать проблемы, которые им под силу изменить [3, с. 405].

Калягина Е.А. в своих трудах указывает на то, что родители, воспитывающие «особых» детей, реже используют стратегию поиска социальной поддержки, нежели чем родители детей с условной нормой развития. Такое предпочтение в выборе стратегии, с одной стороны, связано с тем, что они не уверены в компетентности социального окружения и не получают должной поддержки себя и своего ребенка. И с другой стороны они не хотят обсуждать свои трудности и посвящать посторонних людей с свои проблемы, чтоб лишний раз не заострять внимание на особенностях своего ребенка. Кроме того, родители с детьми с ОВЗ реже выбирают стиль «социальное абстрагирование» и предпочитают полное погружение в проблему.

У родителей «особенного» ребенка развита рефлексия, он проводит самоанализ событий прожитой жизни, как позитивных, так и негативных моментов. Принятие риска для них является копинг-ресурсом, который помогает оказывать сопротивление хроническому стрессу, способствуя формированию умения принимать все стороны жизни, превращать трудности и препятствия в новые возможности.

Анализ литературы, посвященной жизнестойкости и копинг-стратегиям

родителей детей с ОВЗ, свидетельствует о том, что данная проблема малоизученной и многие аспекты остаются не исследованными.

На сегодняшний день не существует единой системы психологической помощи родителям, воспитывающим детей с ОВЗ. Поэтому вопрос исследования целостного подхода психологической помощи родителям остается актуальным по сей день.

Таким образом, на данный момент существует необходимость дальнейшего изучения научных исследований по данной проблеме и создания программ по психологической помощи родителям с детьми с ОВЗ.

### *Литература*

1. Бабич Е.Г. Семья, воспитывающая ребенка-инвалида: жизненные трудности и совладание с ними [Текст] /Е.Г. Бабич // Психология человека в трудной жизненной ситуации: под. ред. д.психол.н., профессора Е.А. Петровой. – М.: РИЦ АИМ, 2010.

2. Голубева М.С. Совладающее поведение родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья [Текст] /М.С. Голубева // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. – 2006. – Том 12. – №2. – С. 111 – 115.

3. Прилепко Ю.В. Стратегии совладающего поведения родителей, имеющих детей с отклонениями в развитии [Текст] / Ю.В. Прилепко // Психология совладающего поведения : материалы Междунар. науч.-практ. конф./отв. ред.: Е. А. Сергиенко, Т. Л. Крюкова. – Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2007. – 426 с. – С. 405 – 407.

4. Хорошева Е. В. Индивидуальные ресурсы родителей нетипичного ребенка [Электронный ресурс] / Е.В. Хорошева // Инклюзивное образование: методология, практика, технологии. uRL: [http://psyjournals.ru/inclusive\\_edu/issue/44065\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/inclusive_edu/issue/44065_full.shtml)

## **НАРУШЕНИЯ ПАМЯТИ ПРИ ИНСУЛЬТАХ**

*Галямутдинова А.М.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М.Акмиллы*

Инсульт – острое нарушение мозгового кровообращения, характеризующееся внезапным (в течение нескольких минут, часов) появлением очаговой и /или общемозговой неврологической симптоматики, которая сохраняется более 24 часов или приводит к смерти больного в более короткий промежуток времени вследствие цереброваскулярной патологии. К инсультам относят инфаркт мозга, кровоизлияние в мозг и субарахноидальное кровоизлияние, имеющие этиопатогенетические и клинические различия [1].

В целом инсульт занимает второе место среди причин смерти (после острых заболеваний сердца), причём смертность у мужчин выше, чем у женщин. В начале XXI века в России отмечена тенденция к снижению ежегодной смертности вследствие инсульта, однако в других странах (в США, Западной Европе) она более существенна в связи с активным лечением артериальной гипертензии и снижением продуктов с высоким содержанием холестерина [1]. Инсульт наносит большой экономический ущерб обществу, значительно снижает качество жизни. У всех пациентов, перенёсших инсульт, в большей или меньшей степени страдают познавательные процессы.

По мнению А.Р. Лурии, высшие психические функции – сложные саморегулирующиеся рефлексы, социальные по происхождению, опосредованные по структуре и сознательные, произвольные по способу осуществления [2]. Любая деятельность человека в основе своей рефлексорна, так как осуществляется на основе отражения действительности. Структуры, осуществляющие высшую психическую деятельность, созревают самопроизвольно и подчиняются впоследствии объективным закономерностям реализации, биологически заложенным в нервную систему человека. Для осуществления высшей психической деятельности необходимо оперировать предметами и явлениями окружающего мира, знаковыми, коммуникативными системами. Содержание и уровень формируемой психики определяют тем или иным образом сложившиеся обстоятельства жизни. К высшим психическим функциям относят: память, мышление, воображение, внимание, речь, восприятие.

У всех пациентов, перенёсших инсульт, отмечаются нарушения со стороны памяти. Память – это форма психического отражения, заключающаяся в закреплении, сохранении и последующем воспроизведении прошлого опыта, делающая возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания [4]. По мнению Е.Д. Хомской память – это сохранение информации о раздражителе после того, как его действие уже прекратилось [2].

В изучение памяти внесли существенный вклад А.Н. Соколов, Н.К. Корсакова, А.Г. Симерницкая, А.Р. Лурия, Е.Д. Хомская.

В основе памяти лежат ассоциации, при этом выделяются:

- ассоциации по смыслу – в них связываются два явления, которые и в действительности постоянно связаны: причина и следствие;
- ассоциация по смежности – объединяет два явления, связанные во времени или пространстве;
- ассоциация по контрасту – связывают два противоположных явления;

– ассоциация по сходству – связывает два явления, имеющие сходные черты [4].

Память имеет огромное значение в жизни личности. Она связывает прошлое с настоящим и будущим, является важнейшей познавательной функцией, благодаря которой осуществляются другие психические процессы. После инсультов начинают страдать основные характеристики памяти: объём, быстрота запечатления и точность воспроизведения, длительность сохранения, готовность к использованию сохранённой информации. *Объём памяти* – важнейшая интегральная характеристика памяти, которая характеризует возможности запоминания и сохранения информации. В качестве показателя используют количество запомненных единиц информации. *Быстрота воспроизведения* – характеризует способность человека использовать в практической деятельности имеющуюся у него информацию. После инсультов пациенты испытывают серьёзные затруднения при попытке воспроизвести информацию, необходимую для решения даже знакомой задачи. *Точность воспроизведения* отражает способность человека точно сохранять и воспроизводить запечатлённую в памяти информацию. После инсультов в процессе сохранения в памяти часть информации утрачивается, а часть – искажается. При воспроизведении информации индивид совершает ошибки. Важнейшая характеристика памяти *длительность* отражает способность человека удерживать определённое время необходимую информацию. После инсультов пациенты не могут сохранить в течение необходимого времени нужную информацию. Если пациент запомнил всю необходимую информацию, но когда потребовалось её воспроизвести, не смог этого сделать, пострадала характеристика памяти, называемая *готовностью воспроизвести запечатлённую в памяти информацию* [3].

Нарушения со стороны памяти препятствуют успешному обучению и профессиональной деятельности. На сегодняшний день актуален вопрос организации системы помощи пациентам, перенёвшим инсульты. Во многих стационарах города Уфы открываются отделения реабилитации. В данных отделениях в состав мультидисциплинарных бригад входит нейропсихолог. Нейропсихолог занимается диагностикой и коррекцией нарушений когнитивных функций, в том числе и памяти. Необходимо отметить, что наблюдается существенный разрыв между уровнем научно-практических разработок и их применением в массовом сегменте реабилитационной системы. Следовательно, необходима консолидация усилий медицинских учреждений по решению вопроса повышения эффективности помощи пациентам с когнитивными нарушениями.

#### *Литература*

1. Верещагин Н.В., Пирадов М.А., Суслина З.А. Национальный центр инсульта – терминология [www.stroke-center.ru/professional/s2.htm](http://www.stroke-center.ru/professional/s2.htm).

2. Визель Т.Г. Основы нейропсихологии [Текст] / Т.Г. Визель. – М.: АСТАстрель Транзиткнига, 2005. – 384 с.
3. Маклаков А.Г. Общая психология [Текст] / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
4. Руденко А.М. Психология [Текст] / А.М. Руденко. – Ростов н/Д.: Феникс, 2012. – 556 с.

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ПОЖАРНЫХ**

*Гибадулина Л.Р.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Деятельность сотрудников противопожарных служб, связанная с постоянным риском и чувством ответственности за жизни людей, характеризуется высоким уровнем психических и физических нагрузок во время выполнения поставленных перед ними целей и задач. Постоянное воздействие психотравмирующих факторов на специалистов становится причиной роста профессиональных заболеваний. В этой связи особой ценностью является изучение такого феномена, как эмоциональное выгорание. Кроме того, деятельность пожарных в современных условиях работы связана с постоянным стрессом, обусловленным самой спецификой работы, ускоренным техническим прогрессом, усложнением техник, различного оборудования, вооружения, ещё большим эмоциональным давлением. Эти и многие другие факторы экстремального значения ведут к перенапряжениям психических и физиологических функций, то есть к развитию нервно-психического напряжения.

Профессия пожарного связана с риском развития выгорания. Высокий уровень нервно-психической устойчивости и саморегуляции поведения препятствуют развитию эмоционального истощения, а значительный коммуникативный потенциал снижает вероятность возникновения деперсонализации.

*Недостаточная теоретическая разработанность* данных проблем позволила сформулировать проблему исследования: взаимосвязь нервно-психической устойчивости и эмоционального выгорания сотрудников экстренных служб.

Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) – это реакция организма, которая возникает вследствие длительного воздействия профессиональных стрессоров средней интенсивности [3]. Впервые синдром эмоционального выгорания глубоко исследовал американский

психиатр Герберт Дж. Фрейденберг в 1974. Он описывал термином «выгорание» состояния деморализации, разочарования и крайней усталости. Американский социальный психолог Кристина Маслач в 1976 определила это состояние как синдром физического и эмоционального истощения, сопровождающегося развитием заниженной самооценки, негативных мыслей о работе, утратой понимания и сочувствия по отношению к клиентам или пациентам [3].

Под нервно-психической устойчивостью (НПУ) понимается интегральная группа врожденных и приобретенных личностных качеств, которые обеспечивают наилучшее функционирование человека в неблагоприятных условиях профессиональной среды [4]. В.М. Писаренко считает, что НПУ – это свойство личности, обеспечивающее постоянство стенических эмоций при влиянии тех или иных стрессоров. Л.М. Аболин понимает под НПУ стабильность продуктивности деятельности, проявляемой в опасных и напряженных условиях. О.А. Сиротин отмечает, что нервно-психическая устойчивость включает в себя способность человека успешно выполнять трудоемкие и ответственные задачи в эмоциогенной ситуации [1].

Цель исследования – изучить взаимосвязь нервно- психической устойчивости и эмоционального выгорания сотрудников противопожарных служб.

Для реализации цели исследования использовалась методика опросник на диагностику профессионального выгорания К. Маслач (в адаптации Н.Е. Водопьяновой). Группу испытуемых составили пожарные-спасатели в возрасте 25-55 лет. В исследовании приняли участие 50 мужчин с разным стажем службы. Базами исследования послужили Пожарно-спасательная часть №1 Ленинского района г. Уфы и Пожарная часть №7 г. Уфы.

Результаты исследования представлены в таблице 1.

Таблица 1

*Коэффициенты корреляции НПУ со шкалами выгорания*

	НПУ
	Коэффициент корреляции
Эмоциональное истощение	- 0,001
Деперсонализация	0,050
Редукция достижений	0,011

Из приведённых в таблице 1 данных можно сделать вывод о том, что между нервно-психической устойчивостью и эмоциональным истощением существует слабая отрицательная корреляция. То есть при повышении уровня нервно-психической устойчивости понижается уровень эмоционального истощения и психическая истощаемость.

Корреляция между деперсонализацией и НПУ отсутствует ( $p > 0.05$ ), такие качества и особенности как деструктивные взаимоотношения с окружающими людьми, циничное и высокомерное поведение, эмоциональное отстранение и безразличие никак не влияют на нервно-психическую устойчивость и не зависят от неё.

Между шкалой эмоционального выгорания «Редукция профессиональных достижений» и нервно-психической устойчивостью также отсутствует корреляция ( $p > 0.05$ ). Это говорит о том, что уровень нервно-психической устойчивости никак не влияет на степень удовлетворенности работника собой как личностью и как профессионалом.

Таким образом, анализ взаимосвязи НПУ и эмоционального выгорания показал, что между такими шкалами выгорания как деперсонализация и редукция профессиональных достижений, и нервно-психической устойчивости корреляции не существует. Оценка своей продуктивности, снижение или повышение своей профессиональной мотивации, а также высокомерное поведение не зависят от уровня НПУ и никак на него не влияют.

Незначительная отрицательная корреляция выявилась между НПУ и эмоциональным истощением. При понижении уровня нервно-психической устойчивости пожарный начинает терять интерес к работе и окружающим, уровень удовлетворенности жизнью в целом падает.

#### *Литература*

1. Ильин Е.П. Эмоции и чувства [Текст] / Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург: Питер, 2016. – 784 с.
2. Карамова Э.И. Проявления эмоционального выгорания у пожарных с разными личностными особенностями [Текст] / Э.И. Карамова // Символ науки. – 2016. – №11. – С. 164 – 168.
3. Королева Е.Г. Синдром эмоционального выгорания [Текст] / Е.Г. Королева // Журнал Гродненского государственного медицинского университета. – 2007. – №3. – С. 108 – 111.
4. Мананкова О.А. Нервно-психическая устойчивость и психологическая готовность военнослужащих к использованию оружия [Текст] / О.А. Мананкова, И.В. Бенедик // Студенческий: электронный научный журнал. – 2017. – № 6(6). – С. 15-21.
5. Овчарова Р.В. Влияние специфики профессиональной деятельности на эмоциональное выгорание сотрудников МЧС [Текст] / Р.В. Овчарова // Вестник Курганского государственного университета. – 2017. – №9. – С. 73-79.
6. Ширванов А.А. Факторы профессионального «выгорания» сотрудников МЧС России [Текст] / А.А. Ширванов, Е.В. Камнева // Научные и образовательные проблемы гражданской защиты. – 2016. – №29. – С. 105 – 108.

## ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ У ПОДРОСТКОВ, СОСТОЯЩИХ В ГРУППАХ АГРЕССИВНОГО СОДЕРЖАНИЯ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ

*Гильманова А.Р.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Подростковый возраст является рубежом между детством и зрелостью, которая связана с возрастом участия человека в социальной жизнедеятельности [3]. Специальное положение подросткового возраста в формировании личности ребенка отображено в названиях: «переходный», «кризисный». В данных терминах отражена сложность и значительность происходящих в данном возрасте процессов развития [4].

Нынешнее молодое поколение имеет доступ к любой информации через социальные сети и Интернет и зачастую они воспринимают любые сведения как истину [2]. В связи с этим, актуальность исследования связана с вопросом: «Насколько социальные сети и СМИ могут способствовать изменению эмоциональной сферы подростков?».

Вопросам изучения понятия агрессивности, психологических особенностей агрессии в подростковом возрасте посвящены исследования Абрамовой Г.С., Глоточкина А.Д., Иванова Е.Я., Кондрашенко В.Т., Потанина Г.М., феномен интернет-аддикции изучали Войскунский А. Е., Панкова Т. В., Сергеева Н.В; виртуальную коммуникацию Арестова О. Н., Жичкина А. Е.

В исследовании была предпринята попытка выявить особенности эмоциональной сферы подростков, состоящих в группах агрессивного содержания «ВКонтакте».

Гипотеза исследования связана с предположением, что подростки, состоящие в группах «ВКонтакте» агрессивного содержания более агрессивны, нежели их сверстники, не состоящие в них.

В исследовании приняли участие 50 школьников 8 и 9 классов МБОУ «Лицей №96» г. Уфы в возрасте 14 – 15 лет.

На предварительном этапе изучения выборка учащихся разделена на две группы путем анкетирования, соответственно: подростки, состоящие в группах агрессивного содержания «ВКонтакте» и не состоящие в них. Представим результаты анкетирования:

– 100% испытуемых зарегистрированы в социальной сети «ВКонтакте»; 82% проводят в социальных сетях от 3 – 5 часов в день, 11% – от 5-7 часов/д, 7% – от 7– 9 часов/д;

– Преобладающие группы, в которых состоят подростки – 91% в популярных развлекательных, 7% – в популярных с определенной тематикой, и лишь 2% – в непопулярных «домашних»;

– 77% подросткам попадались записи/фотографии, содержащие агрессию (насилие)/призыв к этому, из них 58% испытывали при этом

безразличие, 40% – радость (смех), 2% – гнев. Остальным 23% испытуемых не попадались такие записи.

Проанализировав первичные данные переменных агрессии среди подростков, представим результаты Опросника «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут в таблице 1.

Таблица 1

Выраженность средних значений агрессивности у подростков (опросника «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут), ср.зн.

Виды агрессивности	Подростки, состоящие в группах агрессивного содержания	Подростки, не состоящие в группах агрессивного содержания	Значения агрессивности подростков, состоящих в группах агрессивного содержания %	Значения агрессивности подростков, не состоящих в группах агрессивного содержания %
Общая	18,65	11,5	93,25	57,5
Вербальная	3,95	2,35	19,75	11,75
Физическая	3,85	2,15	19,25	10,75
Предметная	3,55	2,1	17,75	10,5
Эмоциональная	3,2	2,05	16,0	10,25
Самоагрессия	4,1	2,85	20,5	14,25

Из таблицы следует, что все виды агрессии, а именно вербальная, физическая, предметная, эмоциональная, общая агрессивность и самоагрессия у подростков, состоящих в группах агрессивного содержания превышают средние нормативные значения подростков, которые не состоят в таких группах.

Наиболее выраженными являются виды агрессивности: общая 93,25% и 57,5% и самоагрессия 20,5% и 14,25%. Затем представлена вербальная агрессивность 19,75% и 72,5%. Менее выражены физическая, предметная и эмоциональная агрессивность.

Результаты исследования и анализа среднего арифметического для подростков, состоящих и не состоящих в группах агрессивного содержания представлено в таблице 2. Достоверность и обоснованность результатов исследования были обеспечены применением метода математической статистики – U-критерия Манна-Уитни.

Из данных представленных в таблице 2 видно, что у подростков, состоящих в группах агрессивного содержания и не состоящих в них, обнаружены различия по следующим переменным:

– переменная «Общая агрессивность». Средние значения в группах достигли достоверно значимых различий ( $p=0,000$ , 1 группа – 27,08; 2 группа – 13,93). Это говорит о том, что подростки, состоящие в группах агрессивного содержания «Вконтакте» и просматривающие

каждый день новостную ленту агрессивного содержания, более склонны демонстрировать поведение, противоречащее нормам сосуществования людей, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический, моральный ущерб людям, по сравнению с подростками, не состоящими в группах агрессивного содержания «Вконтакте».

Таблица 2

Сравнение средних значений переменных агрессивности подростков, состоящих в группах агрессивного содержания (N=20) и подростков, в них не состоящих (N=20)

№	Компоненты	Переменные	Показатели переменных		U	Z	P
			Состоят	Не состоят			
1	Агрессивность	<b>Общая</b>	<b>27,08</b>	<b>13,93</b>	<b>68,500</b>	<b>-3,565</b>	<b>0,000</b>
2		<b>Вербальная</b>	<b>25,53</b>	<b>15,48</b>	<b>99,500</b>	<b>-2,754</b>	<b>0,006</b>
3		<b>Физическая</b>	<b>24,68</b>	<b>16,33</b>	<b>116,500</b>	<b>-2,286</b>	<b>0,023</b>
4		<b>Предметная</b>	<b>24,60</b>	<b>16,40</b>	<b>118,000</b>	<b>-2,281</b>	<b>0,026</b>
5		Эмоциональная	24,08	16,93	128,500	-1,971	0,052
6		<b>Самоагрессия</b>	<b>24,38</b>	<b>16,63</b>	<b>122,500</b>	<b>-2,150</b>	<b>0,035</b>

**Примечание:** статистически значимые различия на уровне не ниже  $p < 0,05$  выделены жирным шрифтом.

– переменная «*Вербальная агрессивность*». Средние значения в группах достигли достоверно значимых различий ( $p=0,006$ , 1 группа – 25,53; 2 группа – 15,48). Это указывает на то, что подростки, состоящие в группах агрессивного содержания «Вконтакте» предпочитают вербально, словами, выразить свое агрессивное отношение к другому в сравнении с подростками не состоящими;

– переменная «*Физическая агрессивность*». Средние значения в группах достигли достоверно значимых различий ( $p=0,023$ , 1 группа – 24,68; 2 группа – 16,33). Это говорит о том, что подростки, состоящие в группах агрессивного содержания «Вконтакте» склонны больше, чем подростки, не состоящие в этих группах физически выражать свою агрессию по отношению к другому и могут применить грубую физическую силу;

– переменная «*Предметная агрессивность*». Средние значения в группах достигли достоверно значимых различий ( $p=0,026$ , 1 группа – 24,60; 2 группа – 16,40). Это свидетельствует о том, что подростки, состоящие в группах агрессивного содержания «Вконтакте» склонны

больше срывать свою агрессию на окружающих предметах, нежели их сверстники, не состоящие в таких группах;

– переменная «*Самоагрессия*». Средние значения в группах достигли достоверно значимых различий ( $p=0,035$ , 1 группа – 24,38; 2 группа – 16,63). Это говорит о том, что подростки, состоящие в группах агрессивного содержания «Вконтакте» не находятся сами с собой в мире, согласии, у них отсутствуют или ослаблены механизмы защиты «Я».

Таким образом, анализ склонности к агрессивному поведению среди подростков, состоящих в группах агрессивного содержания «Вконтакте» и не состоящих в них показал, что подростки, которые состоят в агрессивных группах больше подвержены агрессивному поведению, что может быть связано с тем, что такие подростки каждый день читают, воспринимают новости, картинки агрессивного содержания и это влияет на их психику отрицательно. Такие подростки склонны больше вербально или физически выражать свою агрессивность.

#### *Литературы*

1. Бандура А. Подростковая агрессия [Текст] / А. Бандура, Р. Уолтерс. – М.: 2000. – 512 с.

2. Журавлев В.С. Почему агрессивны подростки [Текст] / В.С. Журавлев. – М.: СоцИс № 2, 2001. – С.18 – 19.

3. Палагина Н.Н. Психологическое развитие и возрастная психология [Текст] /Н.Н. Палагина. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2012. – 345 с.

4. Платонова Н.М. Агрессия у детей и подростков: учебное пособие [Текст] / под ред. Н.М. Платоновой. – СПб.: Питер, 2012. – 336 с.

## **ЗРИТЕЛЬНОЕ ВОСПРИЯТИЕ В НЕЙРОПСИХОЛОГИИ**

*Гиниятова А.И.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Зрительные агнозии – расстройства зрительного восприятия, возникающие при поражении корковых структур задних отделов больших полушарий и протекающие при относительной сохранности элементарных зрительных функций (остроты зрения, полей зрения, цветоощущения).

В нейропсихологии зрительное восприятие исследуется как сложная психическая деятельность. Методик, используемых для исследования зрительного предметного восприятия, очень много. При выполнении методик испытуемым предлагается решать различные по сложности гностические задачи, работать с разными вариантами стимулирующего материала.

Если здоровый человек, глядя на картинку или предмет, без труда концентрируется на ней, отмечая для себя какие-либо детали, сравнивая их, и как следствие определяет ее назначение или свойство, то у больных с повреждениями заинтересованных структур затылочных отделов мозга это вызывает затруднения. Больной с локальными повреждениями затылочных отделов мозга не концентрирует свой взгляд на целом объекте, а лишь на какой-либо отдельной детали, бросившейся в глаза. И по ней старается определить функциональное предназначение данного объекта [1].

Формы зрительного расстройства:

1. Предметная агнозия. В большинстве случаев встречается у больных с повреждениями затылочно-теменных отделов мозга. Характеризуется тем, что больной может охарактеризовать какие-либо отдельные черты предмета, его части, но отсутствует целостность восприятия самого предмета и его назначение [2].

2. Лицевая агнозия. Проявляется при повреждениях (у правшей) правого полушария мозга. Больной с таким нарушением не воспринимает лица людей ни вживую, ни на фотографиях. Возможно, больной даже не узнает и себя в отражении зеркала.

3. Оптико-пространственная агнозия. У больных с данным видом нарушения зрительного восприятия отсутствует ориентированность в окружающей среде. Они не могут указать право/лево, верх/низ. Не осознают окружающее их. Такие больные чаще всего не умеют рисовать, так как не могут передать на картине целостность происходящего вокруг [3].

4. Буквенная агнозия. Возникает при поражении (у правшей) левого полушария мозга. У больных данное нарушение проявляется тем, что они могут нарисовать букву, но назвать ее не смогут.

5. Цветовая агнозия. Встречается при повреждении (у правшей) правого полушария головного мозга. Больной может назвать цвета, отличает их, но применить к конкретному предмету, сопоставить с предметом не может.

6. Симультанная агнозия. Возникает (у правшей) при правостороннем поражении затылочно-теменных отделов мозга. Больной не может расценивать и характеризовать все происходящее вокруг в целом. Только отдельную часть, отдельный объект. Данное нарушение зрительного восприятия можно проследить при рисовании или чтении [3].

Одновременно все нарушения зрительного восприятия у больных не встречаются.

Разработано множество методик для диагностики зрительного восприятия у больных с поражением лобных долей мозга. Большинство проб были специально нарисованы художником по заказу А.Р. Лурии. Методики разделяются по степени сложности. Наиболее сложной

считается методика, где больному должен по отдельному фрагменту незавершенной картинке определить, что это за предмет.

В нейропсихологии высшие психические функции человека досконально изучены. Выявлена полная взаимосвязь нарушения зрительного восприятия у больных с повреждениями головного мозга. Роль правого и левого полушария головного мозга в передаче изображения окружающего не одинакова.

#### *Литература*

1. Балашова Е.Ю. Нейропсихологическая диагностика в вопросах и ответах [Текст] / Е.Ю. Балашова, М.С. Ковязина. – М: Изд-во Генезис, 2012. – 239 с.

2. Визель Т.Г. Основы нейропсихологии: учеб. для студентов вузов [Текст] / Т.Г. Визель. – М.: АСТАстрель Транзиткнига, 2005. – 384 с.

3. Лурия А.Р. Высшие корковые функции человека и их нарушения при локальных поражениях мозга [Текст] / А.Р. Лурия. – М: Изд-во Московского университета, 1962. – 431с.

## **ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО И ГУМАНИТАРНОГО ПРОФИЛЯ**

*Гнездилова К.С.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

В современном обществе показатель эмоционального интеллекта стремительно падает, тогда как IQ растет. Особенно часто это явление наблюдается у молодых людей и подростков. Увеличиваются случаи депрессии, эмоциональной несдержанности, вспышки немотивированной жестокости. Такие ситуации становятся одной из характерных особенностей нашего времени.

Все это привело к тому, что эмоциональный мир человека стал объектом пристального изучения. Большинство людей рационально относятся к жизни, поэтому проблема в понимании выражении своих эмоций и эмоций партнера стоит наиболее остро. Решить эту проблему можно с помощью развития навыков эмоциональной компетентности.

Уровень эмоционального интеллекта индивида часто называют «коэффициентом эмоционального интеллекта» или EQ (ЭК, эмоциональный коэффициент).

Способность воспринимать и выражать эмоции, понимать их и объяснять, ассимилировать эмоции и мысли, регулировать собственные эмоции и эмоции других людей- в таком значении впервые употребили термин «эмоциональный интеллект» Джон Майер и Питер Сэловей.

К концепции эмоционального интеллекта привлек внимание Дэниел Голмен. Он утверждал, что примерно 80% успеха, который не определяется тестами на IQ, обусловлено другими свойствами, одним из которых является эмоциональный интеллект.

Бар-Он выделил пять сфер компетентности, которые можно отождествить с пятью компонентами эмоционального интеллекта: познание себя, навыки межличностного общения, способность к адаптации, управление стрессовыми ситуациями, преобладающее настроение. Каждый из этих компонентов состоит из нескольких субкомпонентов. На их основе Бар-Он разработал опросник для измерения эмоционального интеллекта, называющийся EQ-i (Emotional Quotient Inventory).

Еще одним из исследователей, который занимался методической основой эмоционального интеллекта, является Н. Холл. На основе уже имеющихся теоретических представлениях об эмоциональном интеллекте, он составил тест, с помощью которого можно определить личностные характеристики, позволяющие распознавать эмоции окружающих, а также наблюдать изменения своих чувств и эмоций.

В исследовании уровня эмоционального интеллекта приняли участие 60 студентов колледжа. 30 студентов гуманитарного профиля и 30 студентов технического.

В ходе исследования с помощью теста эмоционального интеллекта Холла у студентов гуманитарного профиля были выявлены следующие показатели, они продемонстрированы в таблице 1.

Таблица 1

Выраженность эмоционального интеллекта у студентов гуманитарного профиля по тесту «Эмоциональный интеллект» Холла (n/%)

Уровни эмоционального интеллекта	Процентное соотношение (%)
Высокий	-
Средний	50
Низкий	50

Мы определили следующее: 50 % подростков от выборки имеют средний уровень эмоционального интеллекта; 50 % подростков от опрошенных, имеют низкий уровень эмоционального интеллекта; и ни один из исследуемых не обладает высоким уровнем эмоционального интеллекта.

Проведя анализ полученных данных, мы выяснили, что у студентов гуманитарного профиля распределения получились 50/50. Половине студентам свойственен средний уровень эмоционального интеллекта, т.е. им частично характерны такие черты, как отслеживание своих и чужих

эмоций, они могут улавливать знаки в общении и извлекать пользу от негативных эмоций.

Низким уровнем эмоционального интеллекта обладают половина от выборки подростков, т.е. они с трудом могут отбросить негативные переживания, им сложно распознавать эмоции других, им мало свойственно сопереживание, не способны принять чувства других, а значит, не могут поставить себя на место другого человека.

Нами не было выявлено подростков, которые были бы способны максимум управлять и отслеживать свои эмоции, извлекать из них опыт и успокаивать окружающих, абстрагироваться от негатива и выйти на позитивный настрой.

Далее были проведены исследования с помощью теста эмоционального интеллекта Холла у студентов технического профиля и были выявлены следующие показатели, они продемонстрированы в таблице 2.

Таблица 2

Выраженность эмоционального интеллекта у студентов технического профиля по тесту «Эмоциональный интеллект» Холла (n/%)

Уровни эмоционального интеллекта	Процентное соотношение (%)
Высокий	6,6
Средний	20
Низкий	73,4

Мы определили следующее: 73,4 % подростков от выборки имеют низкий уровень эмоционального интеллекта; 20 % подростков от опрошенных имеют низкий уровень социального интеллекта и 6,6 % студентов имеют высокий уровень эмоционального интеллекта.

Проведя анализ полученных данных, мы выяснили, что большинству подростков свойственен низкий уровень эмоционального интеллекта (73,4 %). Это означает, что они не распознают зарождающихся негативных эмоций, у них ограниченный эмоциональный словарь, они обидчивы и не могут определять состояние окружающих.

Среднем уровнем эмоционального интеллекта обладают 20 % студентов технического профиля, т.е. они частично могут отслеживать свои и чужие эмоции, улавливать знаки в общении и извлекать пользу от негативных эмоций.

Высоким показателем эмоционального интеллекта обладают 6,6 % студентов технического профиля. Это может говорить, что они могут наблюдать за своими эмоциями и не поддаваться им, обладают широким словарным запасом на тему эмоций. Они способны отличить раздражение, негодование, грусть, злость, волнение, тревогу.

Исходя из исследования можно сделать вывод, что всего лишь 3 % студентов обладают высоким уровнем эмоционального интеллекта, 35 % студентов имеют средний уровень эмоционального, остальные 62 % студентов с низким уровнем эмоционального интеллекта. Это говорит о том, что необходимо развивать и повышать навыки эмоциональной компетентности среди подростков. Именно это будет способствовать сокращению конфликтов, жестокости и агрессивного поведения у молодого населения.

### *Литература*

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии [Текст] / И. Н. Андреева. – Новополюцк: ПГУ, 2011. – 388 с.
2. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта [Текст] / Д. Голуман. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2005. – 304 с.
3. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте [Текст] / Д.В. Люсин, Д.В. Ушакова // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования. – М.: Институт психологии РАН, 2012. –С. 29 – 36.
4. Мэйер Дж. Эмоциональный интеллект [Текст] / Дж. Мэйер, П. Сэловэй, Д. Карузо. – М.: Институт психологии РАН, 2010. –146 с.

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭГО-ИДЕНТИЧНОСТИ И ГОТОВНОСТИ К БРАКУ**

*Давлетбаева Ю.В.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

В период юношества формируются психологические задатки для дальнейшего самоопределения. На сегодняшний день взрослеющий человек особенно уязвим в плане поисков варианта позитивной идентичности. Юноши и девушки, у которых происходит формирование образа окружающего их мира, особенно чувствительны к кризисам социального устройства общества. Они находятся в центре изменений в политических, экономических и социальных сферах. В этой непростой обстановке юношам и девушкам важно суметь выстроить свою эго-идентичность, которая представляет собой целостность, определенность Я, участвующая в процессе самореализации [2].

Ещё одной особенностью юношеского возраста является то, что это время поиска партнёра и подготовки к браку. Готовность к браку представляет собой систему социально-психологических установок личности, которая определяет эмоционально-положительное отношение к семейному образу жизни, ценностям супружества [1].

*Целью* данного исследования является изучение взаимосвязи эго-идентичности и готовности к браку у юношей и девушек.

*Гипотеза исследования:* существуют взаимосвязь эго-идентичности и готовности к браку у юношей и девушек: чем лучше развиты конструктивные аспекты эго-идентичности, тем выше готовность к браку у юношей и девушек;

Методики, с помощью которых мы получили данные для эмпирического исследования: «Я-структурный тест» Аммона, «Рольевые ожидания и притязания» (РОП) А.Н. Волковой, «Мотивы вступления в брак» С. И. Голод, Тест-карта оценки готовности к семейной жизни И.Ф. Юнды. Полученные данные были обработаны с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

*Эмпирическая база исследования:* факультет психологии ФГБОУ ВО «БГПУ им. М. Акмуллы».

*Выборка исследования:* студенты в количестве 60 человек в возрасте 18 – 23 лет: 30 юношей и 30 девушек.

Коэффициент ранговой корреляции Спирмена позволил выявить корреляцию между эго-идентичностью и готовностью к браку.

Мы видим, что:

– юноши с хорошо развитой конструктивной агрессией придают большое значение социальной активности, а вот внешняя привлекательность супруги для них не важна;

– юноши с высокой дефицитарной агрессией не придают значения хозяйственно-бытовой функции семьи, внешней привлекательности партнёра, а также у них слабо развита общая готовность к браку;

– юноши с высокими показателями конструктивной тревожности уделяют большое внимание хозяйственно-бытовой функции, функции эмоциональной поддержки, личностной идентификации с супругом, а также у них хорошо развита общая готовность к браку;

– юноши с высокой деструктивной тревогой пренебрегают значимостью хозяйственно-бытовой функции, а также имеют плохо развитую готовность к браку;

– юноши с сильно развитой дефицитарной тревогой уделяют большое внимание хозяйственно-бытовой функции и имеют слабо развитую готовность к браку;

– юноши с хорошо развитым конструктивным внешним отграничением Я придают большое значение личностной идентификации с супругой, хозяйственно-бытовой функции, внешней привлекательности супруги;

– для юношей с сильно развитым конструктивным внутренним отграничением Я большое значение имеют социальная активность и внешняя привлекательность супруги;

– юноши с развитым деструктивным внутренним отграничением Я не уделяют большого внимания внешней привлекательности супруги;

- юноши с развитым деструктивным внутренним отграничением Я не придают большого значения личностной идентификации с супругой, хозяйственно-бытовой и родительско-воспитательской функциям семьи, внешней привлекательности супруги;

- юноши с развитым конструктивным нарциссизмом придают большое значение функции эмоциональной поддержки и внешней привлекательности супруги.

- юноши с высокими показателями дефицитарного нарциссизма не придают большого значения внешней привлекательности супруги, а также имеют слабо развитую общую готовность к браку.

Таким образом, мы видим, что у юношей большинство конструктивных показателей агрессии, тревоги, внешнего и внутреннего отграничения Я, нарциссизма указывают на высокие ролевые ожидания и притязания в таких сферах, как: личностная идентификация с супругом, хозяйственно-бытовая сфера, социальная активность, эмоционально-психотерапевтическая сфера, внешняя привлекательность, а также на высокую общую готовность к браку. Деструктивные и дефицитарные компоненты указывают на низкие ожидания и притязания в таких сферах, как: личностная идентификация с супругом, хозяйственно-бытовая сфера, родительско-воспитательская сфера, социальная активность, эмоционально-психотерапевтическая сфера, внешняя привлекательность, а также на плохо развитую общую готовность к браку.

Мы видим, что:

– девушки с хорошо развитой конструктивной агрессией придают большое значение личной идентификации с супругом, хозяйственно-бытовой сфере семьи, функции эмоциональной поддержки, а также у них хорошо развита общая готовность к браку;

– девушки с сильно развитой дефицитарной тревогой уделяют большое внимание функции эмоциональной поддержки;

– девушки с хорошо развитым конструктивным внешним отграничением Я придают большое значение личностной идентификации с супругом;

– девушки с развитым деструктивным внешним отграничением Я не придают большого значения личностной идентификации с супругом, функции эмоциональной поддержки, а также имеют слабо развитую общую готовность к браку;

– для девушек с сильно развитым конструктивным внутренним отграничением Я большое значение имеет родительско-воспитательская функция семьи, а также у них хорошо развита общая готовность к браку;

– девушки с развитым конструктивным нарциссизмом придают большое значение личной идентификации с супругом, функции эмоциональной поддержки и внешней привлекательности супруга, а также у них хорошо развита общая готовность к браку;

– девушки с деструктивной сексуальностью не придают большого значения личной идентификации с супругом и родительско-воспитательской функции;

– для девушек с дефицитарной сексуальностью важна хозяйственно-бытовая функция.

Таким образом, мы видим, что у девушек большинство конструктивных показателей агрессии, тревоги, внешнего и внутреннего отграничения Я, нарциссизма указывают на высокие ролевые ожидания и притязания в таких сферах, как: личностная идентификация с супругом, хозяйственно-бытовая сфера, родительско-воспитательская сфера, эмоционально-психотерапевтическая сфера, внешняя привлекательность, а также на высокую общую готовность к браку. Деструктивные компоненты внешнего отграничения Я и сексуальности указывают на низкие ожидания и притязания в таких сферах, как: интимно-сексуальная сфера, личностная идентификация с супругом, родительско-воспитательская сфера, эмоционально-психотерапевтическая сфера, внешняя привлекательность, а также на плохо развитую общую готовность к браку.

Итак, в результате проведённого корреляционного анализа, было выяснено, что большинство конструктивных показателей агрессии, внешнего и внутреннего отграничения Я и нарциссизма указывают на высокие ролевые ожидания и притязания в таких сферах, как: личностная идентификация с супругом, хозяйственно-бытовая сфера, эмоционально-психотерапевтическая сфера, внешняя привлекательность, а также на высокую общую готовность к браку как у юношей, так и у девушек. Деструктивные и дефицитарные компоненты внешнего отграничения Я указывают на низкие ожидания и притязания в таких сферах, как: эмоционально-психотерапевтическая сфера, а также на плохо развитую общую готовность как у юношей, так и у девушек.

#### *Литература*

1. Арапова П. И. Образ будущего и выбор жизненного пути в юношеском возрасте [Текст] / П. И. Арапова // Вестник ПСТГУ: Педагогика. Психология. – 2015. – №1 (36). – С. 122 – 129.

2. Дашкевич И. С. Проблемы готовности к браку современной молодежи [Текст] / И. С. Дашкевич, Т. А. Македон, О. О. Пименова // Психолого-педагогические особенности семьи XXI века: коллективная научная монография. – Ульяновск: Зебра, 2016. – С. 81- 90.

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЖЕНЩИН В УСЛОВИЯХ МАТЕРИНСТВА

*Давлетшина Л.Ф.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

В публикациях современной научной литературы отмечена тенденция многих авторов обращаться к вопросам женского благополучия. Наблюдается значительный рост исследований, посвященных психологическому благополучию человека, удовлетворенности своей жизнью, самореализации в различных сферах жизнедеятельности. Женское психологическое благополучие складывается из многих факторов: из традиций родительской семьи, собственного детства, взросления, осознания себя как женщины, брака, материнства, воспитания детей, личных достижений и социальной успешности. Невозможно переоценить важность психологического благополучия женщины-мамы, которая растит и воспитывает детей, новое поколение, вкладывает все свои силы на то, что бы ее дети выросли счастливыми, здоровыми, успешными людьми, членами общества, что также немаловажно. В современных условиях, когда отмечается падение количества официально зарегистрированных браков, ранних браков, увеличение детей, рожденных вне брака, малодетности, среднего возраста вступления в брак а также общего падения рождаемости в стране, актуальным становится исследование психологического благополучия женщины-супруги и матери.

Психологическое благополучие являет собой целостное системное состояние человека или группы, представляет сложную взаимосвязь физических, культурных, социальных, психологических и духовных факторов и отражает восприятие и оценку человека, его самореализацию с точки зрения различных возможностей, а также приобретенных в процессе жизни качеств, связанных с деятельностью личности. При изучении различных источников выявляется, что сейчас определение психологического благополучия соотносится с несколькими тождественными понятиями: «субъективное благополучие», «личностное благополучие», «счастье», «оптимизм», «удовлетворенность жизнью», «комфорт». На начальных этапах изучения благополучие рассматривалось именно как эмоциональное ощущение счастья.

Рассмотрим на данный момент существующие различные теории психологического благополучия. Сегодня в мировой психологической науке все исследования благополучия делятся на две группы – гедонистическое и эвдемонистическое направления [10]. Это разделение было предложено Р.М. Райан. Именно Р. Райан и Э. Диси развили данные

определения на основе собственной классификации теорий благополучия. [7, 9].

Гедонистические теории рассмотрели понятия благополучия с точки зрения удовлетворения потребностей, уменьшения напряжения. Представитель этого течения, – Н. Бредберн заложил теоретическую основу понятия психологического благополучия, а также был убежден, что психологическое благополучие заключено в балансе между негативным и позитивным аффектами. Сторонники же гедонистического подхода (Д. Канеман, Э. Динер, М. Аргайл) изложили благополучие в основном в терминах удовлетворенности либо неудовлетворенности. Э. Динером было введено термин субъективного благополучия [7, 8]. Анализируя литературные данные, он выделил его следующие признаки: субъективность, когда благополучие существует внутри личностного опыта; позитивность измерения, когда существует наличие позитивных показателей в субъективном благополучии; глобальность измерения - субъективное благополучие обычно включает общую оценку всех граней жизни личности в период от нескольких недель до десятков лет [5].

При эвдемонистическом подходе психологическое благополучие рассматривали с точки зрения личностного роста человека – самого главного показателя психологического благополучия, по мнению сторонников этого подхода. Шестифакторная теория психологического благополучия Кэрол Рифф являет собой образец эвдемонистического подхода. Опираясь на исследования Н. Бредберна К. Рифф была разработана собственная структура благополучия [8, 7]. Она рассматривает психологическое благополучие как комплексный показатель, включающий в себя различную степень выраженности основных его слагаемых: личностный рост, самопринятие, управление средой, автономия, цели в жизни, позитивные отношения с окружающими). Эти ученые очень близко подошли к понятию психологического благополучия как феномена, которое, безусловно, включает в себя самоактуализацию и личностный рост, но фактически не были рассмотрены способы его достижения как цели гуманистической психологии. М. Селигман отметил, что высокий уровень психологического благополучия человека связан с ощущением позитивных эмоций и высокой степенью удовлетворенности жизнью, отсутствием озабоченности эмоциональными проблемами, психоэмоциональной устойчивостью, самоконтролем, энтузиазмом, преобладанием позитивных мыслей, открытым отношением к окружающему миру, любовью к себе, уважением собственного прошлого, настоящего и будущего [9, 10]. В качестве новой цели психологии он выдвинул процветание. разложил благополучие на так называемые «осуществимые условия»: вовлеченность и смысл жизни, позитивные эмоции, а самой основной человеческой потребностью объявил счастье.

По М. Аргайлу, счастье состоит из трёх независимых факторов: удовлетворенности жизнью, отсутствии отрицательных эмоций, наличии положительных эмоций [9].

Современные отечественные исследователи П. П. Фесенко и Т. Д. Шевеленкова объясняют психологическое благополучие как целостное переживание, выраженное в удовлетворенности своей жизнью и собой а также в субъективном ощущении счастья. Согласно этому подходу, благополучие – это субъективное явление, которое непосредственно зависит от системы внутренних оценок самого носителя данного переживания. В своих работах они отталкивались от идеи К. Рифф и предлагали представлять психологическое благополучие как достаточно сложное переживание человеком удовлетворенности собственной жизнью, отражающее одновременно как актуальные, так и потенциальные аспекты жизни личности [12].

Изучение психологического благополучия женщин в условиях материнства является еще одним компонентом, раскрывающим глубже понятие «психологическое благополучие». А.А. Ипатова, А.О. Тындик посвящают свою статью исследованию феномена позднего материнства [4]. Т.С. Мороз, Ю.В. Федоренко, М.В. Достойнова рассматривают факторы, влияющие на психологическое благополучие женщин в период средней зрелости. [11]. Д.В. Кузнецова анализирует изменения и новые тенденции института семьи в России [2]. Л.Э. Семенова, Т.А. Серебрякова, Ю.Е. Гарахина исследуют психологическое благополучие и опыт родительства женщин - матерей из разных типов семей. [5]. Е.И. Захарова представляет результаты сравнительного анализа родительской позиции матерей подростков, рождение ребенка у которых пришлось на разные периоды зрелости (среднюю, позднюю) [3]. В работе Н.В. Сульдяйкиной выявлены социальные факторы позднего деторождения, среди которых, повторные браки, карьера, распространение гедонистических настроений в обществе и стандартов общества потребления [6]. М.М. Авраменко раскрывает вопрос о главном предназначении женщины – материнстве [1].

Изучив теоретические взгляды, а также различные исследования, мы приходим к выводу, что как и само понятие «психологическое благополучие» и различные закономерности его зависимости от пола человека, его возраста, а также культурной принадлежности в настоящий момент изучены достаточно.

Но современные тенденции, быстро изменяющиеся реалии нашего общества показывают, что необходимы новые исследования составляющих психологического благополучия, его зависимости от различных факторов, женщин, решивших родить ребенка в зрелом возрасте, так как общее количество таких «поздних» мам неуклонно увеличивается. Важными вопросами, требующими рассмотрения

являются психическое и физическое здоровье мамы, ее ценностные установки, а также взаимодействие с детьми в условиях «позднего материнства» [3].

Таким образом психологическое благополучие женщины в различные периоды ее жизни – актуальнейший вопрос современности. В дальнейших исследованиях планируется уделить внимание психологическому благополучию поздних матерей, различных факторов на него влияющих, а также диагностическому инструментарию.

#### *Литературы*

1. Авраменко М.М. Каково самое важное предназначение женщины? [Текст] /М.М. Авраменко: Международный студенческий научный вестник. – 2016. – № 1.

2. Кузнецова Д.В. Новые тенденции института семьи: позднее материнство [Текст] /Д.В. Кузнецова // Общество, наука и инновации. сборник статей Международной научно-практической конференции 29. – 2013. Ч.4. – С. 98 –101.

3. Захарова Е.И. Особенности детско-родительских отношений матерей с детьми подросткового в условиях позднего материнства [Текст] /Е.И. Захарова // Национальный психологический журнал. – 2014. – № 4. – С. 95 – 99.

4. Ипатова А.А. Репродуктивный возраст: 30-летний рубеж в предпочтениях и биографиях [Текст] / А.А. Ипатова, А.О. Тындык // Мир России. – 2015. – №4. – С.123 – 148.

5. Семенова Л.Э. Психологическое благополучие и опыт родительства женщин-матерей из разных типов семей [Текст] /Л.Э. Семенова, Т.А. Серебрякова, Ю.Е. Гарахина // Вестник Мининского университета. – 2018. – №2. – С. 15. DOI: 10.26795/2307-1281-2018-6-2-15.

6. Сульдяйкина Н.В. Отношение женщин к позднему деторождению и материнству [Текст] / Н.В. Сульдяйкина // Огарёв-online. Электронное периодическое издание для студентов и аспирантов. – 2017. – (94). – С. 8. [Электронный ресурс].

7. Орлова Д.Г. Психологическое и субъективное благополучие: определение, структура, исследования (обзор современных источников) [Текст] /Д.Г. Орлова // Вестник ПГГПУ. – 2015. –№ 1. – С. 28 – 36.

8. Павлоцкая Я.И. Психологическое благополучие в контексте системы отношений личности [Текст] /Я.И. Павлоцкая // Теория и практика общественного развития. – 2014. – № 14. – С. 28 – 31.

9. Пахоль Б.Е. Субъективное и психологическое благополучие: современные и классические подходы, модели и факторы [Текст] /Б.Е. Пахоль // Украинский психологический журнал. – 2017. –№1 (3). – С. 80 – 104.

10. Созонтов А.Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия [Текст] // Вопросы психологии. – 2006. - № 4. – С. 105-114.

11. Т.С. Мороз Особенности психологического благополучия женщин в период средней зрелости [Текст] /Т.С. Мороз, Ю.В. Федоренко, М.В.

Достойнова // Мир науки, культуры, образования. – 2017. – № 6 (67). – С. 408 – 411.

12. Шевеленкова Т.Д. Психологическое благополучие личности (обзор концепций и методика исследования) [Текст] /Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко //Психологическая диагностика. – 2005. – №3. – С. 95 – 129.

## ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

*Давлиева А.Г.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Психические состояния являются важнейшими факторами становления психических функций и личности, ее деятельности и развития в целом [3].

Н.Д. Левитов определял психические состояния как «целостную характеристику психической деятельности и поведения человека за определенный период времени, которая показывает своеобразие психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующих состояний и свойств личности» [2].

Одно из значительных мест в нашей психической жизни занимают тревога и тревожность. В основном термин «тревога» употребляют в трех значениях: тревога как переходящее состояние, тревога как сложный процесс, включающий компоненты стресса и угрозы, тревожность как личностное свойство [1].

Тревогу как состояние рассматривает Н.Д. Левитов, считая, что в состоянии тревоги важно учитывать особенности как ситуаций, провоцирующих это состояние, так и его внешних и внутренних проявлений-переживаний, существенным образом влияющих на поведение [2].

Исследование проводилось с 60 студентами ГБПОУ СПО «Уфимский многопрофильный профессиональный колледж»: 30 девочек – подростков и 30 мальчиков – подростков, в возрасте 15-16 лет.

Цель исследования: выявить особенности проявления тревожности у подростков разного пола.

Гипотеза исследования состояла в предположении, что существуют различия в уровне проявления тревожности в зависимости от половой принадлежности.

В работе используется U-критерий Манна-Уитни для оценки различий между двумя независимыми выборками (мальчики и девочки) по уровню тревожности, измеренного количественно.

На этапе исследования испытуемым был предложен тест «Шкала реактивной и личностной тревожности» Ч.Д.Спилбергера-Ю.Л.Ханина. Анализируя полученные результаты, отметим, что между двумя группами испытуемых в показателях тревожности были выявлены различия. Результаты исследования и анализа среднего арифметического испытуемых представлены в таблице 1 и рисунке 1.

Таблица 1

Сравнение средних значений переменных тревожности девочек (N=30) и мальчиков (N=30)

№	Компоненты	Переменные	Показатели переменных		U	Z	P
			девочки	мальчики			
1	Тревожность	Ситуативная тревожность	<b>42,2</b>	<b>35,7</b>	<b>237</b>	<b>-3,15</b>	<b>0,002</b>
2		Личностная тревожность	<b>47</b>	<b>37,3</b>	<b>210,5</b>	<b>-3,55</b>	<b>0,001</b>

*Примечание:* статистически значимые различия на уровне не ниже  $p < 0,05$  выделены жирным шрифтом.

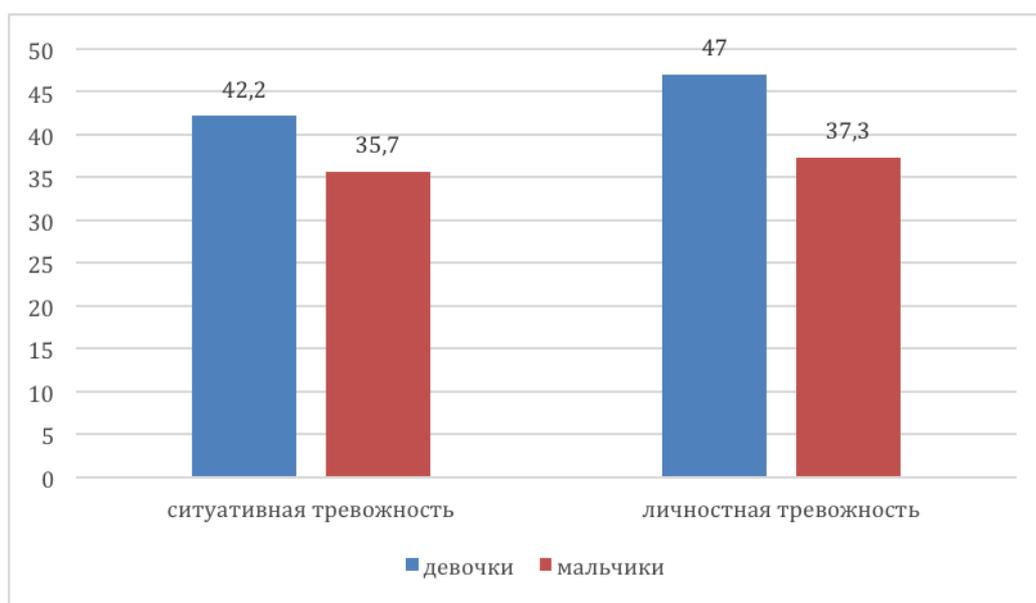


Рис.1. Диаграмма средних значений переменных тревожности девочек (N=30) и мальчиков (N=30)

Из данных представленных в таблице 1 и на рисунке 1 видно, что у испытуемых обнаружены различия по следующим переменным:

По шкале «Ситуативная тревожность» средние значения в группах достигли достоверно значимых различий ( $p=0,002$ , 1 группа – 42,2; 2 группа – 35,7). Это говорит о том, что реакция девочек на стрессовую ситуацию более интенсивная и динамичная по времени переживаемыми

эмоциями: напряжением, беспокойством, нервозностью, нежели у мальчиков.

По шкале «Личностная тревожность» средние значения в группах достигли достоверно значимых различий ( $p=0,001$ , 1 группа – 47; 2 группа – 37,3). Это говорит о том, что девочки более склонны воспринимать, практически, все ситуации, как угрожающие, и реагировать на эти ситуации состоянием сильной тревоги, по сравнению с мальчиками.

В целом можно сказать, что у испытуемых был выявлен высокий уровень тревожности. Можно предположить, что это связано с кризисами, которые сейчас переживают подростки. Я-концепция в этом возрасте противоречива, что вызывает трудности в воспитании и адекватной оценке собственных успехов и неудач, подкрепляя тем самым отрицательный эмоциональный опыт и тревожность как личностное свойство.

#### *Литература*

1. Головин С.Ю. Словарь практического психолога [Текст]. – Минск: Харвест, 2001.
2. Левитов Н.Д. Психическое состояние беспокойства, тревоги: хрестоматия [Текст] / Н.Д. Левитов. – Санкт-Петербург: Пер Сэ, 2008. – С. 75-84.
3. Спилбергер Ч. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги [Текст] / Под ред. В.М. Астапова. – СПб.: Питер, 2001.

## **ВЛИЯНИЕ ОТНОШЕНИЙ С РОДИТЕЛЯМИ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ СЕПАРАЦИЮ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

*Дунюшкина С.В., Нухова М.В.  
РФ, г. Уфа, БГПУ им. М.Акмиллы*

В данной статье мы хотим поднять проблему психологической сепарации от родителей в юношеском возрасте, оказывающей влияние на становление личности как автономной системы, которая способна принимать ответственность за себя и осуществлять свой жизненный путь с опорой на собственные взгляды, убеждения, желания и нужды.

Процесс психологической сепарации в литературе по семейной психологии рассматривается как процесс отделения ребенка от своих родителей, от своей семьи.

Для родителя данное событие свидетельствует о том, что их основная функция в роли воспитателя подходит к завершающему этапу. Одни это событие воспринимают с гордостью, анализируя, кем стал их

ребенок, и какие возможности теперь перед ним открыты, другие воспринимают это как трагедию, у них возникает экзистенциональное состояние страха одиночества и потери контроля.

Ребенку этот процесс также дается нелегко, ему приходится самому принимать решения, опираться на собственные убеждения, брать ответственность за свою жизнь. Важным для обеих сторон является умение выстроить взаимоотношения на новом уровне.

Процессы психологической сепарации протекают непросто. Этапы данного процесса могут сопровождаться семейными кризисами, незавершенность психологической сепарации сводит функционирование как родителя, так и ребенка на очень низкий уровень.

Высокая степень прохождения гармоничной психологической сепарации от родителей в юношеском возрасте обуславливается большим количеством факторов, к которым относятся: благополучие функционирования родительской семьи, надежный тип привязанности к родителям; доверительные, построенные на взаимном уважении отношения с родителями; тип семьи (полная или неполная). Поэтому необходимо обращать внимание и, по возможности, корректировать данные факторы с целью комфортного прохождения сепарационного процесса.

Целью нашего исследования явилось изучение психологических факторов психологической сепарацией от родителей в юношеском возрасте.

В исследовании приняли участие 60 учащихся 11 классов Башкирской гимназии №102, из них 32 девушки и 28 юношей. Возраст испытуемых составил 17-18 лет.

Мы выдвинули предположение, что особенности отношений с родителями взаимосвязаны с характером психологической сепарации от родителей в юношеском возрасте.

Для проверки выдвинутой гипотезы нами использовались Опросник психологической сепарации – Psychological Separation Inventory (PSI) И. Хоффмана в адаптации В.П. Дзукаевой и Т.Ю. Садовниковой и Опросник привязанности к родителям и сверстникам (IPPA) Дж. Армсден, М. Гренберг.

Анализируя представленную диаграмму, можно сказать, что 15% юношей и девушек имеют высокий уровень сепарации по компоненту «стиль сепарации», это означает, что данные респонденты с пониманием относятся к родителям в моменты, когда их взгляды и позиции расходятся, они уважают точку зрения родителей и не идут на конфликт.

31,7% опрошенных с высоким уровнем по поведенческой сепарации, что характеризует их как самостоятельных, способных самим решать личные вопросы, совершать значимый для них выбор без опоры на родительское мнение.

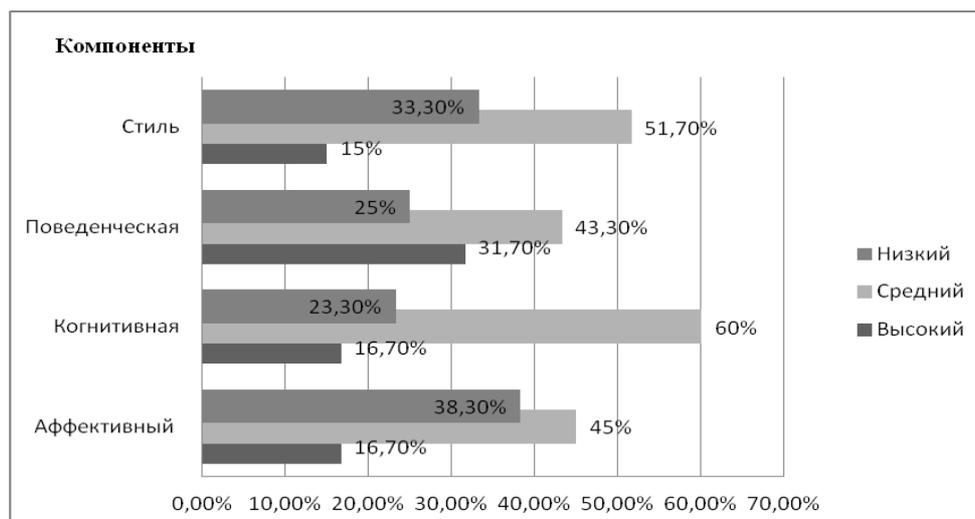


Рис. 1. Результаты диагностики психологической сепарации от родителей (%)

16,7% обладают высоким уровнем когнитивной сепарации, это говорит о том, что данная группа респондентов обладают собственными взглядами на определенные явления действительности, их точки зрения могут как пересекаться с представлениями родителями, так и иметь обособленный характер.

У 16,7% испытуемых был выявлен высокий аффективный компонент психологической сепарации, это определяет их как эмоционально независимых от родителей.

Таким образом, в юношеском возрасте по стилю, а также по всем компонентам (когнитивному, поведенческому и аффективному) преобладает средний уровень сепарации от родителей. Высокий уровень сепарации выявлен у примерно шестой части респондентов, при этом у них преобладает поведенческая сепарация.

Результаты диагностики по Опроснику привязанности к родителям и сверстникам (IPPA) Дж. Армсден, М. Гренберг представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты диагностики особенностей отношений с родителями с помощью опросника «Привязанность к родителям и сверстникам» Дж. Армсдена, М. Гренберга (N=60)

№	Шкалы	Высокие значения, (%)	Средние значения, (%)	Низкие значения, (%)
1	Доверие	28,3	55,0	16,7
2	Общение	10,0	52,4	36,6
3	Отстраненность	8,3	65,0	26,7

Из представленной таблицы видно, что по всем шкалам методики преобладают средние значения. При этом высокие значения преобладают

по шкале «доверие» (28,3%). Выраженность высоких показателей по шкалам «общение» и «отстранённость» составляет 10% и 8,3%.

По шкале «общение» у трети испытуемых наблюдаются низкие показатели (36,6%), свидетельствующие о недостаточности общения с родителями. Низкий уровень доверия встречается у 16,7% респондентов, а низкий уровень отстранённости у 26,7% испытуемых.

Для выявления взаимосвязи особенностей отношений юношей и девушек с родителями и характера психологической сепарации был использован критерий ранговой корреляции  $r_s$  - критерий Спирмена. Полученные данные представлены в таблице 2.

Таблица 2

*Результаты корреляционного анализа*

№ шкалы	Компоненты сепарации							
	Стиль сепарации		Аффективная сепарация		Когнитивная сепарация		Поведенческая сепарация	
	R	P	R	P	R	P	R	P
1	<b>0,814**</b>	<b>0,001</b>	<b>0,311*</b>	<b>0,016</b>	<b>-0,377**</b>	<b>0,003</b>	0,109	0,406
2	<b>0,466**</b>	<b>0,013</b>	<b>-0,932**</b>	<b>0,001</b>	0,095	0,239	<b>0,659**</b>	<b>0,001</b>
3	<b>0,318*</b>	<b>0,001</b>	<b>0,273*</b>	<b>0,035</b>	<b>0,255*</b>	<b>0,049</b>	<b>0,273*</b>	<b>0,035</b>

*Примечание:* статистически значимые взаимосвязи на уровне не ниже  $p \leq 0,05$  обозначены \*, не ниже  $p \leq 0,01$  - \*\* и выделены жирным шрифтом, 1 – общение, 2 – доверие, 3 – отстранённость.

В процессе корреляционного анализа были обнаружены следующие статистически достоверные положительные связи:

- стиля сепарации со всеми шкалами отношений с родителями (общение, доверие и отстранённость);
- аффективной сепарации со шкалами общение и отстранённость;
- когнитивной сепарации со шкалой отстранённость;
- поведенческой сепарации со шкалами доверие и отстранённость.

Выявлены отрицательные корреляционные связи между аффективной сепарацией и шкалой доверие к родителям и когнитивной сепарацией и шкалой общение.

Исследование показало, чем выше уровень общения с родителями, доверия между детьми и родителями и уважения личного пространства, тем легче юношам и девушкам осуществить процесс психологической сепарации от родителей в целом. При этом, чем выше уровень доверия тем труднее осуществить аффективную сепарацию, а чем теснее общение, тем труднее сепарироваться когнитивно.

Таким образом, гипотеза о том, что особенности отношений с родителями взаимосвязаны с характером психологической сепарации от родителей в юношеском возрасте, подтвердилась.

## СТРАХИ У ЖЕНЩИН С ПЕРВИЧНЫМ БЕСПЛОДИЕМ

*Еремишкина А.Р.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Страхи играют очень важную роль в нашей жизни. С одной стороны ими управляет инстинкт самосохранения, но в то же время с другой стороны страхи блокируют многие жизненные аспекты, мешая ее спокойному течению. Можно выделить основные виды страхов у женщин с первичным бесплодием имеют место:

- страх никогда не родить ребенка;
- страх одиночества;
- страх, что очередная попытка окажется неудачной;
- страх нехватки денег в период декрета.

Все эти страхи блокируют детородные функции женщины, тем самым не позволяя осуществить желаемое.

З.Фрейд разделял страхи на реальные и невротические [5]. Реальный страх присущ любому нормальному человеку. Реальный страх рационален, так как является страхом внешней опасности. Реальный страх рассматривается как инстинкт самосохранения. Но если страх превращается в чрезмерное, аффектное явление, выходящее за рамки обычной реакции на опасность, то он уже становится нецелесообразным [5]. Одно из таких состояний невротического страха, это как раз и есть страх ожидания, что, что то может случиться, человек предвидит наихудшую возможность из всех имеющихся, это становится наваждением и даже панической атакой. З.Фрейд выделил несколько форм невротического страха, а именно фобии, спонтанные приступы страха, а так же невроз страха, как описывалось выше в форме ожидания наихудшего из имеющихся результатов [5].

З.Фрейд связывал невротический страх в форме страха ожиданий с неудовлетворенной разрядкой либидо. Отклонение сексуального поведения от нормального своего проявления, проявляется на почве как психических, так и соматических процессов [4].

Щербатых Ю.В. тоже классифицировал страхи на: биологические, социальные и экзистенциальные страхи. К первой группе профессор относит страхи угрозы жизни, ко второй группе – изменение социального положения и третья группа связана с самой сущностью человека. Практически, все страхи, перечисленные в основных страхах женщин с первичным бесплодием можно отнести к социальным страхам, так как боязнь одиночества можно отнести именно к социализации человека, так же как потеря статуса матери и жены тоже относится к социальному статусу в обществе. Страх того, что женщина не такая как все, что ее особенность сделает ее неким изгоем среди общества. Однако нельзя не

согласиться с автором, что в каждом страхе присутствуют все три группы страхов, но все же одна из них является доминирующей [6].

Д.Карнеги как раз привел примеры в своей книге о том, как безнадежно лежащие больные тем или иным образом, начинали помогать другим нуждающимся и удивительным образом исцелялись сами. Это позволяет мозгу расслабиться и насладиться текущим моментом, раз уж все равно ничего исправить нельзя, и приговор уже вынесен, то какой смысл сохранять свои страхи и беспокойство по этому поводу [1].

В.Леви описывал как проработать страхи через тело и правильный настрой себя [2].

Ф.Риман утверждал, что каждому человеку свойственен свой индивидуальный вид страха, страх индивидуален и в нем отражаются личностные особенности каждого человека. Каждый этап развития, зрелости связан с определенными страхами, все новое в нашей жизни связано со страхами и не преодолевая их, человек просто перестал бы развиваться.

Ф.Риман выделил четыре формы страхов: страх сближения (приводит к отстраненности), страх расставания (вызывает экзистенциальную депрессию), страх изменений (приводит к навязчивой одержимости), а так же страх постоянства (страх поглощения, чрезмерной близости другого) [3]. В нашем случае по классификации Ф.Римана, страхи соответствуют форме страха расставаний, т.е. по другому страх одиночества в случае расставания с мужем, в случае отсутствия ребенка и в следствии чего отстранения от общества. В соответствии с этой формой страха, не смотря на то, что его достаточно сложно диагностировать, человека может охватить ужас и глубокая депрессия в связи с отсутствием другого [3].

Однако страхи, связанные с изменением финансового положения, изменением физиологического и внешнего состояния женщины соответствует форме страха изменений, этот страх побуждает человека устанавливать контроль над другими либо над обстоятельствами, следовать составленному плану, режиму и порядку в невротической форме.

Таким образом, страхи как помогают, так и мешают нам в реализации каких либо целей и желаний. Безусловно, с ними необходимо считаться, как с инстинктом самосохранения, но и в то же время не забывать о том, что это всего лишь страхи, в нашем случае своего рода фантазии, которые блокируют дальнейшее течение жизни в нужном русле.

#### *Литература*

1. Карнеги Д. Как перестать беспокоиться и начать жить [Текст] / Д. Карнеги. – Минск: Поппури, 2018. – 416 с.

2. Леви В. Приручение страха [Текст] /В.Леви. – СПб.: Метафора, 2006. – С. 5 – 7.
3. Риман Ф. Основные формы страха [Текст] /Ф.Риман. – М.: Алетейя, 1998. – 100 с.
4. Фрейд З. Лекции по введению в психоанализ [Текст] /З.Фрейд. – Киев: Сталкер, 2000. – 25 с.
5. Фрейд, З. Запрещение, симптом и страх (Тревога и тревожность) [Текст] / З.Фрейд.– СПб.: Питер, 2001. – С. 8 – 13.
6. Щербатых Ю.В. Психология страха: Популярная энциклопедия [Текст] / Ю.В.Щербатых. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2007. – С.127–130.

## **ОСОБЕННОСТИ ОБЩИТЕЛЬНОСТИ У КУРЯЩИХ И НЕКУРЯЩИХ СТУДЕНТОВ**

*Загидуллина Д.А.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М.Акмиллы*

Необходимость лица в общении обуславливается его обыденной жизнью, а точнее непрерывным нахождением в социуме. Без общения формирование человека останется на примитивной ступени. С ее помощью мы обмениваемся информацией, понимаем собеседника, а так же обмениваемся опытом.

Зависимость от табачных изделий является одной из главных проблем общества: для курящих проблематикой выступает общественное порицание и трудности в избавлении от пагубной привычки, для некурящих – избежать или изолировать себя от первой части населения с целью сохранения собственного здоровья, так как пассивное курение влияет на организм человека. Важно отметить, что в студенческой среде курение очень распространено.

Общительность является относительно устойчивой системой мотивационно-смысловых и регуляторно-динамических характеристик и проявляется в деятельности, общении, обуславливая их [1]. В юности завершается созревание личности, формируется мировоззрение и ценностные ориентации, происходит выбор жизненного пути, соответственно коммуникативные характеристики уже стабильны [2].

Работы, посвященные влиянию курения на личностные особенности человека, показывают, у употребляющих табак, наблюдаются низкий уровень поведенческой регуляции, раздражительность, агрессивность [3]. Что подтверждает влияние наличия зависимости от табака на личность, в особенности на его общительность.

Мы в исследовании предприняли попытку выявить различия общительности у курящих и некурящих студентов.

Гипотеза исследования: у курящих и некурящих студентов имеется специфика проявления общительности.

Предварительно для изучения общительности с помощью опроса выборка была разделена на две группы, соответственно: курящие (45%) и некурящие студенты (55%), обучающихся в УМПК.

Далее с помощью методики «Бланковый тест – общительность» А.И. Крупнова мы провели диагностику курящих и не курящих студентов с целью выяснить показатели общительности. По результатам которого, был проведен статистический анализ при помощи U–критерия Манна–Уитни. Данные обработки представлены в таблице 1.

Таблица 1

Статистический анализ достоверности различий в уровне выраженности компонентов общительности у курящих (N=27) и некурящих (N=33) студентов по критерию Манна-Уитни

Компоненты	Переменные	Средние значения		U	Z	P
		Курящие	Некурящие			
Мотивационный компонент	Социоцентричность	26,36	34,94	557	-1,82	0,21
	<b>Эгоцентричность</b>	<b>35,08</b>	<b>20,95</b>	<b>302</b>	<b>-2,04</b>	<b>0,01**</b>
Когнитивный компонент	Осмысленность	28,02	32,45	384	-1,86	0,33
	Осведомленность	33,26	28,53	428	-0,79	0,75
Продуктивный компонент	Предметность	35,50	25,50	300	-1,82	0,23
	Субъектность	29,98	33,02	564	-1,90	0,55
Динамический компонент	<b>Эргичность</b>	<b>21,64</b>	<b>36,08</b>	<b>309</b>	<b>-2,06</b>	<b>0,01**</b>
	<b>Аэргичность</b>	<b>37,22</b>	<b>28,79</b>	<b>311</b>	<b>-2,02</b>	<b>0,05*</b>
Эмоциональный компонент	Стеничность	32,02	28,95	403	-0,92	0,46
	<b>Астеничность</b>	<b>38,50</b>	<b>28,09</b>	<b>302</b>	<b>-2,04</b>	<b>0,01**</b>
Регуляторный компонент	Интернальность	30,11	30,23	439	-0,96	0,97
	Экстернальность	24,43	29,57	328	-1,18	0,71
Рефлексивно-оценочный компонент	<b>Операциональные трудности</b>	<b>35,25</b>	<b>25,75</b>	<b>313</b>	-1,24	<b>0,05*</b>
	Личностные трудности	36,81	24,34	321	-1,78	0,24

**Примечание:** статистически значимые различия на уровне не ниже  $\leq 0,05$  обозначены \*, не ниже  $p \leq 0,01$  - \*\*.

Анализ данных, приведенных в таблице, позволяет сделать следующие выводы:

Показатели переменной «эгоцентричность» мотивационного компонента в группе курящих студентов выше, чем в группе некурящих студентов. Это обозначает, что курящие студенты во время общения придерживаются намерением заниматься своими личными проблемами и удовлетворением собственных потребностей и интересов.

Показатели переменной «эргичность» динамического компонента в группе некурящих студентов выше, чем в группе курящих. Это означает, что у некурящих студентов динамические признаки общительности,

такие как сила стремлений к общению и инициативность, проявляются в большей степени, чем у курящих.

Показатели переменной «*аэргичность*» динамического компонента в группе курящих студентов выше, чем в группе некурящих. Это говорит о том, что проявление таких динамических признаков общительности как: узость круга общения и отсутствие желания контактировать с другими людьми, у курящих студентов выше, чем у некурящих.

Показатели переменной «*астеничность*» эмоционального компонента в группе курящих студентов выше, чем в группе некурящих. Это означает, что у курящих студентов доминируют астенические эмоции и переживания в ходе общения: страх, тревога, волнение.

Показатели переменной «*операциональные трудности*» рефлексивно-оценочного компонента в группе курящих студентов выше, чем в группе некурящих. Это означает, что курящим студентам сложнее дается осуществление процесса общения.

Анализ когнитивного компонента демонстрирует, что в обеих группах в одинаковом соотношении присутствуют как осмысленность так и осведомленность в общении. Анализ продуктивного компонента показал, что предметность и субъектность у студентов курящих и некурящих на одной позиции. При рассмотрении регуляторного компонента видно, что интернальность и экстернальность так же представлена в обеих группах.

Таким образом, общительность у курящих студентов носит эгоцентрический характер, во время общения придерживаются намерением заниматься своими личными проблемами, так же они проявляют в общении узость кругозора, им присущи астенические эмоции, такие как тревога, страх и напряжение. Также нами выявлена трудность в выстраивании процесса общения. Итак, у курящих и некурящих студентов имеется специфика проявления общительности.

#### *Литература*

1. Крупнов А.И. Соотношение показателей эмоциональности и динамических характеристик общения [Текст] /А.И. Крупнов, А.Е. Ольшанникова, В.А. Домодедов // Вопросы психофизиологии активности и саморегуляции личности. – Свердловск: СГПИ, 1999. – С. 17 – 26.

2. Крупнов А. И. Системная диагностика и коррекция общительности: монография [Текст] / А.И. Крупнов. – М.: РУДН, 2015. – С. 15.

3. Лекомцев В.Т. Зависимость от табака клиника, диагностика, лечение [Текст] / В.Т. Лекомцев, И.А. Уваров // Здравоохранение Чувашии. – 2010. – №1. – С. 22 – 27.

## ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ СТАТУС У ПОЖИЛЫХ ПАЦИЕНТОВ С ДЕФЕКТАМИ ЗРЕНИЯ

*Зайнуллина А.М.<sup>1</sup>, Митина Г.В.<sup>1</sup>, Бикбов М.М.<sup>2</sup>, Зайнуллин Р.М.<sup>2</sup>*

*<sup>1</sup>РФ, г.Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

*<sup>2</sup>РФ, г.Уфа, ГБУ «Уфимский НИИ глазных болезней АН РБ»*

Проблемы зрения затрагивают все сферы жизнедеятельности, в том числе эмоциональной, развитие которой у людей с дефектами зрительной функции отличается от развития людей с нормальным зрением по многим параметрам [1, 2].

Даже по самым скромным подсчетам, по крайней мере, 80% информации поступает только через органы зрения. Зрительные ощущения и восприятия дают человеку наибольшее количество тонко дифференцированных данных самого широкого диапазона. Достаточно сказать, что количество визуальных фиксаций за один день достигает только около 100 000 на человека, хотя, конечно, не все они становятся фактами сознания и являются информационными, что объясняется избирательностью восприятия [1, 2, 3].

Эмоциональная сфера слабовидящих и незрячих людей на данный момент считается слабо изученной, что связано с трудностями, возникающими при объективном изучении чувств и эмоций [4, 5]. Другой, менее явной причиной этого пробела является недостаточная оценка важности эмоциональных переживаний в процессе развития личности людей с проблемами зрения [6].

Эмоции и чувства человека, являясь отражением его реальных отношений к значимым для него объектам и субъектам, не могут не изменяться под влиянием нарушений зрения, при которых сужаются сферы чувственного познания, изменяются потребности и интересы.

*Цель исследования:* изучить особенности эмоциональных состояний больных с проблемами органа зрения.

*Эмпирическая база и выборка исследования:* исследование проводилось на базе консультативной поликлиники ГБУ «Уфимский НИИ глазных болезней АН РБ», в котором приняли участие 61 человек в возрасте 70-85 лет. Средний возраст составил  $77,3 \pm 4,3$  года.

Все участники исследования были разделены на две группы:

– 1 группа – 30 человек, имеющих нарушения зрения (возрастная макулярная дегенерация, диабетическая ретинопатия), бинокулярная максимально коррегированная острота зрения (МКОЗ) по таблице Головина-Сивцева составила в среднем  $0,09 \pm 0,01$ ,

– 2 группа – 31 человек, без патологии сетчатки, бинокулярная МКОЗ составила в среднем  $0,70 \pm 0,1$ .

В ходе исследования нами была использована методика экспресс-диагностики уровня психоэмоционального напряжения (ПЭН) и его источников (О.С. Копина, Е.А. Сулова, Е.В. Заикин).

*Результаты.* По пункту 1 опросника, который измеряет самооценку здоровья, были получены следующие результаты: 9 человек (30%) из группы исследования оценивают свое состояние здоровья как «плохое», 17 (56%) – «удовлетворительное», и 4 человек (13%) как «хорошее».

Между уровнем самооценки здоровья людей без нарушений зрения и людьми с нарушением зрения имеются различия. У лиц без нарушений зрения низкий уровень самооценки здоровья совсем отсутствует, а показатели самооценки здоровья уровней выше среднего и высокого гораздо выше (68% и 32% соответственно), чем у лиц с нарушением зрения (56% и 13% соответственно).

Результаты опросника показали, что высокий уровень психосоциального стресса отмечался у 7 человек (23%), 14 человек (46%) показали средний уровень, 9 (30%) – низкий уровень. Сравнение этих результатов с результатами контрольной группы представлено на рис. 1.

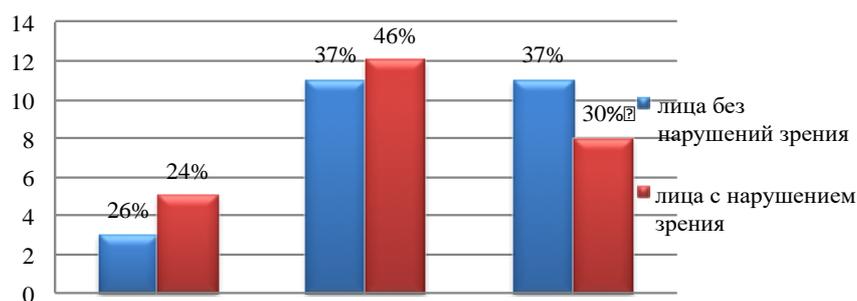


Рис. 1. Распределение уровней психосоциального стресса

Как видим, у лиц с нарушением зрения ниже показатели высокого и среднего уровней психосоциального стресса, а средний уровень незначительно выше, чем у лиц без нарушений зрения.

По шкале удовлетворенности основных жизненных потребностей, по 5 (16%) испытуемых из обеих групп набрали менее 30 баллов, это свидетельствует о низком уровне удовлетворенности основных жизненных потребностей, о стрессе и о потребности в получении психологической помощи. Как источники неудовлетворенности, стресса, переживаемых испытуемыми отмечаются: «работа», «жизненные перспективы», «материальное благополучие, обеспеченность». Средний уровень удовлетворенности основных жизненных потребностей отмечается у 22 лиц (73%) с проблемами зрения против 61% из контрольной группы без проблем со зрением. Показатель выше 42 баллов свидетельствующий о высоком уровне удовлетворенности потребностей,

о психологическом благополучии – только у 3 лиц (10%) с проблемами зрения против, в то время как в контрольной группе у 7 (22%). Выявлено, что у лиц с нарушением зрения низкий показатель высокого уровня удовлетворенности основных жизненных потребностей, показатель среднего уровня выше, чем у лиц без нарушения зрения.

Общие показатели психоэмоционального напряжения в первой и во второй группах представлены на рис. 2.

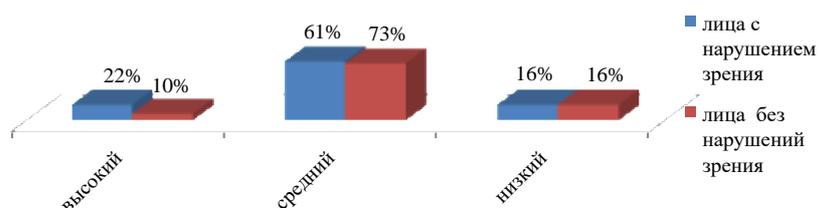


Рис. 2. Распределение уровней психоэмоционального напряжения

**Заключение.** Сравнительный анализ показал, что в исследуемой группе у лиц с нарушениями зрения высокий уровень психоэмоционального стресса более выражен, а низкий уровень психоэмоционального стресса ниже, чем в группе людей без нарушений зрения. Это дает нам основание предполагать, что существуют значительные различия в уровне эмоционального напряжения между людьми с нарушениями зрения и людьми без нарушений зрения.

#### *Литература*

1. Бикбов М.М. Перераспределение макулярных пигментов при лечении макулярного отека на фоне сахарного диабета [Текст] /М.М. Бикбов, Р.М. Зайнуллин // Вестник Башкирского государственного медицинского университета. – 2019. – № 1. – С. 51 – 54.
2. Бикбов М.М. Структурно-функциональный анализ центральной зоны сетчатки у пациентов с диабетическим макулярным отеком [Текст] /М.М. Бикбов, Р.Р. Файзрахманов и др. // Сахарный диабет. – 2015. – № 4. – С. 99 – 104.
3. Ильин Е.П. Эмоции и чувства [Текст] / Е.П. Ильин. – СПб: Питер, 2002. – 115 с.
4. Кантор В.З. Педагогическая реабилитация и стиль жизни слепых и слабовидящих [Текст] / В.З. Кантор. – М.: Каро, 2004. – 240 с.
5. Митина Г.В. Субъективная оценка психоэмоционального состояния пожилых людей [Текст] /Г.В. Митина, Э.Ш. Шаяхметова, О.М. Макушкина // Здоровье и образование в XXI веке. – 2018. – Т. 20. – № 3. – С. 44 – 49.
6. Шаяхметова Э.Ш. Особенности психических состояний у лиц пожилого возраста, живущих в семьях и домах престарелых [Текст] / Э.Ш. Шаяхметова, Г.В. Митина, О.М. Макушкина // Здоровье и образование в XXI веке. – 2018. Т. 20. – № 2. – С. 47 – 52.

## ОСОБЕННОСТИ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С РАЗНЫМИ ТИПАМИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ПРИВЯЗАННОСТИ К МАТЕРИ

*Захарова Ю.А., Нухова М.В.  
РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

На сегодняшний день в научной литературе мало исследований, посвященных изучению особенностей самооценки младших школьников с разными типами эмоциональной привязанности к матери.

Установлено, что при поступлении в школу у ребенка расширяется сфера взаимоотношений (появляются учителя, одноклассники), развивается учебная деятельность. Все это способствует тому, что у младших школьников накапливается опыт общения, растет самостоятельность, они все адекватнее и более дифференцированно оценивают себя. При этом из круга научных интересов психологов ускользнула сфера взаимоотношений матери и младшего школьника, а именно насколько тип привязанности к матери обуславливает общий уровень самооценки в младший школьный период развития.

Противоречие между значимостью влияния эмоциональной привязанности к матери на формирование самооценки в младшем школьном возрасте и недостаточной изученностью данного аспекта определило проблему нашего исследования.

Целью исследования было изучение особенностей самооценки младших школьников с разными типами эмоциональной привязанности к матери. Мы предположили, что существует взаимосвязь самооценки младших школьников и типов эмоциональной привязанности к матери.

Тестирование проводилось с использованием следующих психодиагностических методик: методика «Лесенка» В.Г. Щур, методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейн, шкала привязанности ребенка к членам своей семьи А.И. Баркан, шкала К. Кернс для определения надежности привязанности ребенка к родителям (The Kerns Security Scale – KSS). В качестве метода математической обработки данных был применен расчет среднего арифметического,  $t_s$ -критерий Спирмена.

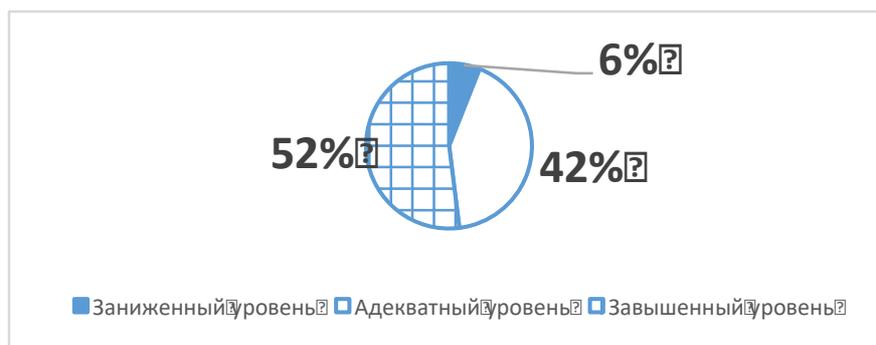


Рис. 1. Результаты диагностики самооценки младших школьников

По результатам диагностики было выявлено, что у младших школьников преобладает завышенный и адекватный уровень самооценки.

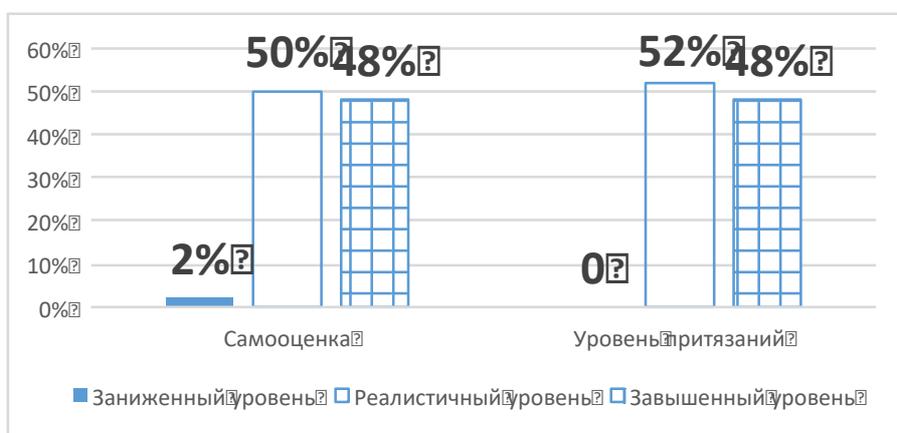


Рис. 2. Результаты диагностики самооценки и уровня притязаний младших школьников

Большинству младших школьников свойственны реалистичный и завышенный уровень самооценки и притязаний.

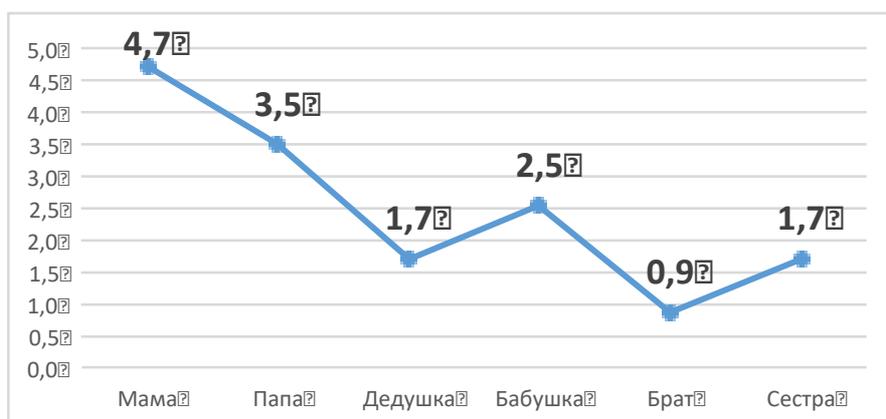


Рис. 3. Результаты диагностики привязанности младших школьников к членам их семьи

Больше всего младшие школьники привязаны к матери (средний балл 4,7), на втором месте по степени выраженности идет привязанность к отцу (средний балл 3,5).

В отношении родителей младшие школьники отмечали, что с удовольствием ходили бы по пятам за родителями, видели бы их во снах, подарили бы им необычный подарок.

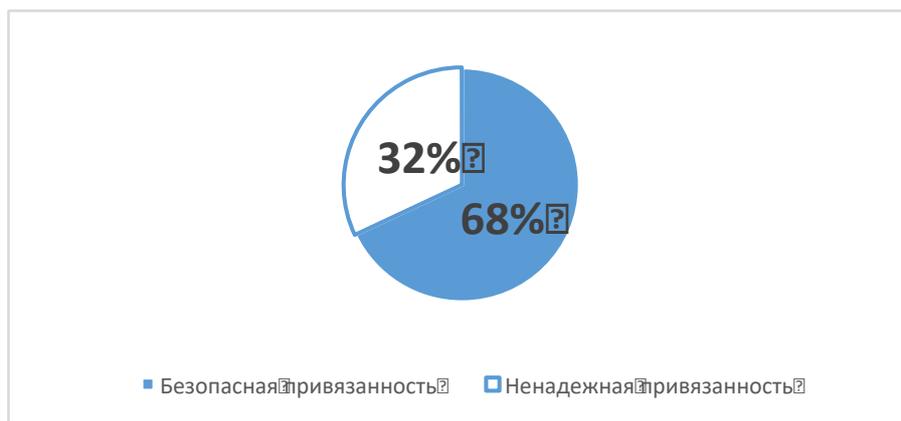


Рис. 4. Результаты диагностики надёжности привязанности младших школьников к матери

У большинства младших школьников (68%) выявлена безопасная надежная привязанность к матери.

Для определения взаимосвязи самооценки и типов эмоциональной привязанности младших школьников к матери был использован корреляционный анализ по критерию Спирмена.

Таблица 1

Результаты корреляционного анализа взаимосвязи самооценки младших школьников и типов эмоциональной привязанности к матери

Шкалы	Самооценка (Щур)	Самооценка (Рубинштейн)	Уровень притязаний
Мама	<b>0.496</b>	<b>0.514</b>	-0.011
Папа	0.062	-0.216	-0.153
Бабушка	0.106	0.096	0.176
Дедушка	-0.192	0.132	0.203
Брат	0.195	-0.230	0.086
Сестра	-0.102	0.084	-0.113
Привязанность к матери	<b>0.522</b>	0.052	0.055

**Примечание:** жирным шрифтом выделены статистически значимые взаимосвязи

Согласно полученным результатам, нами обнаружена прямая корреляционная связь между привязанностью к матери и самооценкой (по методике В.Щур) ( $r_s=0,496$  при  $p \leq 0,01$ ) и самооценкой (по методике Дембо-Рубинштейн) ( $r_s=0,514$  при  $p \leq 0,01$ ), а также прямая корреляционная связь между привязанностью к матери (по методике К. Кернс) и самооценкой (по методике В. Щур) ( $r_s=0,522$  при  $p \leq 0,01$ ). В данном случае мы можем говорить о том, что чем выше привязанность у младшего школьника к матери, тем выше его самооценка. Если мама отзывчива, готова прийти на помощь и поддержать, уделяет достаточное

время на игры и занятия с ребенком, если у младшего школьника возникает желание поделиться с ней самым сокровенным, то самооценка такого ребенка будет выше, он будет уверен в своих силах, будет понимать, что его принимают и любят, а значит ребенок будет развиваться активно.

Таким образом, наша гипотеза о том, что существует взаимосвязь самооценки младших школьников и типов эмоциональной привязанности к матери, подтвердилась.

## **ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПЕДАГОГОВ, РАБОТАЮЩИХ С ДЕТЬМИ С ОВЗ**

*Иванова В.Н.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Последние десятилетия наблюдается прогрессивное изменение общественного отношения к проблемам инвалидности и инвалидам, развитие системы их комплексной реабилитации, которое стало одной из приоритетных задач современной социальной политики в России. Система комплексной реабилитации инвалидов стала самостоятельной областью научной и практической деятельности, способствующей восстановлению способностей инвалидов к социальному функционированию. Социальной реабилитацией детей инвалидов занимаются специалисты различных профессий и специальностей, эффективное взаимодействие которых возможно только на междисциплинарной основе.

Личность педагога в учебно-воспитательном процессе важна так, как и личность учащегося. Проблема сохранности эмоционально-личностной сферы педагога в коррекционном образовательном учреждении крайне важна для развития ребёнка с ограниченными возможностями здоровья. Культура, психологическое здоровье, духовная организация педагога во многом определяют психосоматическое состояние воспитанника с отклонениями в развитии. Педагогу необходимо постоянно развиваться, изменяться в реалиях современного общества, чтобы помогать развитию особого ребёнка. При этом очень мало обращается внимания на эффективные психолого-педагогические технологии, которые направлены на сохранение здоровья педагогов, работающих с детьми с ограниченными возможностями здоровья, снижающих риск формирования синдрома «эмоционального выгорания» и проявления кризиса профессии в целом [2].

Результатом длительного стресса становится определенное изменение личности, получившее название эмоционального выгорания – данный термин ввел Х. Фрейденбергер. Эмоциональное выгорание представляет собой приобретенный стереотип профессионального поведения. Оно позволяет педагогу дозировать свои эмоции, экономить энергетические запасы. При этом обязательно формируется профессиональная деформация личности. Среди основных причин этого феномена называют личностные особенности педагога [5]. Состоянию эмоционального выгорания обычно соответствуют следующие чувства, мысли, действия. Чувства: усталость от всего, подавленность, незащищенность, отсутствие желаний, страх ошибок, страх неопределенных неконтролируемых ситуаций, страх показаться недостаточно сильным, недостаточно совершенным. Мысли: о несправедливости действий в отношении себя, незаслуженности своего положения в обществе, недостаточной оцененности окружающими собственных трудовых усилий, о собственном несовершенстве. Действия: критика в отношении окружающих и самого себя, стремление быть замеченным или, наоборот, незаметным, стремление все делать очень хорошо или совсем не стараться.

Одним из первых отечественных исследователей, который занялся проблемой выгорания, является В.В. Бойко, который определяет эмоциональное выгорание как выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующие воздействия [1].

Часто разочарование в профессии педагога, обесценивание профессиональной деятельности, потеря смысловой значимости в профессии ведут к развитию синдрома эмоционального выгорания и деструкции личности преподавателя [3]. Педагог, работающий в специальных коррекционных образовательных учреждениях, обязан проявлять особую чуткость, терпеливость, сострадание к детям с ограниченными возможностями здоровья. Педагогу приходится преодолевать значительное эмоциональное, физическое и душевное напряжение. Многими исследователями отмечено, что педагоги видят связь своего психического здоровья и учащихся и влияние на психологическое здоровье не только физических, поведенческих, но и ценностно-смысловых, духовно-нравственных аспектов. Сами педагоги определяют у себя бедность эмоций, деформацию отношений с родителями детей и другими людьми, снижение самооценки и значимости собственных достижений [4].

Таким образом, важно, чтобы проблема создания благоприятного социально-психологического климата в педагогическом коллективе решалась на уровне администрации коррекционного образовательного

учреждения путем рационального распределения рабочего времени и оказания внимания со стороны администрации не только к личности особого ребёнка, но и к личности педагога, создания ситуации успеха в его профессиональной деятельности. Педагогу обязательно нужно сохранять эмоциональную устойчивость в напряжённых профессиональных ситуациях, что требует постоянной работы педагога над собой. Забота педагога о своём психологическом здоровье актуализирует его личностные качества, позволяет находить эмоциональное удовлетворение в своём нелёгком труде, подавляет развитие профессиональных деструкций, в конечном счёте, способствует и сохранению психологического здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья.

### *Литература*

1. Бойко В.В. Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении [Текст] / В.В.Бойко. – СПб.: Питер, 2009. – 278 с.
2. Дьяченко М. И. Психологические проблемы готовности к деятельности [Текст] / М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович. – Минск: Изд-во БГУ, 1976. – 176 с.
3. Лобанова А.В. Профессионально обусловленные деструкции преподавателя и способы их коррекции: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. – М.: МГУ, 2008. – 24 с.
4. Редина Т.В. Эмоциональное выгорание педагогов специальных коррекционных образовательных учреждений. Научный потенциал: работы молодых ученых [Текст] /Т.В. Редина // Знание, понимание, умение. – №1. – 2010. – 227 с.
5. Словарь по комплексной реабилитации инвалидов: учеб. пособие для студ. высш. учеб. завед. [Текст] / В. А. Бронников, Т. В. Зозуля, Ю. И. Кравцов, М. С. Надымова. – Пермь: Перм. гос. унт., 2010. – 530 с.

## **ПОВЕДЕНИЕ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ**

*Имамутдинова А.Ф., Валитова А.И.  
РФ, г. Уфа БГПУ им. Акмуллы*

Столкновение точек зрения, мнений, позиций – очень частое явление общественной жизни. Конфликты существуют всюду – в семье, на работе, в школе. В силу своих особенностей, каждый человек ведет себя по-разному. Как при общении у кого-то поведение устойчиво и агрессивно, кто-то прямолинеен, гибок, впечатлителен, так и в конфликтной ситуации, то есть, у каждого человека существует так называемая стратегия поведения в конфликтной ситуации.

Основными причинами межличностных конфликтов подростков со сверстниками являются соперничество и стремление к превосходству (Х. Ремшмидт), низкий уровень коммуникативных умений (Е.А. Лещинская), эгоцентризм (Т.И. Пушикова), разница в интеллектуальном, психическом, социальном, физическом развитии и в интересах (А.В. Мудрик), повышения эмоциональная возбудимость, низкий самоконтроль (Л.Н. Божович). В качестве внешних факторов конфликтного поведения в подростковом возрасте выступают разное социальное положение, неблагоприятные условия семейного воспитания, негативное влияние средств массовой информации, несформированность или низкий уровень развития классного коллектива (С.В. Березин).

Увеличение внимания к проблемам конфликтов обусловлено потребностями современного общества. Конфликты неизбежны в любой социальной структуре. К сожалению, некоторые личности стремятся добиться поставленной цели любыми способами, игнорируя потребности других, что порождает соперничество и напряженность между людьми. Поэтому интерес к проблемам, возможностям и особенностям человеческой личности не ослабевает. Практически все общественные науки обращаются к этому предмету исследования.

В исследовании была принята попытка выявить различия стратегий поведения в конфликтных ситуациях с разным уровнем социальной адаптации.

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь социально-психологической адаптации и стратегий поведения в конфликтных ситуациях

В исследование приняли участие 60 подростков от 16 до 17 лет. Им были предоставлены две методики: методика социально-психологической адаптации Роджерса- Даймонда, тест Томаса на определение стратегий поведения в конфликтных ситуациях. Исследование было проведено на базе ГБПОУ УМПК.

Полученные результаты по тесту Томаса представлены на рис. 1.

Из рисунка 1 видно, что большинство испытуемых (32%) придерживаются стратегии компромисса, т.е. стараются решать конфликтные ситуации путем взаимных уступок. Такие стратегии как сотрудничество и приспособление были выявлены в одинаковом количестве – у 18% испытуемых. 17 % учащихся придерживаются стратегии избегание и меньшее количество испытуемых, т.е. это 15% стремятся удовлетворить свои интересы, игнорируя интересы противоположной стороны (соперничество).

На основании полученных данных социально-психологической адаптации Роджерса Даймонда можно отметить следующее: по интегральному показателю Адаптация группа характеризуется как имеющая повышенные адаптивные способности, т.е. в данной группе в

большей степени присутствуют подростки с нормальными адаптивными способностями. Результаты представлены в таблице 1.

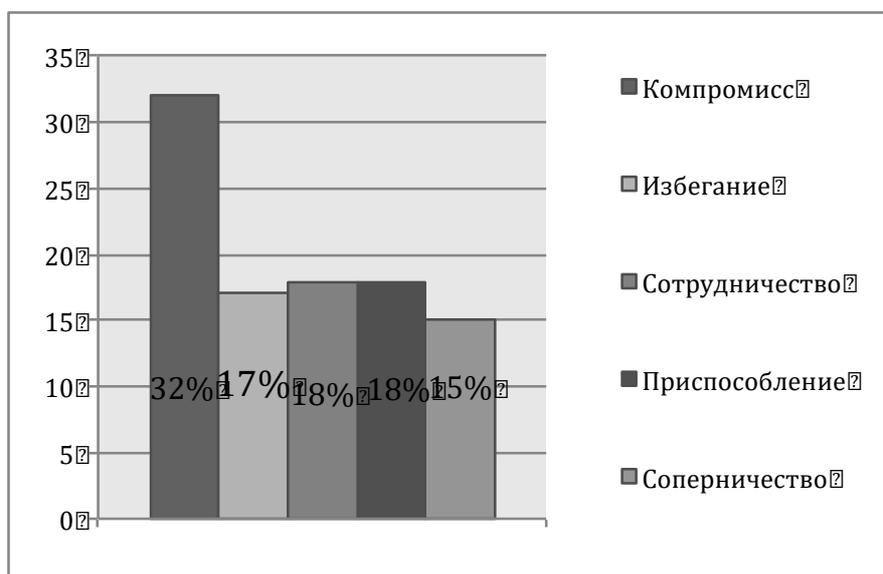


Рис. 1. Совокупность стратегий поведения в конфликтных ситуациях

Таблица 1  
Результаты методики социально-психологической адаптации Роджерса-Даймонда

Уровень социально-психологической адаптации	Высокий	Норма	Низкий
Количество подростков	7	43	10

Полученные результаты мы подвергли статистической обработке данных с помощью коэффициента корреляции Пирсона (Табл. 2).

Таблица 2  
Анализ взаимосвязи уровня социально-психологической адаптации и стратегии поведения в конфликтной ситуации

Показатели	Значение коэффициента	P
Средний уровень адаптации – соперничество	0,186	0,491
Средний уровень адаптации – сотрудничество	0,597*	0,015
Средний уровень адаптации – компромисс	0,796**	0,001
Средний уровень адаптации – избегание	-0,387	0,139
Средний уровень адаптации – приспособление	0,087	0,748
Низкий уровень адаптации – соперничество	0,895**	0,001
Низкий уровень адаптации – сотрудничество	-0,480	0,083
Низкий уровень адаптации – компромисс	-0,267	0,357
Низкий уровень адаптации – избегание	0,694*	0,006
Низкий уровень адаптации – приспособление	-0,189	0,518

Таким образом, в процессе корреляционного анализа была выявлена умеренная положительная связь между следующими показателями социально-психологической адаптации и стратегией поведения в конфликтных ситуациях: подростки с высоким и нормальным уровнем социально-психологической адаптацией используют в конфликтных ситуациях стратегии компромисса и сотрудничества; подростки с низким уровнем адаптацией склонны использовать в конфликтных ситуациях стратегии избегания и соперничества.

#### *Литература*

1. Васильева Н.Л. Особенности социально-психологической адаптации старших подростков с разными характеристиками личностного развития [Текст] /Н.Д. Васильева, И.И. Журавлева // Вестник Рязанского государственного университета им. С.А. Есенина.

2. Первышева Е.В. Межличностные конфликты как фактор социализации подростков [Текст] / Е.В. Первышева. – М.: Просвещение. – 1989.

3. Медведев В.И. О проблеме адаптации. Компоненты адаптационного процесса [Текст] /В.И. Медведев. – Л.: Наука, 1984.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ СТУДЕНТОВ К БРАКУ**

*Ишниязова З.И.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

На данный момент в России ярко выражена проблема изменении отношения к семье, оценка ее ценностей. Несмотря на рост рождаемости, данная связь лежит и на увеличенном проценте разводов среди молодых людей, внутрисемейных конфликтов становится больше, они пагубно сказываются на психо-эмоциональном состоянии всей семьи. На сегодняшний день многие влюбленные пары, которые готовятся к браку или уже находящиеся в нем, не могут достаточно успешно поддерживать конструктивные взаимоотношения.

Прежде, чем вступить в брак, пара имеет сложившееся представление, приобретенные установки и некоторую тревогу относительно супружеских отношений. В данных вопросах между будущими супругами вероятно будут большие расхождения. Это создает «питательную почву» для возникновения разногласий и конфликтных ситуаций. Для формирования здоровых супружеских отношений, удовлетворяющих каждого из пары в течении длительного промежутка времени, требуется понимание социальных, эмоцио-физиологических различий друг от друга, знания основных потребностей, способностей и возможностей супругов в браке, учета большинства социально-психологических факторов.

Своевременная подготовка студентов к браку несомненно важна как для создания ячейки общества, так и для воспитания детей и для укрепления отношений. Сформированный в течении жизни стратегии студентов являются важным фактором ее социальной активности и в то же время «лакмусовой бумажкой» фундаментальных перемен, которые происходят в российском обществе. Подготовка студентов к построению здоровых супружеских отношений, основанных на уважении, симпатии и любви – одна из важных задач гармонизации семейной жизни.

Благополучность союза и устойчивость семьи в главную очередность находятся в зависимости с индивидуальной готовности вступающих в брачный союз юных людей, их возможности к саморазвитию, самосовершенствованию и формированию в индивидуальном проекте напарника согласно браку. На первый план выставляются нравственно-моральные свойства партнеров, вопрос довольства союзом, надежды и условия мужей, предъявляемые как товарищ к товарищу.

А. Н. Сизанов анализирует представление готовности к семейной жизни равно как интегративное и содержит общественно-высоконравственную, мотивационную, эмоциональную и преподавательскую готовность. Психологическое стремление к формированию семьи – это наличие цивилизованных способностей общения с людьми, целостности либо схожести представлений в обществе и семейной жизнедеятельности, умения сформировать правильный нравственно-общепсихологический климат в семье, стабильности нрава и эмоций, развитых волевых качеств партнера. Педагогическое стремление к формированию семьи содержит в себе компетентность, экономично-финансовые мастерства и способности, сексуальную воспитанность [3].

И. В. Гребенников вносит в понятие готовности к браку физическую и социальную зрелость, этическую и психологическую готовность и сексуальную подготовку.

Студента нельзя считать подготовленными к браку, если у него нет четкого представления идеала современной семьи, если они не имеют примерного представления о том, зачем вступают в семейную жизнь, что ожидают от семьи, какие отношения хотят построить, какие обязанности на них определяет супружество и родительство. Осознание мотивов вступления в брак являются важным показателем этико-психологической готовности к семейной жизни. Сексуальная подготовленность определяет наличие соответствующих знаний [1].

Э. Г. Эйдемиллер и В. В. Юстицкий выделили следующие признаки готовности к браку [5]:

1. Социальная готовность;
2. Физическая зрелость;
3. Социально-экономическая готовность;

4. Духовная зрелость;
5. Психологическая зрелость.

Кроме данных параметров готовности к браку Б. Ю.Шапиро включает еще и ответственность за семью – друг за друга и будущих детей; знание комплекса требований и социальных нормативов семейной жизни, а также специализированность общения в семье; готовность к сознательному самоограничению. Одним из самых важных частей готовности к браку является знание студентов специфики общения и взаимодействия в семье [4].

В основном студенты имеют среднюю подготовку к семейной жизни. Возможно, это связано с тем, что в обществе происходят социальные изменения, которые отражают на семье и представлениях молодых людей о семейной жизни.

Важно заметить, что подготовка к браку и семейной жизни проводилась примерно до последней трети XX в., она была у родителей нынешних молодых людей. В это значит, что представления молодого поколения о браке и семейных отношениях складывались под влиянием традиционного бытового уклада, общепризнанных норм и ценностей, жесткой системы главенства и ролевых обязанностей в родительской семье, родовых установок и сценариев. Сейчас же, смена образа жизни, ценностей, структуры и функций семьи делает не совсем эффективной подготовку студентов к браку только родителями.

Меньше половины студентов имеют достаточную подготовку к семейным отношениям, возможно, это связано с тем, что они усвоили подготовку к семейной жизни, которая представляет собой комплекс всесторонних взаимодействий с различными ролями общества, со средствами культуры и интернета, в итоге которых происходит осознание важных частей брачно-семейных взаимоотношений, развитие романтических чувств, а также построение определенных представлений, взглядов, убеждений, качеств и привычек.

#### *Литература*

1. Гребенников И. В. Основы семейной жизни [Текст] / И. В. Гребенников. – М. : Просвещение, 1991. – 142 с.
2. Данилова Е. А. Роль института семьи в процессе социализации современной молодежи [Текст] /Е. А. Данилова, В. П. Кошарный // Известия высших учебных заведений. Поволжский регион. Общественные науки. – 2011. – № 3. – С. 61–66.
3. Сизанов А. Н. Подготовка подростков к семейной жизни [Текст] / А. Н. Сизанов. – Минск: Наука, 1989. – 110 с.
4. Шапиро Б. Ю. От знакомства – к браку [Текст] / Б. Ю. Шапиро. – М.: Наука, 2004. – 247 с.
5. Эйдемиллер, Э. Г. Психология и психотерапия семьи [Текст] / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкий. – СПб.: Питер, 1999. – 656 с.

## АГРЕССИВНОСТЬ В КОНТЕКСТЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКИ

*Исхакова А.И.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М.Акмиллы*

Такая наука как психология исследует отклоняющееся от норм, аномальное и девиантное поведение человека, существенным параметром которого выступает проявление агрессивности. В рамках современной науки можно найти достаточно сведений, связанных с пониманием агрессивности как адаптивного, но опасного для личности и общества свойства.

Законы современного общества заставляют специалистов в области психологии и педагогики рассматривать острую проблему агрессивного поведения совершенно по-новому, так как акты проявления агрессии становятся все более обыденными. При этом вместе с понятием «агрессивность» в области психологии рассматривается и такое явление как «жестокость». Агрессивное поведение не часто носит жестокий характер, в то время как любое проявление жестокости всегда агрессивно. Из чего следует, что жестокость, в отличие от агрессивности, социально-обусловленная форма, на которую всегда влияют воспитание и жизненные условия. И если агрессивное поведение выливается в жестокое и преступное поведение, то этим вопросом занимаются не только психологи, но и криминалисты.

По словам Е.П. Ильина, агрессивное поведение объясняется как с позиции теории научения, так и с позиции когнитивных теорий мотивации [5, с.71]. Ориентация человека на стандартные ситуации поведения является важным фактором, который влияет на то, что какая-то ситуация может привести одного человека к агрессивному поведению, а другого нет. При этом концепция А. Бандуры, по мнению Е.П. Ильина, наряду с другими теориями, так же не может до конца объяснить мотивацию агрессивности, так как несет в себе односторонний подход к изучению причин агрессивного поведения у индивида.

Возрастные и половые отличия в свою очередь влияют на восприятие агрессивности, которая снижается с возрастом. Мужчины считаются более агрессивными, чем женщины. В свою очередь, лица мужского пола прописывают окружающим большую агрессивности, чем лица женского пола.

Выявлено, что некоторые люди обладают большей агрессивностью в связи с эндокринными факторами. В их организме наблюдается повышенный уровень такого гормона как тестостерон. Такие люди чаще имеют проблемы с поведением, испытывают чувство агрессии по

отношению к другим и отличаются эмоциональной неуравновешенностью и вспыльчивостью [2, с.201].

Ведущими признаками проявления агрессивности, по словам А.П. Назаретяна, является проявление стремления к доминированию над другими индивидами, использованию людей, направленность на причинение вреда окружающим людям, склонность к насилию [4, с.160]. В проявлении агрессивного поведения разделяют несколько уровней, таких как поведенческий, аффективный, когнитивный, мотивационный. Считается, что агрессивное поведение можно различить по внешним и внутренним признакам. Например, человек может вынашивать идею агрессивного поведения, идею насилия над кем-либо в своих фантазиях и мыслях.

Агрессивное поведение индивида зависит от наследственных, личностных, средовых и ситуационных факторов, которые, в свою очередь, свидетельствуют о поведенческих преобразованиях близких к расстройству личности. Если у человека наблюдается постоянное проявление агрессивного поведения, то это может свидетельствовать о поведенческой патологии, которая входит в структуру различных психопатологических симптомов [3, с.89].

Люди, которые чаще склонны к агрессивному поведению, тяжелее находят жизненные ориентиры и хуже приспосабливаются к социокультурной среде. Они чаще подвержены риску совершения преступления, поэтому психологическая наука стремится создать обоснованную теоретическую платформу для изучения и внедрения методов управления агрессией.

Известным стимулятором агрессивного поведения индивида является «агент страха», потери и дефицита психофизических ресурсов организма. По словам Н.П Бехтеровой, мозг одновременно пытается и совладать с собственной монотонностью и базируется на стереотипах, обеспечивающих ему определенные виды деятельности [1, с.71].

Решение такой проблемы как агрессивное поведение людей зависит не только от привлечения внимания со стороны психологического сообщества, но и от степени активности как социума в целом, так и отдельных его представителей. Для современного мира важно найти способы противостоять неблагоприятным вариантам поведения.

### *Литература*

1. Бехтерева Н.П. Магия мозга и лабиринты жизни [Текст] / Н.П. Бехтерева. – М.: АСТ, 2008. – 383 с
2. Змановская Е.В. Девиантология: Психология отклоняющегося поведения [Текст] /Е.В. Змановская. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 288 с
3. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения [Текст] / В.Д. Менделевич. – СПб.: Речь, 2005. – 445 с.

4. Назаретян А. П. Агрессивная толпа, массовая паника, слухи [Текст] / А. П. Назаретян. – СПб.: Питер, 2004. – 242 с.

5. Ильин Е. П. Психология агрессивного поведения [Текст] /Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2014. – 368 с

## **ОСОБЕННОСТИ ОБЩИТЕЛЬНОСТИ И МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА У СТУДЕНТОВ ПЕРВЫХ И ВЫПУСКНЫХ КУРСОВ**

*Качкаев Т.Р.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Актуальность исследования общительности и мотивации достижения успеха продиктована предъявляемыми условиями современного мира к человеку. Для реализации себя в различных жизненных сферах человеку необходимо обладать определенным набором качеств, среди которых одним из самых важных можно выделить общительность. Под общительностью человека А.И. Крупнов понимает систему устойчивых мотивационно-смысловых и инструментально-стилевых характеристик, обеспечивающих состояние готовности и стремление субъекта к межличностному взаимодействию [1]. Для А.И. Ильиной, общительность – это потребность человека в общении, легкость вступления в контакт, широта круга знакомств, выразительность и устойчивость общения [2]. Таким образом, обладая развитым навыком общительности, человек имеет больше возможностей добиться успеха в поставленных целях. Поэтому нами была выдвинута гипотеза о взаимосвязи общительности и мотивации достижения успеха у студентов первых и выпускных курсов.

В данном исследовании приняли участие 74 студента вуза. Из них 44 студента первого курса и 30 испытуемых – студенты выпускного курса. В исследовании принимали участие студенты факультета психологии, педагогики и физико-математического «БГПУ им. М. Акмуллы».

Средний возраст по выборке студентов первого курса составил 20 лет, по выборке студентов выпускного курса – 22 года.

В исследовании были использована следующая методика и методы: бланковый-тест «Общительность» А.И. Крупнова, методика «Измерения мотивации достижения» А. Мехрабиана, методика диагностики личности на мотивацию к успеху Т.Элерса, методы математической и статистической обработки результатов (U-критерий Манна-Уитни и корреляционный анализ).

Результаты исследования с помощью бланкового теста – «Общительность» А.И. Крупнова и анализ среднего арифметического

показателя для студентов первого и выпускного курсов вуза, представлены в рисунке 1.

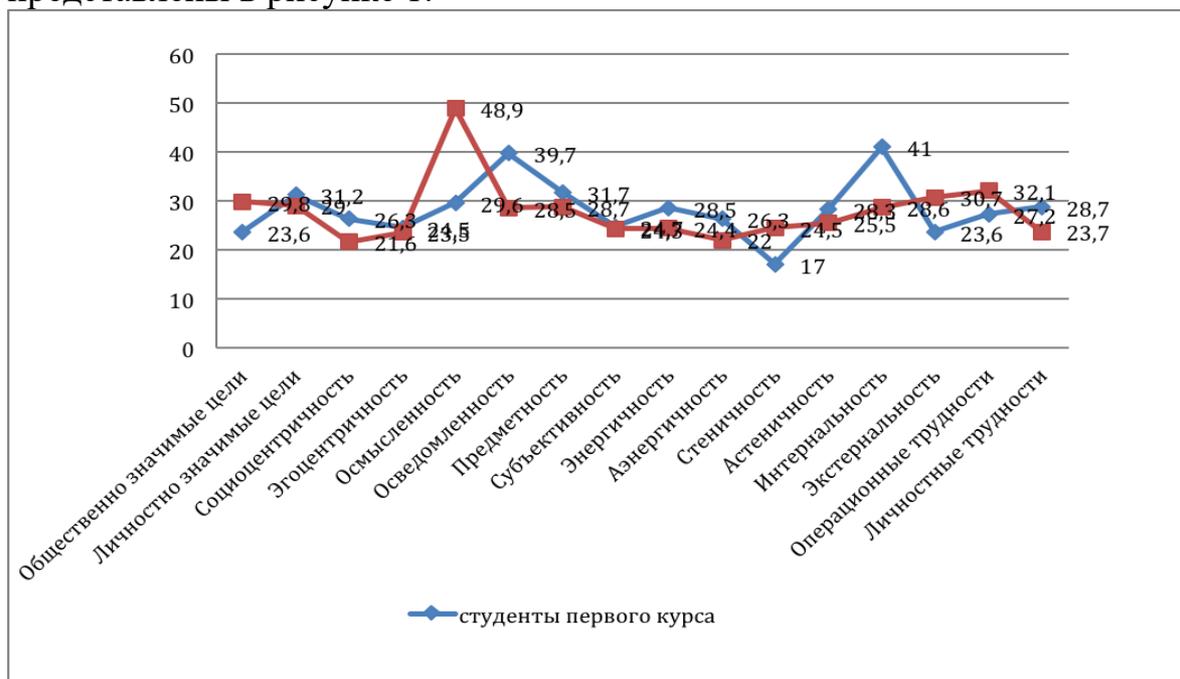


Рис. 1. Средние значения переменных общительности у студентов первого и выпускного курсов

Исходя из графика, мы видим, что присутствует как сходство, так и различие в переменных общительности мотивационно-смыслового и инструментально-стилевого блоков у студентов первого и выпускного курсов вуза.

Наиболее выраженной переменной общительности студентов выпускного курса является *осмысленность* (48,9 балла). Такие данные свидетельствуют о том, что выпускники имеют высокий уровень обобщенности и глубиной осознания общительности. Менее всего у выпускников выражена переменная *социоцентричность* (21,6 балла), что показывает низкий уровень выраженности общественно-деловой направленности мотивации общительности.

Наиболее выраженной переменной общительности у студентов первого курса является *интернальность* (41,0 балла), что говорит о том, что большинство испытуемых склонны к убеждению, что люди бывают одиноки, т.к. сами не достаточно дружелюбны и не показывают интерес к окружающим людям. Наименее выраженной переменной общительности у студентов первого курса является *стеничность* (17,0 балла), что говорит о низком уровне выраженности положительных эмоций, которые сопровождают проявление общительности и способствуют общительности развитию как системного свойства личности.

Таким образом, специфика проявления общительности студентов первых курсов характеризуется внутренней саморегуляцией, а

общительность студентов-выпускников осмысленностью, то есть старшекурсники более глубоко, чем первокурсники понимают смысл общительности как свойства личности.

Для выявления особенности мотивации достижения у студентов первого и выпускного курсов обучения в вузе было проведено тестирование с помощью методики «Измерение мотивации достижения» (А. Мехрабиан). Результаты исследования представлены в рисунке 2.



*Рис. 2. График средних значений мотивации достижения у студентов первого и выпускного курсов*

Исходя из графика, можно сделать вывод, что мотивация достижения у студентов первого курса выше, чем у студентов выпускного курса.

Для выявления особенностей мотивации достижения успеха у студентов первого и выпускного курсов обучения в вузе было проведено тестирование с помощью методики диагностики личности на мотивацию к успеху (Т. Элерс). Результаты исследования представлены в рисунке 3.



*Рис. 3. График средних значений мотивации достижения успеха у студентов первого и выпускного курсов*

Следует отметить, что у студентов первого курса мотивация достижения успеха выше, чем у студентов выпускного курса.

Цель исследования состоит в выявлении взаимосвязи общительности и мотивации достижения успеха у студентов первых и выпускных курсов обучения в вузе. Для решения поставленной цели использован корреляционный анализ Пирсона. Результаты корреляционного анализа представлены в таблице 1.

Таблица 1

Корреляционные связи общительности и мотивации достижения успеха у студентов первых и выпускных курсов

Переменные	Мотивация достижения		Мотивация достижения успеха	
	Студенты первого курса (n = 44)	Студенты выпускного курса (n = 30)	Студенты первого курса (n = 44)	Студенты выпускного курса (n = 30)
<b>Целевой компонент</b>				
Общественно значимые цели	-,053	-,137	-,123	-,020
Личностно значимые цели	,106	-,053	-,277	-,171
<b>Мотивационный компонент</b>				
Социоцентричность	-,010	,040	-,178	,200
Эгоцентричность	-,180	<b>,400*</b>	,044	-,020
<b>Когнитивный компонент</b>				
Осмысленность	-,129	,307	,035	-,221
Осведомленность	,036	-,095	<b>,410**</b>	-,232
<b>Продуктивный компонент</b>				
Предметность	,259	,280	,209	-,308
Субъективность	,086	-,034	<b>,392**</b>	,153
<b>Динамический компонент</b>				
Энергичность	,153	-,018	-,073	-,190
Аэнергичность	,021	-,126	,125	,330
<b>Эмоциональный компонент</b>				
Стеничность	,043	-,288	<b>-,315*</b>	,081
Астеничность	,223	,001	,057	<b>-,395*</b>
<b>Регуляторный компонент</b>				
Интернальность	,014	,018	-,044	,196
Экстернальность	-,186	-,049	,044	,203
<b>Рефлексивно-оценочный компонент</b>				
Операционные трудности	<b>-,337*</b>	<b>-,472**</b>	-,087	,196
Личностные трудности	,104	<b>-,368*</b>	<b>,358*</b>	,389

**Примечание:** \*\* – корреляция значима на уровне 0,01, \* – корреляция значима на уровне 0,05

Анализ корреляционных связей позволяет отметить наличие как положительных, так и отрицательных тесных связей мотивации достижения успеха, диагностированной по двум методикам и переменных общительности как системного свойства личности у студентов первого и выпускного курсов.

Таким образом, нами обнаружены корреляционные связи мотивации достижения успеха у студентов первого и выпускного курсов. Мотивация достижения успеха у студентов первого курса тесно связана с осведомленностью, субъективностью, стеничностью, операциональными трудностями, личностными трудностями как аспектами общительности как системного свойства личности. Мотивация достижения успеха у студентов выпускного курса тесно связана с эгоцентричностью, астеничностью, операциональными трудностями и личностными трудностями как аспектами общительности как системного свойства личности.

Итак, гипотеза исследования о том, что существует взаимосвязь общительности и мотивации достижения успеха у студентов первых и выпускных курсов получила свое подтверждение.

#### *Литература*

1. Ильина А.И. Общительность и темперамент у школьников [Текст] / А.И. Ильина. – Пермь, 1961.
2. Крупнов А.И. Психофизиологический анализ индивидуальных различий активности человека [Текст] / А.И. Крупнов: дис. ... доктора наук. – Свердловск, 1984.

## **ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ НА ВСТУПЛЕНИЕ В БРАК У СТАРШЕКЛАСНИКОВ**

*Касич В.А.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

В начале XXI века семья как социальный институт претерпевает существенные изменения, с каждым годом увеличивается количество разводов, особенно молодых пар. Положение семьи, ее состояние являются своего рода социальным индикатором, раскрывающим как общее состояние дел в обществе, так реальные перспективы его развития. Особое значение в данном процессе отводится молодой семье.

В ранней юности мировоззренческие позиции базируются на рефлексии, интересе к личности, интеллектуальном развитии, ведут к формированию своих убеждений. Познавая мир, старшеклассники, приходят к собственному «я», разрешая мировоззренческий вопрос: «Что именно я значу в данном мире?». Они находятся в поиске ответов на

любые вопросы; категоричны в собственных взглядах, наделены удостоверяющим максимализмом.

Одной из основополагающих проблем в психологии является – проблема мотивации, а также мотивов деятельности и поведения. Ведущая роль в психологических исследованиях отводится целеполаганию и мотивации деятельности человека. Зарубежная психология насчитывает около пятидесяти теорий мотивации. Опубликовано большое количество экспериментальных и теоретических трудов по вопросам побуждения поведения индивида и животных. Создание вопросов мотивации идет активно в разных сферах психологической науки с применением многих разных методов. Отдельный важный вопрос при изучении мотивационной сферы, связан с мотивацией создания семьи, в том числе у молодого поколения. В период взросления развитие личности происходит быстрее и более постепенно, а не прыжками, подчеркивают И.Ю.Шмакова и Г.Ю.Лизунова, сохраняя собственные относительно постоянные главные признаки и особенности [10].

У старшеклассников происходят перемены в мотивации, в интересах и потребностях. Некоторые потребности могут возникнуть впервые или измениться. Предпосылками для этого служат когнитивные и биологические изменения. В частности, Зайцева М.А. заключает, что потребности в сексуальном удовольствии появляются только вследствие развития определенных биологических механизмов, а потребности в самореализации – только с конкретными социальными и когнитивными предпосылками [5].

Период перестройки активно повлиял на российское общество, в котором произошли изменения в семейно-брачных отношениях, которые в свою очередь были обусловлены спецификой социально-экономических процессов, происходящих в обществе. В связи с этим произошли значительные трансформации ценностных структур в данной области. На сегодняшний момент для семейной системы характерно активное сосуществование в социальном сознании ценностей и представлений, характерных, как для традиционных семей советского периода, так и современных семей, характерных для конца XX начала XXI века. К их числу можно отнести и молодые семьи.

По мнению А.С.Рязанцевой, в настоящее время происходит переоценка семьи как социального института, важности ее проблем, а также тех потребностей, которые необходимо и целесообразно удовлетворять в семье [8]. От этих оценок, закрепляющихся в общественном и индивидуальном сознании, в значительной мере зависит формирование ценностного отношения к семье, составляющего брачную мотивацию, от которой во многом зависит удовлетворенность или

неудовлетворенность будущих супругов семейной жизнью, степень их активности в решении семейных проблем и т.д.

В научной литературе можно встретить исследования мотивов вступления в брак у молодого поколения. О.В.Суворова, Л.В.Гусева, П.А.Егорова по результатам эмпирического исследования выявили, что образ будущей семьи у подростков романтизирован стремлением к интимно-личностным отношениям и главными значимыми мотивами вступления в брак для большинства старшеклассников являются высшие человеческие чувства: любовь и верность, доверие и поддержка. Две трети старшеклассников тяготеют к партнерской и супружеской семье. Менее половины старшеклассников показывают стремление к созданию традиционной и детоцентрической семьи, причем последняя тенденция наиболее выражена в подвыборках юношей и старшеклассников в целом из полных семей [9].

С.В.Мерзлякова предприняла попытку изучения связи между эмоционально-волевыми особенностями личности и компонентами семейного самоопределения юношей и девушек. В результате было установлено, что эмоциональная устойчивость, высокая нормативность поведения, развитый самоконтроль способствуют повышению ценности брачно-семейных отношений в юношеском возрасте. При оценке связи мотивов вступления в брак, представлений о временной перспективе в зависимости от эмоционально-волевых свойств личности у юношей и девушек наблюдаются специфические особенности [6].

М.Л. Белановская установила, что у людей с внутренними мотивами вступления в брак более «проявленными» являются ценности, а потребности для них являются менее значимыми. У респондентов с внешними мотивами вступления в брак наблюдается противоположная тенденция. Люди с внутренними мотивами вступления в брак выше ставят такие ценности, как «красота природы и искусства», «творчество», «любовь». Для респондентов с внешним и смешанным типом – ценности «интересная работа», «познание» и «материально-обеспеченная жизнь» [1].

Е.В.Волченкова представила авторскую классификацию мотивов вступления в брак по ряду оснований: степени осознанности, содержанию, объекту и характеру направленности, возможному влиянию на удовлетворенность семейными отношениями в будущем. Автором проанализирована значимость разных мотивов и их связь с последующей успешностью брака. Е.В.Волченкова установила, что лидирующее место среди мотивов создания семьи занимает любовь [2]. Данное положение доказано в работе Е.А.Григорьевой [4]. И. Я. Нечаенко указывает на то, что благоприятным мотивом для вступления в брак является «Любовь» с его возможным сочетанием «Общность взглядов и интересов» [7].

В.И.Гасиев, А.С. Лисутина в результате эмпирического исследования выявили, что главные причины, побуждающие вступить в современный брак, носят духовный характер. Вопрос о побудительных причинах выявил огромное преимущество любви среди всех мотивов: 90,9% у мужей и 93,9% у жен. Невысокой остается доля вынужденных браков (ожидаемый ребенок) [3].

Подводя итоги отметим, что существуют многочисленные исследования мотивов вступления в брак у молодёжи. Тем не менее данная тема остается актуальной в силу постоянных изменений, происходящих в обществе, изменения приоритетов людей, их ценностей и т.д. Важно, что по результатам сразу нескольких исследований, мотив любви остается главенствующим.

#### *Литература*

1. Белановская М.Л. Ценностно-потребностная сфера молодых людей с разными типами мотивов вступления в брак [Текст] / М.Л.Белановская // Научные труды Республиканского института высшей школы. – 2016. – № 16-2. – С. 30 – 37.

2. Волченкова Е.В. Классификация и характеристика мотивов вступления в брак [Текст] / Е.В. Волченкова // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Социальные науки. – 2014. – № 2 (34). – С. 31 – 36.

3. Гасиев В.И. Мотивы вступления в брак молодежи [Текст] / В.И. Гасиев, А.С. Лисутина // Лучшая студенческая статья 2018: сборник статей XIV Международного научно-исследовательского конкурса: в 4 ч. – 2018. – С. 248 – 250.

4. Григорьева Е.А. Любовь как основной мотив для вступления в брак (по результатам эмпирического исследования) [Текст] / Е.А. Григорьева // Семейно-детный образ жизни в социологическом измерении: материалы вебинара. МГУ имени М.В. Ломоносова, социологический факультет; под общ. ред. А.И. Антонова. – 2018. – С. 32 – 36.

5. Зайцева М.А. Мотивация молодежи к созданию семьи в современном российском обществе [Текст] / М.А.Зайцева // Психологическое благополучие современной семьи: материалы межрегиональной научно-практической конференции с международным участием. – 2016. – С. 54 – 56.

6. Мерзлякова С.В. Эмоционально-волевые особенности личности как фактор развития семейного самоопределения юношей и девушек [Текст] / С.В.Мерзлякова // Вестник ЧГПУ. – 2014. – № 7. – С. 130 – 141.

7. Нечаенко И.Я. Мотивы вступления в брак у мужчин и женщин [Текст] / И.Я. Нечаенко // Современные тенденции развития науки и технологий. – 2016. – № 3-12. – С. 97 – 99.

8. Рязанцева А.С. Психологические особенности типов мотивов вступления в брак [Текст] / А.С.Рязанцева // Психолог и вызовы современного мира материалы VIII Международного семинара молодых ученых и аспирантов. отв. ред. Н.А. Коваль. – 2016. – С. 171–175.

9. Суворова О.В. о ключевых характеристиках будущей семьи [Текст] / О.В.Суворова, Л.В.Гусева, П.А.Егорова // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 60-1. – С. 480–483.

10. Шмакова И.Ю., Лизунова Г.Ю. Исследование представлений о семейных ценностях у современных старшеклассников [Текст] /И.Ю.Шмакова, Г.Ю.Лизунова // Ценностные ориентации молодежи в условиях модернизации современного общества: материалы студенческого научно-практического семинара. Под ред. Г. Ю. Лизуновой. – 2016. – С. 148 –153.

### **СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ У СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ ТИПОМ ТЕМПЕРАМЕНТА**

*Карамова Э.И.<sup>1</sup>, Нуркаева М.К.<sup>2</sup>*

*<sup>1</sup> РФ, г. Уфа, БГПУ им. М.Акмуллы, <sup>2</sup> РФ, г.Уфа, БКИ (филиал) РУК*

В условиях социально-экономических изменений в обществе меняется и качество отношений между субъектами во всех сферах деятельности. С ростом возможности обучения в нескольких образовательных учреждениях, широкого выбора различных форм обучения, развитием новых интернет технологий, освоением современных достижений научно-технического прогресса, казалось бы, что наше молодое поколение должно быть высокообразованным, интеллектуальным, воспитанным, законопослушным, культурным и т.д. Однако опыт показывает, что на современном этапе у студентов высших учебных заведений также существуют различные трудности в построении эффективного общения, как с взрослыми, так и со сверстниками, а недостаток умения грамотно и цивилизовано коммуницировать, не позволяет проявить дипломатию и уважительное отношение к сопернику. Нередко самоутверждение студентов в группе происходит в условиях психологической конкуренции, соперничества, конфликтности. Среди молодых людей зачастую разрешение конфликтных ситуаций сопровождается проявлением агрессии, раздражительности, враждебности, демонстрацией форм девиантного поведения.

Актуальность нашего исследования в выявлении различий между индивидуальными особенностями студентов и типом поведения в конфликте. Чтобы предупредить негативное влияние отрицательных последствий, нужно знать, что способствует формированию эмоциональной устойчивости. Зная факторы эмоциональной устойчивости, динамические характеристики психической деятельности, можно разработать методики, позволяющие выявить и укрепить эмоционально-волевую сферу личности студентов, овладеть эффективными методами регулирования

поведения в конфликтах.

С психологической точки зрения, эмоциональная устойчивость в юношеском возрасте связана с гормональной перестройкой, сопровождающейся половым созреванием организма, что приводит к различным переживаниям. По мнению И.Ю. Кулагиной, В.С. Мухиной В.И. Слободчикова и др. ученых, юношеский возраст характеризуется повышенной возбудимостью, неуравновешенностью, резкой сменой настроения, тревожностью и т.п. [1, с. 164-167]. В тоже время, чем старше юноша, тем сильнее выражено улучшение эмоционального состояния. Развитие эмоциональной устойчивости в юности тесно связано с индивидуально-личностными свойствами человека, его самосознанием, самооценкой. Появляется склонность к самоанализу, открытию своего внутреннего мира, его эмансипации от взрослых, происходит соотношение себя с идеалом и стремление к самоутверждению. Все это связано с усилением волевой регуляции, личностного контроля, новой стадией развития интеллекта, развитием самосознания [3, с. 122-134].

В нашем эксперименте приняли участие 44 студента Башкирского кооперативного института, из них 29 девушек и 15 юношей в возрасте 18-23 года. В процессе работы были использованы следующие методы: анализ литературных источников, психологическое тестирование, математико-статистический анализ. В работе были использованы следующие методики: опросник ЕРІ Г. Айзенка (нейротизм, экстраверсия/интроверсия), тест Томаса-Килманна, направленный на оценку типа поведения в конфликте [2, с. 170].

По полученным данным у студентов определены типы темперамента, сочетающие врожденные особенности человека, обуславливающие динамические характеристики интенсивности и скорости реагирования, степени эмоциональной возбудимости и уравновешенности, особенности приспособления к окружающей среде: 32% – холерики, 34% – сангвиники, 23% – меланхолики, 11% – флегматики. Эмпирические данные были обработаны с использованием электронных таблиц программы Microsoft Excel 2010, для проверки статистически значимых различий средних значений нескольких выборок мы использовали критерий Краскела-Уоллиса. Полученные результаты отображены в таблице 1.

Из таблицы 1 мы видим, что конфликтное поведение имеет выраженные различия в своем проявлении у всех типов темперамента при  $N=14,5$ , ( $p<0,005$ ). С психологической точки зрения это означает, что конкуренция как способ добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому, свойственно холерикам, вследствие чего они реагируют очень быстро, часто необдуманно, не успевают себя затормозить, сдержать, проявляет нетерпение, порывистость, резкость движений, вспыльчивость, необузданность, несдержанность. У холерика сильная

нервная система, высокая подвижность психических процессов, он легко переключается с одного на другое, но неуравновешенность его нервной системы уменьшает совместимость с другими людьми, повышает конфликтность и непримиримость в спорах. Холерик склонен к резким сменам настроения, вспыльчив, нетерпелив, подвержен эмоциональным срывам.

Таблица 1

Показатели статистически значимых различий стратегий поведения в конфликте у студентов с разным типом темперамента

Виды поведения в конфликте	Средние значения				Н	р
	Холерики	Меланхолики	Флегматики	Сангвиники		
Конфликт	6,00	1,64	3,75	5,53	<b>14,482</b>	<b>0,00232</b>
Сотрудничество	6,00	6,00	5,63	6,47	1,160	0,76260
Компромисс	6,90	7,45	6,13	6,33	3,700	0,29568
Избегание	6,20	7,64	7,75	6,73	5,029	0,16971
Уступки	4,40	7,18	5,50	4,60	<b>9,592</b>	<b>0,02237</b>

*Примечание:* значимые веса выделены.

У сангвиника сильная нервная система хорошая работоспособность, он легко переходит к другой деятельности, к общению с другими людьми. Сангвиник стремится к частой смене впечатлений, отзывчив, сравнительно легко переживает неудачи, оптимистичен, поэтому конфликтная стратегия поведения чаще проявляется в стрессовой ситуации, он демонстрирует «реакцию льва», т. е. активно, обдуманно защищает себя, борется за нормализацию обстановки.

В группах студентов с разными типами темперамента уступки поведения в конфликте имеют статистически значимые различия при  $N=9,6$  ( $p<0,05$ ). С психологической точки зрения это означает, что уступки как способ принесения в жертву собственных интересов ради другого, чаще свойственно флегматикам и меланхоликам.

У флегматика сильная работоспособная нервная система, преобладает спокойное, ровное настроение, он серьезен и нетороплив, чувства отличаются постоянством и терпением, но он с трудом включается в другую работу и приспосабливается к новой обстановке.

Меланхолик характеризуется низким уровнем психической активности, замедленностью движений, быстрой утомляемостью. Его отличает высокая эмоциональная чувствительность ранимость ко всему, что происходит вокруг него. Чуткость к другим делает их универсально живучими и совместимыми с другими людьми, но сам меланхолик

склонен к внутренним переживаниям и депрессии.

Таким образом, выявленные различия между свойствами темперамента и тактикой поведения в конфликтах, подтвердили то, что большинство юношей и девушек используют жесткие способы противоборства и соперничества при решении конфликтных ситуаций, и определили необходимость проведения коррекционно-профилактических мероприятий с молодежью, направленных на повышение эмоциональной стабильности, а также на достижение сотрудничества в конфликтах.

#### *Литература*

1. Дарвиш О.Б. Возрастная психология: учебное пособие для студентов вузов [Текст] / О.Б. Дарвиш; под ред. В.Е. Ключко. – М.: Изд-во: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2015. – 264 с.

2. Кибанов А.Я. Конфликтология: Учебник [Электронный ресурс] / Кибанов А.Я., Ворожейкин И.Е., Захаров Д.К.; Под ред. Кибанов А.Я., - 2-е изд., перераб. и доп. – М.: НИЦ ИНФРА-М, 2017. – 301 с.

3. Психология личности: учебник [Электронный ресурс] / Гуревич П.С., - 2-е изд. – М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. – 479 с.

## **ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ РОДИТЕЛЕЙ В НЕПОЛНЫХ СЕМЬЯХ**

*Каримова Д.Р.*

*РБ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Основные и важные источники развития ребенка – это семья и общественная среда. Важная функция семейного воспитания заключается в поддержании эмоционального тепла. Однако, современные тенденции развития общества привели к тому, что ценность семьи у молодого поколения отходит на второй план. В социуме считается приемлемым внебрачные отношения, кроме этого, молодые люди не стремятся заключать брак и создавать семью.

Тем не менее, именно семье принадлежит решающее значение в развитии личности, именно семья обеспечивает необходимую основу для формирования качеств личности. Только полная семья сможет обеспечить целенаправленное и гармоничное развитие личности подрастающего поколения. Неполные семьи в этом отношении значительно уступают по своему воспитательному потенциалу.

Согласно определению исследователей, неполная семья представляет собой такую семью, в которой всего один родитель и один или несколько детей, не достигших возраста 18 лет.

Основными источниками появления неполных семей можно назвать развод, смерть одного из супругов, раздельное проживание супругов:

1. Осиротевшая неполная семья образуется в результате смерти одного из родителей. Несмотря на то, что потеря близкого человека – это страшный удар для семьи, оставшиеся ее члены способны сплотиться и поддержать целостность семейной группы. Родственные связи в таких семьях не разрушаются: сохраняются взаимоотношения со всеми родственниками по линии погибшего (умершего) супруга, которые продолжают оставаться членами семьи [5].

2. Неполная разведенная семья – семья, в которой родители по какой-то причине не захотели или не смогли жить вместе. Ребенок, который вырос в такого рода семье чаще испытывает негативные эмоции (страх, стыд). у него чаще бывают комплексы неполноценности, наблюдаются психологические травмы. Для таких детей естественным желанием становится, чтобы родители восстановили свой союз и стали проживать вместе.

3. Внебрачная семья (мать-одиночка) имеет свои особенности. В силу, каких-либо обстоятельств женщина принимает решение: родить ребенка, не вступая в брак. Это может быть желание скрасить одиночество, стремление удовлетворить потребность в материнстве или оставить ребенка в качестве напоминания о человеке, которого она страстно любила и другие причины [4].

Основными причинами существования неполных семей на сегодняшний день служат развод родителей и рождение детей вне брака (по статистике один из десяти детей в неполной семье рожден женщиной вне брака). Среди причин, по которым женщины разводятся исследователи отмечают алкоголизм супруга, измену, различия в характерах супругов, создание одним из супругов новой семьи. Также статистика говорит о том, что чаще всего именно женщина становится инициатором развода. Немаловажной причиной разводов, которая достаточно распространена, являются расстройства в сексуальных отношениях [1].

Обобщая причины, по которым рождаются дети вне брака отметим в первую очередь изменения в ценностно-смысловой сфере молодежи, их недостаточный уровень готовности к брачным отношениям, нейтральное отношение общества к добрачным половым связям, завышенные требования к партнеру.

Несмотря на все усилия, предпринимаемые женщиной, воспитывающей ребенка в одиночку, условия развития и формирования личности ребенка будут существенно отличаться от воспитания в полной семье. Несмотря на то, что женщина активно берет на себя функцию воспитания и как мать, и как отец, тем не менее одновременно быть двумя людьми женщина не может. В частности, В.С.Мухина отмечает, что для одинокой женщины характерны некоторые особенности: несдержанность в отношении отца ребенка и преобладание негативных

отзывов о нем, что на бессознательном уровне может быть спроецировано и на ребенка. Часто в неполной семье ребенку отводится роль безвинной жертвы. При этом мать, выходя за рамки разумного, окружает ребенка опекой и лаской, стремясь благодаря этому восполнить ту любовь, которую ребенок не получает от отца. Перечисленные особенности воспитания ребенка в неполной семье оказывают значительное негативное влияние на формирование и развитие личности ребенка [6].

И.С.Кон посвятил одно из своих исследований описанию особенностей детей, которые росли без отца: часто у них высокий уровень тревожности, различные невротические расстройства. Тяжелее сказывается последствия развития без отца на мальчиках: они вырастают неспособными выстраивать взаимоотношения со сверстниками, бывают грубы, часто дерутся, но при этом плохо усваивают мужские роли. Дети из неполных семей чаще бывают физическими слабыми, вялыми, пассивными, чаще ссорятся с матерью [7].

По словам И. Лангмейера и З. Матейчека, мать предоставляет ребенку возможность ощутить интимность человеческой любви, в то же время отец пробивает ребенку путь и отношение к человеческому обществу. Т. е. мать нас приводит к человеку, а отец к людям [8].

С точки зрения И. Лангмейера и З. Матейчека, наибольшая опасность для развития ребенка, наступает тогда, когда нет матери (отцовская семья) особенно в раннем возрасте. От матери зависит удовлетворение в основном всех психических потребностей ребенка - она представляет основу для отношения ребенка к людям, для его доверия к окружающему миру, прежде всего именно мать создает для ребенка «дом» и «уют» [8].

Исследователи выделяют ряд особенностей, характерных для семей, в которых ребенок воспитывается только одним родителем (чаще матерью):

1. Неравномерность и негармоничность развития таких способностей, как интеллектуальные, математические, пространственные, аналитические, при этом гиперразвитие получают вербальные способности;

2. Половая идентификация ребенка происходит со сбоями и по непривычному маршруту (девочки вынужденно приобретают и демонстрируют «мужские» черты характера, у мальчиков начинают доминировать женские черты характера);

3. Будучи в подростковом возрасте такие дети с трудом выстраивают свои взаимоотношения с противоположным полом, поскольку не наблюдают необходимую модель поведения в семье;

4. Часто формируется избыточная привязанность к матери.

Основная проблема неполной семьи – это отсутствие примера взаимоотношений в браке, что естественным способом окажет влияние на формирование и развитие личности ребенка: наблюдается дефицит формирования культуры проявления чувств, взаимоотношений, которые демонстрируются в полной семье супругами. Вырастая без отца мальчики в собственной семье либо проявляют повышенный уровень жестокости и агрессивности, либо демонстрируют полностью женскую модель поведения. Девочки, выросшие без отца, также сталкиваются с трудностями: не имеют представления об идеальном супруге, невозможность понимать мужа и сына. Все это приводит к увеличению числа разводов среди супругов, выросших в неполных семьях, что снова может привести к появлению неполной семьи [3].

Таким образом, проблема восприятия родителей детьми в неполных семьях, остается актуальной в наше время.

#### *Литература*

1. Бернс. Развитие Я-концепции и воспитание [Текст] / С.Бернс. – М.: Прогресс, 1990. – 162 с.
2. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л.И.Божович. – СПб.: Питер, 2008. – 400 с.
3. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития [Текст] / Г.Крайг, Д.Бокум. 9-е изд. – СПб.: Питер, 2005. – 940 с.
4. Брайн Ш. Тесты для детей. Открой своего ребенка с помощью тестов [Текст] / Ш.Брайн. – Тюмень, 1996. – 128 с.
5. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве [Текст] / Г.М.Бреслав. – М.: Педагогика, 1990. – 130 с.
6. Дементьева И. Негативные факторы воспитания детей в неполной семье [Текст] / И.Дементьева // Соц. исслед. – 2001. – №11. – С. 108-118.
7. Джинотт Х.Г. Дети и мы [Текст] / Х.Г.Джинотт. – СПб.: Кристалл, 2003. – 463 с.
8. Лангмейер И. Психическая депривация в детском возрасте [Текст] / И.Лангмейер, З.Матейчек. – Прага: Авиценум, 2004. – 334 с.

## **ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛИЗИРОВАННОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПРИ РАЗНЫХ СТИЛЯХ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ**

*Курсанова А.В.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Важность семьи как института воспитания обусловлена тем, что в ней ребенок находится в течение значительной части своей жизни, и по длительности своего воздействия на личность ни один из институтов воспитания не может сравниться с семьей. В ней закладываются основы

личности ребенка. Однако, не стоит забывать, что семья может выступать в качестве как положительного, так и отрицательного фактора воспитания.

В семье воспитывает все: начиная с обстановки и количества детей, завершая социальным статусом родителей и психологическим климатом. Личность ребенка с рождения начинает формироваться адекватно семейным отношениям, психологическому климату в семье. Поэтому условия воспитания, ситуации формирования ребенка в семье, стиль воспитания, являются значительным фактором развития личности ребенка [4].

Изучив научные исследования по данной проблеме [2, 3], можно сделать вывод о том, что ребёнок начинает свое развитие именно в семье и что именно семья является первым и самым главным социальным институтом ребёнка. Именно здесь он получает базовые, универсальные знания об окружающем мире. Большая часть факторов развития ребёнка зависит от атмосферы в семье. Какой стиль воспитания доминирует, каковы взаимоотношения между родителями, каковы цели родителей – всё это накладывает свой отпечаток на формирование личности будущего взрослого человека, так же будущего родителя [1]. Чтобы обеспечить верное развитие ребёнка нужно знать психофизиологические особенности развития детей, так же стоит учитывать особенности каждого ребёнка для верного и действенного стиля воспитания.

Под стилем семейного воспитания понимается способ отношений родителей к ребенку, применение ими определенных приемов и методов воздействия на ребенка, выражающиеся в своеобразной манере словесного обращения и взаимодействия с ребенком. Стиль семейного воспитания включает в себя психологическую грамотность и психологическую компетентность, ценностно-смысловой компонент, рефлексию и культуротворчество родителей. Все эти компоненты взаимосвязаны друг с другом [5].

*Цель исследования:* изучить уровень социализированности младших школьников в зависимости от стиля семейного воспитания.

В исследовании приняли участие 20 учащихся начальной школы в возрасте 7-8 лет и 20 родителей учащихся. Исследование проводилось в г. Нефтеюганск МБОУ «Начальная школа № 15».

В ходе исследования были использованы следующие методики исследования: методика «Стратегии семейного воспитания» С.С. Степанова в модификации И.И. Махониной, методика для изучения социализированности личности ребёнка М.И. Рожкова.

Анализ результатов позволил выявить преобладающие стили семейного воспитания. Эти данные отражены таблице 1.

Таблица 1

Преобладающие стили семейного воспитания

Стиль семейного воспитания	Количество родителей
Авторитетный	40%
Авторитарный	25%
Индифферентный	20%
Либеральный	15%

Большинство родителей (40%), осознавая свою роль в становлении личности ребенка, тем не менее, признают его право на саморазвитие, они четко понимают, какие требования можно обсуждать с детьми, а какие следует диктовать. Четвертая часть родителей (25%), принявших участие в исследовании, четко для себя решили, каким должен вырасти их ребенок, и прилагают к достижению этого идеала максимум усилий. При этом в своих требованиях они крайне категоричны и неуступчивы. 20 % родителей придерживаются индифферентного стиля семейного воспитания, когда ребенку самому приходится решать свои проблемы. При этом оставшаяся часть родителей (15%), принявших участие в исследовании, склонны демонстрировать непрестанное восхищение мнимыми талантами ребенка, преувеличенной оценкой его действительных способностей.

При помощи Н-критерия Краскела-Уоллиса были выявлены статистически значимые различия по показателям социализированности младших школьников в зависимости от стиля семейного воспитания. Результаты расчетов представлены в таблице 2.

Таблица 2

Статистические различия по показателям социализированности младших школьников в зависимости от стиля семейного воспитания

Показатели социализированности ребенка	Эмп. значение критерия, $N_{\text{эмп.}}$
Социальная адаптированность	8,7*
Автономность	9,9*
Социальная активность	13,1**
Нравственность	13,4**

**Примечание:** \* – различия значимы на уровне  $\leq 0,05$ ; \*\* – различия значимы на уровне  $\leq 0,01$ .

Выявлены следующие различия в уровне социализированности младших школьников в зависимости от стиля семейного воспитания:

– при авторитетном стиле семейного воспитания дети демонстрируют более высокие показатели социальной адаптированности, автономности и средний уровень социальной активности;

– в семьях с либеральным и индифферентным стилем воспитания у детей отмечаются средние показатели социальной адаптированности, автономности и нравственности;

– в семьях с авторитарным стилем – у детей наблюдается низкий уровень адаптированности, социальной активности и нравственности, средний уровень автономности.

Таким образом, в ходе исследования было выявлено, что младшие школьники, воспитываемые в условиях авторитетного стиля воспитания автономны и социально активны, демонстрируют самостоятельность и инициативность, легкость во вступлении в контакт со сверстниками. Они показывают более высокие показатели нравственности, то есть высокую степень усвоения социально-нравственных норм, чем дети, по отношению к которым родители используют авторитарный, либеральный и индифферентный стили воспитания. В условиях авторитарного стиля воспитания, то есть при постоянном родительском контроле, когда родители всячески ограничивают самостоятельность и инициативу ребенка, не считают нужным обсуждать и обосновывать свои требования, дети демонстрируют наименьшую социальную активность и адаптированность. Они более послушны, внушаемы, не слишком настойчивы в достижении собственных целей.

Подводя итоги, необходимо отметить, что, как правило, дети усваивают образцы поведения своих родителей, приобретают убежденность в их эффективности и в будущем могут применять их в качестве воспитания уже своих детей. Семья, неспособная воспитывать, приводит к серьезным нарушениям в процессе социализации ребенка. Поэтому проблема влияния семейного воспитания на развитие и становление личности является столь актуальной. В связи с особой воспитательной ролью семьи возникает вопрос о том, как сделать так, чтобы максимизировать положительные и свести к минимуму отрицательные влияния семьи на воспитание ребенка.

#### *Литература*

1. Гумницкая А.В. Психологическое воспитание в детско-родительских отношениях [Текст]: дисс. канд. психол. наук: 19.00.05 / А.В. Гумницкая. – СПб., 2006. – 193 с.

2. Минияров В.М. Психология семейного воспитания [Текст] / В.М. Минияров. – Воронеж: МОДЭК, 2005. – 256 с.

3. Овчарова Р.В. Родительство как психологический феномен [Текст] /

Р.В. Овчарова. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2006. – 496 с.

4. Основные направления развития и совершенствования психолого-педагогического воспитания родителей [Текст] // Психолого-педагогическая помощь детям в условиях воздействия последствий аварии на Чернобыльской атомной электростанции. – Брянск: Брянский государственный педагогический университет, 2016. – С. 42 – 43.

5. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи [Текст] / Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Эстицкий. – СПб.: Питер, 2008. – 120 с.

## **РОЛЬ ОБЩЕНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА МЛАДШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

*Клемент Н.А.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Представляющий для нас интерес возрастной период от 10 до 12 лет в детской психологии называется младшим подростковым или предподростковым возрастом. Это время, когда ребенок начинает ощущать себя взрослым. Это новое для него чувство сопровождается такими проявлениями, как собственная линия поведения, собственные взгляды, оценки, стремление отстаивать свое мнение. Он сравнивает себя со взрослыми, претендует на равноправие, идет на конфликты. На первый план выходят процессы самопознания и самооценки. Физические изменения в организме заставляют взрослеть. И хотя подростку еще далеко до полной физической, психической и личностной зрелости, именно этот период важен для формирования будущей личности.

Г.А. Цукерман в своей статье «Десяти-двенадцатилетние школьники: «ничья земля» в возрастной психологии» пишет, что это удивительный возраст..., когда дети только начинают осознавать себя, свое Я, и, несмотря на уже проявляющуюся подростковую неуправляемость, излишнюю эмоциональность и отвержение, все это «...сочетается с удивительной гибкостью, пластичностью, готовностью к переменам и открытостью для сотрудничества [8, с. 17].

Некоторые исследователи считают этот возраст важнейшим с точки зрения воспитательного процесса. В период с 10 до 12 лет дети чрезвычайно чувствительны не только к негативным влияниям внешней среды, но и к культурным ценностям, которые в дальнейшем становятся определяющим фактором в выборе, будь то образование, личные отношения, социальная ориентация, здоровье. «Подросток овладевает процессом образования понятий, который ведет к высшей форме интеллектуальной деятельности, новым способам поведения» [7, с. 35].

«Понимание действительности, понимание других и понимание себя – вот что приносит с собой мышление в понятиях», писал Л. С. Выготский. В этом смысле становится понятно определение общения как ведущей деятельности.

Без поддержки окружения ребенок не может «сознательно относиться к окружающему, то есть сознавать свое отношение и, прежде всего, свои общественные связи, выделяя самого себя как общественное существо из окружающего». [6, с. 33]. В связи с этим хотелось бы привести аналогию с ухоженным садом, или, что будет ближе по смыслу, *landscaped garden* (ландшафтным садом), в котором все продумано до мелочей, где каждое растение находится на своем месте, и это место определено садовником, исходя из особенностей роста, полива и освещения. И благодаря тому, что все эти, казалось бы, абсолютно разные растения распределены по своим местам согласно и биологическим, и эстетическим требованиям, весь сад производит впечатление гармонии всех элементов в общем и каждого в отдельности. И даже, на первый взгляд, нелепые, невзрачные растения становятся достойными участниками общей впечатляющей картины.

В период предпубертатного возраста ребенку необходимо понимание своего места «в ландшафтном саду» и своей роли, осознание себя как личности с собственными мыслями, возможностями, талантами, внешними данными. Но поскольку он находится еще в самом начале пути к взрослению, то поддержка окружения для него крайне важна.

Если раньше для ребенка взрослые ценности являлись непререкаемыми, то в период младшего подросткового возраста на первый план выходят ценности его референтной группы, и зачастую он резко отвергает и сомневается в том, что раньше было для него истиной. Задача взрослого в этот момент не потерять нить контакта с ребенком, искренне интересоваться его жизнью, мыслями, связями, приглашать в дом его друзей, общаться с ними без назидания, поучения, но с позиций юмора и некоторого шутовства. Авторитарный стиль общения здесь неприемлем, нужно уметь переключаться на демократичный, принятый в подростковой среде. Важно, чтобы взрослые принимали участие в их болтовне, чтобы вместе с ними обсуждали интересующие их темы. Возможно, дети не будут согласны с нами, но у них будет возможность услышать другую точку зрения. От взрослых требуется время и внимание, время – чтобы выслушать, внимание – чтобы понять, что рядом не вор, а новичок, который вошел в мир не для того, чтобы красть наше время, мучить нас своими капризами, отрицанием, непослушанием, а для того, чтобы формироваться в полноценную личность. Каждая уделенная минута – это наш вклад в будущий потенциал личности подростка. Если же в этот крайне важный период ребенок будет лишен тесного, заинтересованного, доверчивого общения со взрослыми, то для

него станут непререкаемыми ценности его сверстников, уличной среды, а их поведение - эталоном. Возможно, наша задача состоит в том, чтобы дать возможность ребенку узнать для себя как можно больше, понять и сделать осознанный выбор с позиции интереса, а не протеста. Ведь как говорил древнегреческий поэт Овидий, «*Ignoti nulla cupido*» - «К неизвестному нет влечения». Несомненно, это потребует от взрослых некоторых усилий, потому как они все еще являются, пусть не «богами», но «проводниками» в овладении ребенком полной взрослой жизнью.

Представим себе такую картину. Маленький ребенок все время находился в доме, где тепло, светло, где его кормили, заботились о нем. За внешней жизнью он мог наблюдать только из окна своей комнаты, обо всем, что там происходило, узнавал только из рассказов взрослых и свято им верил. Но в один прекрасный день перед ним распахнулась дверь туда, во внешнюю жизнь, и ребенок сделал свой первый шаг за порог дома, захваченный любопытством.

Именно любопытство является «врожденной предрасположенностью к поиску нового» [4]. Так «назревание и появление новых внутренних влечений и потребностей безмерно расширяет круг вещей, имеющих побудительную силу для подростка,... как вместе с новым внутренним миром для подростка возникает по существу и совершенно новый внешний мир» [3, с. 21]. И именно общение, обмен информацией познавательного характера становятся главными точками в развитии интереса.

Собственно общение строится у подростков на основе многоплановой общественно полезной деятельности, включающей трудовые, учебные, спортивные, художественные и другие ее виды. Благодаря общению, развертывающемуся в этих видах деятельности, сознание достигает качественно нового уровня развития, изменяется вся организация духовного мира подростков [2, с. 309]. Таким образом, «идеи, окружающие подростка и находящиеся в начале его созревания вне его, становятся его внутренним достоянием, неотъемлемой частью его личности» [3, с. 33].

На рассматриваемом возрастном этапе, когда «совершенно новый внешний мир» врывается в жизнь ребенка, возможны психологические кризисы.

Выготский считал, что проблема интересов является основным источником в понимании психологии подростка. С перестройкой всей системы интересов, управляющих действиями человека, связано общее изменение поведения подростков: «падение школьной успеваемости, ухудшение прежде установленных навыков, особенно когда перед ребенком развертывается продуктивная работа творческого характера» [3, с. 20].

Л.И. Божович рассматривала проблему иначе, полагая весь возраст полового созревания критическим: «Кризис подросткового возраста в

отличие от кризисов других возрастов более затяжной и острый, так как в связи с быстрым темпом физического и умственного развития у подростков возникает много таких актуально действующих потребностей, которые не могут быть удовлетворены в условиях недостаточной социальной зрелости школьников этого возраста. Таким образом, в этот критический период депривация потребностей выражена значительно сильнее, и преодолеть ее, в силу отсутствия синхронности в физическом, психическом и социальном развитии подростка, очень трудно» [1, с. 229].

Д. Б. Эльконин и Т. В. Драгунова в совместном труде «Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков» высказали идею о формировании у детей этого возраста «чувства взрослости» – стремления быть как взрослый. По их мнению, если это чувство поддерживается со стороны взрослых, то развитие идет бесконфликтно. Если же к ребенку, испытывающему «чувство взрослости», относятся как к маленькому, то возникает конфликт.

Как писал Экзюпери, «Мы в ответе за тех, кого приручили» и не нужно забывать об этом ни на минуту. А. Н. Леонтьев полагал, что кризис (болезненный, острый период развития) не есть необходимый симптом перехода от одного стабильного периода к другому, от одной ведущей деятельности к другой: «В действительности кризисы отнюдь не являются неизбежными спутниками психического развития. Неизбежны не кризисы, а переломы, качественные сдвиги в развитии. Наоборот, кризис – это свидетельство не совершившегося своевременно перелома, сдвига. Кризисов вовсе может не быть, если психическое развитие ребенка складывается не стихийно, а является разумно управляемым процессом – управляемым воспитанием» [5, с. 217]. Л.И. Божович также считала, что кризис возникает, как реакция на неадекватное отношение к ребенку со стороны взрослых.

Из эксперимента З. В. Мануйленко, направленного на изучение способности дошкольников сохранять заданную позу, был сделан один очень интересный вывод: если вы намерены повлиять на эффективность действия, включите это действие в ведущую деятельность субъекта. Так вот, мне видится: если мы хотим правильно направить ребенка предподросткового возраста, избежать острых кризисных моментов, помочь ему в освоении взрослого мира, нам необходимо общаться с ним качественно. Ведь общение и есть та деятельность, которой младший подросток более всего увлечен.

#### *Литература*

1. Божович Л.И. Проблемы формирования личности [Текст] / Избр. психол. тр. 3-е изд. – М.: Воронеж, 2001.
2. Большой психологический словарь [Текст] / Под общ. ред. Зинченко В.П., Мещеряков Б.Г., – 3-е изд., – М.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2002.

3. Выготский Л.С. Собрание сочинений [Текст] / Л.С. Выготский // Детская психология. – М.: Педагогика, 1984.
4. Жмурова В.А. Большой толковый словарь терминов психиатрии [Электронный ресурс] / В.А. Жмурова. – Электр. ст. – Режим доступа к ст.: <https://psyclinic-center.ru/biblioteka-kliniki/tolk-slovar-terminov-psikhiatrii/lobn-lyues>
5. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения [Текст] / В 2 т. Т.2. / А.Н. Леонтьев. – М.: Педагогика, 1983.
6. Мясищев В.Н. Личность и неврозы [Текст] / Мясищев В.Н. – М.: Книга по Требованию, 2013.
7. Обухова Л.Ф. Детская (возрастная) психология [Текст]: учебник/ Л.Ф. Обухова. – М.: Российское педагогическое агентство, 1996.
8. Цукерман Г.А. Десяти- двенадцатилетние школьники: «ничья земля» в возрастной психологии [Текст] / Г.А. Цукерман // Вопросы психологии. –1998. – № 3. – С. 17-31.

## **ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ**

*Кудай-Мерген Д.В.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Каждое общество имеет уникальную ценностно-ориентационную структуру, в которой отражается самобытность данной культуры. Поскольку набор ценностей, которые усваивает индивид в процессе социализации ему «транслирует» именно общество, исследование системы ценностных ориентаций личности представляется особенно актуальной проблемой в ситуации серьезных социальных изменений, когда отмечается некоторая «размытость» общественной ценностной структуры, многие ценности оказываются порушенными, исчезают социальные структуры норм [4].

В кризисные периоды состояния общества подростки оказываются, как отмечают ученые В. Г. Алексеев, Б. С. Волков, И. С. Кон и др., – самыми социально неустойчивыми, нравственно неподготовленными и не защищенными [1]. Современные подростки испытывают острый кризис в процессе формирования их ценностных ориентаций. Прежде всего, он проявляется в отсутствии у большинства из них базовых ценностей (смысл жизни, понятие о жизни, духовность, патриотизм и многое другое).

Как отмечает Б. С. Волков, – взросление из «ребенка в подростка» неизменно сопровождается стремлением более углубленно понять себя, разобраться в своих чувствах, настроениях, мнениях, отношениях. Именно в подростковом возрасте начинает устанавливаться

определенный круг интересов, который постепенно приобретает известную устойчивость. Этот круг интересов является психологической базой ценностных ориентаций подростка [3].

*Цель исследования:* изучить особенности ценностно-смысловых ориентаций современной молодежи.

*Гипотеза исследования:* существуют различия в направленности ценностно-смысловых ориентаций у подростков, обучающихся в общеобразовательном классе и классе с профилем МВД.

Для реализации целей исследования использовалась методика ценностных ориентаций (ЦО) Ш. Шварца.

Исследование проводилось среди учащихся МБОУ «Лицей № 96»: подростки в возрасте 14 - 15 лет. В исследовании приняли участие 35 человек: 11 мальчиков – подростков и 9 девочек – подростков, учащихся в общеобразовательном классе и 9 мальчиков - подростков и 6 девочек - подростков, обучающихся в профильном классе МВД.

Таблица 1

Сравнение средних значений переменных ценностных ориентаций подростков из общеобразовательного класса (N=20) и подростков из класса с профилем МВД (N=15)

№	Переменные	Показатели переменных		U	Z	P
		Общ-ый	Клас с МВД			
1	<b>Власть</b>	<b>1,2</b>	<b>3,72</b>	<b>14,00</b>	<b>-2,24</b>	<b>0,02</b>
2	Достижение	2,5	2,8	28,5	-0,91	0,36
3	Гедонизм	1,3	1	27,5	-0,99	0,32
4	Стимуляция	1	1,25	37,00	-0,14	0,88
5	Самостоятельность	4,34	4,7	27,50	-1,07	0,29
6	<b>Универсализм</b>	<b>6,37</b>	<b>4,15</b>	<b>8,00</b>	<b>-2,89</b>	<b>0,004</b>
7	Щедрость (доброта)	3,75	2,34	37,50	-0,1	0,92
8	Традиции	2,1	2,54	35,00	-0,34	0,73
9	Конформность	3	2,75	36,00	-0,24	0,81
10	Безопасность	3,84	4	37,00	-0,14	0,89

*Примечание:* статистически значимые различия на уровне не ниже  $p < 0,05$  выделены жирным шрифтом.

Из данных представленных в таблице 1 и на рисунке 1 видно, что у подростков из общеобразовательного и профильного классов обнаружены различия по следующим переменным:

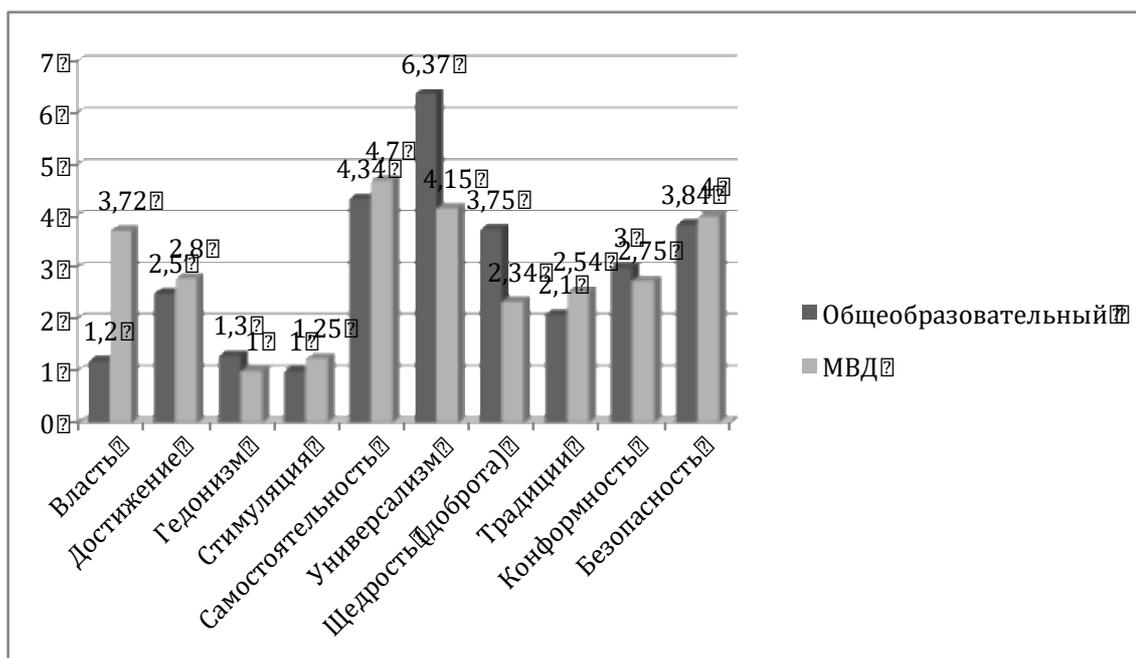


Рис.1. Диаграмма средних значений переменных ценностных ориентаций подростков из общеобразовательного класса и класса с профилем МВД

- переменная «Власть». Средние значения в группах достигли достоверно значимых различий ( $p=0,02$ , 1 группа – 1,2; 2 группа – 3,75). Это говорит о том, что подростки, обучающиеся в МВД – классе более склонны считать своей ценностью в жизни достижение социального статуса или престижа, контроля или доминирования над людьми и средствами (авторитет, богатство, социальная власть, сохранение своего общественного имиджа, общественное признание), чем подростки из общеобразовательного класса. Это может быть связано с их профилем в обучении, так как МВД такая структура исполнительной власти, где людям дают легитимную власть и поощряют ее использование в профессиональных целях.

- переменная «Универсализм». Средние значения в группах достигли достоверно значимых различий ( $p=0,004$ , 1 группа – 6,37; 2 группа – 4,15). Это свидетельствует о том, что мотивационная цель подростков из общеобразовательного класса – понимание, терпимость, защита благополучия всех людей и природы, выражена больше по сравнению с подростками из МВД - класса.

По остальным показателям не было выявлено значимых различий. В группе подростков с профилем обучения и без него средние арифметические значения не имеют сильной выраженности в ценностной сфере учащихся.

В целом можно сказать, что учащиеся в профильном классе МВД более склонны считать одним из своих жизненных приоритетов – власть, авторитет в обществе и престижное социальное положение, так как структура, в которой они собрались дальше развиваться в сфере правоохранительных органов, которые имеют легитимизированное право на власть в рамках своей профессии. Для подростков из общеобразовательного класса более характерна ценностная ориентация на понимание, терпимость и защиту благополучия всех людей в мире, что может быть объяснено недостатком этого в современном мире и подростки хотят видеть это вокруг себя.

#### *Литература*

1. Аболин Л. М. Развитие духовно-нравственной личности в учебно-событийной деятельности [Текст] / Л. М. Аболин // Мир психологии. – 2005. – №1. – С. 199.

2. Артюхова И. Ценности – цели подрастающего поколения: На первом месте – здоровье, а творчество на последнем [Текст] /И. Артюхова. – 2011. – №10. – С. 84 – 87.

3. Гаврилюк В.В. Динамика ценностных ориентаций в период социальной трансформации (поколенный подход) [Текст] /В.В. Гаврилюк, Н.А. Трикоз // Социол. исслед. – 2008. – №1. – С. 96 –105.

4. Семенов В. Е. Ценностные ориентации современной молодежи [Текст] / В.Е. Семенов // Социологическое исследования. – 2007. – №4. – С. 37.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЗАВИСИМОЙ ЛИЧНОСТИ**

*Кудрявцева Д.В.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М.Акмиллы*

Проблема зависимости не является новой для современной психологической науки. Вместе с тем, сегодня все отчетливее проявляется тенденция к более широкому пониманию вопросов зависимости и, наряду с традиционными взглядами, все чаще упоминаются поведенческие зависимости. Среди таких поведенческих видов зависимости особое место занимают трудоголизм, чрезмерная забота о собственном здоровье, коллекционирование, страсть к азартным играм, не последнее место занимает зависимость от Интернета.

Среди психологических особенностей зависимой личности можно выделить: слабость волевого контроля, высокий уровень нейротизма, большая эмотивность, экстернальность, неадекватное самовосприятие, неадекватная заниженная или завышенная самооценка, недовольство собой, застенчивость, стремление к независимости, наличие социальной

фобии, чувство одиночества и недостатка взаимопонимания, осознание нужды социального статуса и внимания к своей персоне, склонность к фантазиям и азартным увлечениям и т.д. [6].

Исследование личностных особенностей, которые связаны с аддикциями, можно условно разделить на три группы, в соответствии с типом психических явлений, которых они касаются.

*Особенности эмоциональной сферы зависимых личностей* характеризуются связью зависимости с депрессией. Такая корреляция объясняется тем, что для лиц с депрессивными расстройствами, которые характеризуются низкой самооценкой и страхом быть отброшенным, очень важно быть принятыми другими, потому трудности в межличностном общении они могут компенсировать благодаря поддержке другого рода. А. Ю. Егоров, Н. А. Кузнецова и Е. А. Петрова, исследуя поведение подростков в Интернете, установили, что девочки с высоким уровнем тревожности или в конфликте с родителями с большей вероятностью устанавливали близкие отношения с другими Интернет-пользователями. Это касается и тех детей, у которых не было взаимопонимания в семье и присутствовал высший уровень тревожности [4].

А.Д. Асеева у зависимых личностей отмечает дисгармонию функционирования эмоциональной сферы, которая проявляется в неспособности к четкой дифференциации своих чувств, невозможности спонтанно отреагировать в коммуникативных ситуациях, тенденцию к социальной изоляции. В исследовании А. Егорова, Н. Кузнецовой и др., самооценка аддиктов оказалась существенно заниженной, сравнительно с контрольной группой [1].

*Индивидуально-психологические особенности зависимых личностей.* Зависимые личности имеют высокий уровень абстрактного мышления, уверены в себе, индивидуалисты, чувствительные, настороженные в межличностных контактах, характеризуются нонконформизмом [3].

В исследовании А. Егорова, Н. Кузнецовой и др. по методике Р. Кеттелла выявлено, что аддикты, имея высокую, доминирующую потребность в близком общении, «по душам» (высокие показатели по факторам А и Q2), не имеют при этом достаточной социальной смелости (фактор Н) для установления отношений с окружающими людьми в реальном мире. Также авторы установили, что среди зависимых преобладают личности с шизоидным (29,8%), истероидным (19,3%), лабильным и эпилептоидным (по 12,3%) типами акцентуации. Реже выявлялись неустойчивые и психастенические акцентуанты (по 7%) и в единичных случаях – астеноневротические (5,3%) и гипертимные (3,5%). Преобладание шизоидных акцентуантов среди аддиктов можно связать с особенностями зависимостей – определенный отход от реальности, что свойственно шизоидам [4].

*Особенности социально-коммуникативной сферы зависимых личностей.* В исследовании Л. В. Сенкевич установлены значительные отличия в уверенности в себе и смелости в социальных контактах между группой склонных и несклонных к зависимости. Подростки, склонные к зависимости, переживают больше субъективных трудностей в общении в реальной жизни, хуже оценивают свою способность к принятию решений в сложных ситуациях, способность к контролю собственных действий и их результатов [8].

И.Б. Олехнович выявила значимые связи между аддикцией и признаками негативной коммуникативной установки, как – вот: завуалированная и открытая жестокость в отношениях к людям, в суждениях о них, негативный личный опыт общения с окружающими [5].

Склонные к зависимости личности характеризуются самыми низкими показателями в сфере самоотношения – им в наименьшей мере присущие самоуважение, аутосимпатия и самоинтерес [2]. Именно неуверенность в собственных силах на фоне общего негативного отношения к себе, переживании конфликта с самим собой в реальной жизни порождает тенденцию к установлению социальных отношений в виртуальной реальности, в которой удастся удовлетворить потребность в самоуважении и повысить самооценку.

Также зависимые личности не имеют достаточной уверенности в том, что способны вызывать у других симпатию, позитивное отношение, которое может создавать трудности в общении, определенную настороженность во взаимоотношениях с другими людьми. Вероятно, такие трудности в межличностном общении служат одной из причин того, что они стремятся устанавливать в межличностные контакты, например, в Интернете, считая их более удовлетворительными, чем общение в реальной жизни.

В.И. Рерке, исследуя особенности жизненного планирования зависимой молодежи, пришла к выводу, что у предрасположенных к аддикциям молодых людей наблюдается фактический недостаток тенденции к планированию собственного будущего: «Из-за чрезмерной увлеченности личность теряет контроль над происходящими процессами, возникает так-называемое размывание границ двух миров. Имеет место фактическое исключение из планов таких сфер жизни человека, как интимно-личностные отношения и профессиональная направленность» [7].

Следовательно, зависимые личности существенно отличаются от остальных людей как по характеру, так и по способности к общению и самооценке. Такие особенности их личности как проблемы с общением, ощущение одиночества, низкая самооценка, по всей видимости, способствуют как вовлечению в аддикцию, так и одновременно являются факторами риска социальной дезадаптации. Следует отметить, что с целью предупреждения или преодоления различного рода аддикций необходима

эффективная система мероприятий, которая будет способствовать гармонизации личности, расширению ее способности к установлению конструктивных отношений с окружающими.

### *Литература*

1. Асеева А. Д. Психологические особенности личности, способствующие развитию зависимого поведения // Научный журнал КубГАУ - Scientific Journal of KubSAU. 2014. №101. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-lichnosti-sposobstvuyuschie-razvitiyu-zavisimogo-povedeniya> (дата обращения: 02.04.2019).

2. Всеволодова Н.А. Влияние компьютерных игр на психологические особенности подростков [Текст] / Н.А. Всеволодова, Г.Ф. Тагирова // Грани познания. – Уфа, 2015. – № 7/8. – С. 128 – 135.

3. Глазков А.А. Вовлеченность в виртуальную среду поколения Z [Текст] / А.А. Глазков, В.В. Ермолаев, Е.Б. Пучкова, Ю.В. Суховершина // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2015. №10. – С. 361 – 368.

4. Егоров А.Ю. Особенности личности подростков с интернет-зависимостью [Текст] / А.Ю. Егоров, Н.А. Кузнецова, Е.А. Петрова // Вопросы психического здоровья детей и подростков. – 2016. – Т.5. – № 2. – С. 20 – 27.

5. Олехнович И.Б. Зависимая личность в современном российском обществе: формирование, проявление, социальная адаптация [Текст] / И.Б. Олехнович: автореф. ... канд. философ. наук. Ростов-на-Дону. – 2015. – 17 с.

6. Олехнович И. Б. Характеристики и особенности зависимой личности в российском обществе в контексте социально-философского исследования // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. 2014. №6-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/harakteristiki-i-osobennosti-zavisimoy-lichnosti-v-rossiyskom-obschestve-v-kontekste-sotsialno-filosofskogo-issledovaniya> (дата обращения: 02.04.2019).

7. Рерке В.И. Психология зависимой личности подростков [Текст] / В.И. Рерке. – Иркутск: Репроцентр А1, 2017. – 145 с.

8. Сенкевич Л. В. Особенности эмоциональной сферы и копинг-стратегий аддиктивной личности [Текст] / Л.В. Сенкевич // Ученые записки РГСУ. – 2015. – Т. 14. – №. 5. – С. 36 – 47.

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ТИПА ЛОКУСА КОНТРОЛЯ С ОСОБЕННОСТЯМИ САМООТНОШЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

*Мазитова А.Р.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Во все времена в психологии исследованию личности и её различным аспектам уделялось особо пристальное внимание. На сегодняшний день изменение социальной жизнедеятельности влияет на

формирование и развитие личности, её характеристик и свойств. По этой причине в нашем исследовании мы решили рассмотреть такую личностную характеристику подрастающего поколения, как уровень субъективного контроля, иначе говоря, локус контроля. Такая необходимость обусловлена тем, что именно локус контроля является психологическим фактором, дающим характеристику определенному типу личности, которая выражается в склонности человека приписывать ответственность за происходящие жизненные события и результаты собственной деятельности либо своим ресурсам, задаткам и способностям, либо воздействию каких-либо внешних сил (Богу, гороскопам и т.д.) [1].

В основу многих теорий личности исследователи заложили гипотезу о том, что личность как социально-психологический феномен представляет собой жизненно устойчивое в своих основных проявлениях образование. Локус контроль у личности обнаруживается как систематизирующая характеристика, которая проявляется схожим типом во всевозможных ситуациях. Уровень локус контроля связан с ощущением человеком ответственности за происходящее, а также за их последствия, т.е. с социальной зрелостью, независимостью лица. Константность личности характеризует последовательность ее актов деятельности и возможность предугадать ее поведение, то каким образом, будут протекать представленные процессы, в большой степени зависит от отношения личности к себе.

Говоря о проблеме самоотношения, нужно отметить, что она была объектом исследования большого количества как зарубежных, так и отечественных психологов. Это обусловлено тем, что каждый человек встречается с потребностью поиска своего места в жизни, которое заключается в умении оценивать и ценить себя, проявлять уважение к себе, а также понимать и принимать себя. В структуру самоотношения входят такие элементы, как: самооценка, самоуважение, самопринятие, эмоционально-ценностное отношение, система установок, направленных на себя. Подростковый возраст является сенситивным периодом формирования всех аспектов, которые включены в понятие самоотношение [3].

В нашем исследовании мы предполагаем, что существует взаимосвязь локуса контроля и самоотношения. Если интернал рассчитывает на то, что он способен повлиять на события своей жизни, управлять ими и нести ответственность за них, то оценивание им себя и своих достижений будет осуществляться определенным образом, в отличие от экстернала, который интерпретирует все происходящие события как не зависящие от него. По его мнению, он не может повлиять ни на свою жизнь, ни на себя в частности, отношение к себе у такой

личности, скорее всего, также будет отражать свои специфические черты [2].

Для реализации цели исследования использовались методики: «Шкала самоуважения» М. Розенберга и «Тест-опросник субъективного контроля» Е.Ф. Бажина, С.А. Голькина.

Группу испытуемых составили подростки в возрасте 13 – 14 лет. В исследовании приняли участие 30 мальчиков и 30 девочек. Исследование было проведено на базе МБОУ «Лицей № 96».

Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты статистической оценки взаимосвязи типа локус контроля и самоотношения подростков

Фактор	Значение коэффициента	P
Интернальный локус контроль и самоунижение	0,156	0,235
<b>Интернальный локус контроль и самоуважение</b>	<b>0,474*</b>	<b>0,05</b>
<b>Экстернальный локус контроль и самоунижение</b>	<b>-0,389**</b>	<b>0,002</b>
Экстернальный локус контроль и самоуважение	0,065	0,619

При анализе была выявлена умеренная положительная связь между интернальным локус контролем и фактором «самоуважение» ( $r = 0,474^*$ ). Это свидетельствует о том, что чем выше уровень интернальности, тем выше самоуважение респондента.

Анализ взаимосвязи экстернального локуса контроля и фактора «самоунижение» показал наличие отрицательной корреляции высокой степени значимости ( $r = -0,389^{**}$ ). Чем выше уровень экстернальности, тем ниже уровень самоунижения.

Между интернальным локус контролем и фактором «самоунижение» корреляции не выявлено.

Между экстернальным локус контролем и фактором «самоуважение», корреляций не обнаружено.

Таким образом, гипотеза о наличии взаимосвязи типа локус контроля и самоотношения подростков, нашло свое подтверждение.

#### *Литература*

1. Сарджвеладзе Н.И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой [Текст] / Н.И. Сарджвеладзе. – Тбилиси: «Мецниереба», 2005. – 206 с.
2. Обманова Г.С. Особенности интернального локуса контроля подростков в учебной сфере [Текст] / Г.С. Обманова // Профессиональное образование. – 2013. – № 3. – С. 137 – 139.
3. Хьелл Л. Теории личности [Текст] / Л.Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер-Пресс, 2006. – 608 с.

## ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ К СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ

*Муллакаева А.А.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М.Акмиллы*

Современная семья переживает сложный переходный период от традиционной модели семейной организации к новой: упрощается структура семьи, изменяется система власти и подчинения, снижается значимость традиционных функций семьи – рождение и воспитание детей, решение чисто бытовых вопросов; приобретает особую значимость семья как психологическое «убежище» человека.

Ломка традиционных семейных стереотипов в обыденном сознании происходит на фоне серьезнейших социально-экономических трудностей нашего бытия, общей дестабилизации жизненного уклада, что создает своеобразную конфликтогенную среду существования человека, усиливающую неустойчивость современной семьи.

Высокая значимость семейной жизни в структуре ценностных ориентации молодежи сохраняется. Однако вступление в брак молодежь связывает с достижением экономической самостоятельности, необходимой для создания благополучной семьи, поэтому на ранние браки ориентируется сравнительно небольшая группа молодых людей. В этом проявляется сравнительно новые для нашей молодежной субкультуры ориентации на рационализацию жизненных планов.

На изменение отношения юношей и девушек к браку и семье оказывает влияние не только изменение экономического и социального развития страны, но и психологическая готовность к браку.

Готовность к семейной жизни – осознанному, ответственному отношению к выполнению будущей роли родителя, супруга – важнейший показатель социальной зрелости человека, духовного и психического здоровья молодежи [1].

Т.Г. Поспелова и Т.М. Трапезникова рассматривают готовность к браку и семье как систему социально-психологических установок личности, определяющих эмоционально-положительное отношение к семейному образу жизни, ценностям супружества [4].

Исследователи выделяют разные направления готовности к браку – физическую, социальную, психологическую, сексуальную, этическую, экономическую [2].

Готовность личности к браку предполагает наличие ряда важных личностных качеств, к которым относят следующие:

1. Формирование определенного нравственного комплекса. Личность должна быть готова принять на себя новую систему обязанностей по отношению к своему партнеру по браку, будущим детям.

2. Подготовленность к межличностному общению и сотрудничеству в семье.

3. Способность к проявлению самоотверженности по отношению к супругу, включая способность к альтруизму.

4. Развитый эмпатийный комплекс – наличие качеств, связанных с проникновением и пониманием внутреннего мира партнера.

5. Высокая эстетическая культура чувств и поведения личности.

6. Развитое умение конструктивно разрешать конфликты, уметь регулировать психику и управлять собственным поведением [3].

Л.Б. Шнейдер выделяет категорию «нравственно-психологическая готовность личности к семье» и определяет ее как восприятие целого комплекса требований, обязанностей и социальных стандартов поведения, которыми регулируется семейная жизнь [6].

В.С. Торохтий вводит понятие «способность к браку», в которую включает способность заботиться о другом человеке, самоотверженно ему служить, способность сочувствовать, сопереживать, самоотверженное служение второй половине, способность сочувствовать и сопереживать, высокая этическая и психологическая культуры [5].

Е.С. Калмыкова среди составляющих готовности к семейной жизни видит способность любить, ответственность друг за друга и за будущую семью, высокую коммуникативную культуру, знание специфики семейной жизни, готовность осознанному самоограничению [5].

Таким образом, необходимо отметить, готовность молодежи к вступлению в брак является важнейшим условием благополучия семьи, ее устойчивости в длительный период времени. Молодые люди должны осознавать и понимать все те последствия, которые несет за собой заключение брака, придавать ему особую значимость, иметь комплекс определенных знаний, умений и навыков, касающихся основ семейной культуры, обладать высокой готовностью к преодолению всех естественных препятствий, возникающих на пути формирования и существования семьи, быть готовыми к реализации всего спектра семейных ролей.

### *Литература*

1. Брадик А.О. Психолого-педагогические особенности воспитания юношей в современной семье [Текст] /А.О. Брадик // Вестник МГЛУ. – 2012. – №16 (649). – С.33 – 42.

2. Гребенников И.В. Основы семейной жизни [Текст] / Гребенников И.В.– М.: Мир, 2006. – 176 с.

3. Лагойда Н. Г. Проблема подготовки современной молодежи к браку и пути ее решения [Текст] / Н.Г. Лагойда // Вестник БГУ. – 2013. – №5. – С.82–87.

4. Поспелова Т.Г. Состояние и перспективы развития семьи [Текст] / Поспелова Т.Г., Трапезникова Т.М // Социология молодежи. – СПб., 1996.

5. Торохий В.С. Психология социальной работы с семьей [Текст] /В.С. Торохий. – М.: РАО. Центр социальной поддержки, 1996. – 218 с.

6. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений [Текст ] / Л.Б. Шнейдер. – М.: Апрель-Пресс, 2000. – 512 с.

## **ОСНОВНЫЕ ПОДХОДЫ К ПОНИМАНИЮ ВНУТРЕННЕЙ КАРТИНЫ ЗДОРОВЬЯ**

*Нафиков Р.Р.*

*РФ, г.Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

В условиях перехода к рыночной экономике меняется отношение людей к своему здоровью и своим болезням. Все большее число граждан осознает, что их психическое и физическое здоровье – это их капитал, от которого напрямую зависит будущее благосостояние, то есть здоровье можно рассматривать в качестве средства для достижения жизненных целей в широком диапазоне – от узкоматериальных до высокодуховных.

Представляется очевидным, что активная позиция пациента и готовность принять на себя ответственность за свое здоровье являются необходимым условием достижения позитивных результатов и в профилактике и лечении.

Сегодня необходимо направить все усилия специалистов, ученых-медиков, психологов и др. на изучение взаимосвязей психики и соматики, чтобы на основании учета множества факторов, повышающих риск развития заболеваний, создать такую научную концепцию, которая будет доступна пониманию каждого и будет стимулировать вооруженного этим знанием к активной профилактике и оздоровлению своего организма [1].

Изучение проблемы отношения человека к своему здоровью показало, что обязательным фактором является формирование внутренней картины здоровья – особого отношения к здоровью, выражающегося в осознании его ценности, и активно-позитивного стремления к его совершенствованию.

Новое понятие «внутренняя картина здоровья» (ВКЗ) по аналогии с понятием «внутренняя картина болезни» (ВКБ), было предложено В. М. Смирновым и Т. Н. Резниковой в 1983 г.: «Наши исследования показали, что одновременно с ВКБ создается другая, противоположная модель – внутренняя картина здоровья, своеобразный эталон здорового человека, или здорового органа, или части тела и т. д. Этот эталон может быть достаточно сложным и включать различные элементы в виде образных представлений и логических обобщений» [4]. Данную идею описал В. Е. Каган (1988). Затем, в расширенном варианте это понятие рассмотрено В. П. Казначеевым (1996), В. А. Ананьевым (1998), И. И. Мамайчук (2000).

В.Е.Каган писал: «Исчерпывающая дефиниция здоровья подобна горизонту, но каждый человек представляет себе, что такое здоровье, и способен так или иначе соотнести с этим представлением свое актуальное состояние. Это представление, «для себя знание» мы обозначаем как внутреннюю картину здоровья – ВКЗ. В ней здоровье и болезнь не противопоставлены так, что понятие болезни характеризует не количественный, а качественный аспект здоровья, и внутренняя картина болезни предстает как частный случай проблемы ВКЗ» [3, с. 202].

В нашем представлении, ВКЗ – это самоосознание и самопознание человеком себя в условиях здоровья. Это базовое понятие как в валеологии, так и в психологии здоровья. Внутренняя картина здоровья есть определенное психофизическое пространство, где человек способен оценить свои биологические, социально-психологические и духовные возможности.

Формирование внутренней картины здоровья предполагает:

1) осознание и идентификацию собственного внутреннего динамического состояния гомеостаза, отождествление себя с образом здорового психосоматического целого;

2) осознание появляющихся признаков любого стойкого нарушения гомеостаза, то есть идентификацию в себе индикаторов предболезни, предвестников отклоняющегося состояния в динамическом процессе здоровья.

ВКЗ не может быть врожденной, она формируется как личностное развивающееся образование. При построении человеком собственной модели ВКЗ большое значение имеет система «схемы тела». Здоровая модель «схемы тела» свидетельствует об отсутствии телесного дискомфорта в какой-либо части тела. Если имеется «географическая карта» отклоняющихся ощущений, то необходимо исследовать и осознать связь телесных зажимов с психологическими феноменами (эмоциональными переживаниями, поведенческими реакциями) [4].

Таким образом, внутренняя картина здоровья – это совокупность интеллектуальных описаний (представлений) здоровья человека, комплекс его эмоциональных переживаний, ощущений и поведенческих реакций. В этом определении можно увидеть все три слагающие структуры личности: когнитивную, эмоциональную и поведенческую, то есть можно увидеть элемент целостности в восприятии себя.

### *Литература*

1. Ананьев В.А. Психология здоровья: пути становления новой отрасли человекознания [Текст] / В.А. Ананьев // Психология здоровья / Под ред. Г.С.Никифорова. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2000.

2. Ананьев В.А. Введение в психологию здоровья [Текст]/ В.А. Ананьев. – СПб.: Питер, 1998.

3. Каган В.Е. Внутренняя картина здоровья и психосоматический потенциал индивида [Текст]/ В.Е. Каган // Психогенные и психосоматические расстройства. Тезисы научной конференции 24-25 ноября 1988 г. Часть 1.- Тарту. 1988.

4. Смирнов В.М. Основные принципы и методы психологического исследования внутренней картины болезни [Текст] / В.М. Смирнов, Т.Н. Резникова // Методы психологической диагностики и коррекции в клинике. – Л.: Медицина, 1993.

### **ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ ВРАЧА-ПЕДАГОГА В УСЛОВИЯХ СМЕНЫ ПРОФЕССИИ**

*Никитина О.В.*

*РФ, г. Ижевск, ФГБОУ ВО «Удмуртский государственный университет»*

Проблемам идентичности посвящено множество исследований в различных областях знаний: в психологии, социологии, философии и других науках. Растущий интерес к этой проблеме обусловлен процессами модернизации, реформации социально-экономических условий жизни общества. Как отмечает Н.Л. Иванова, потребность в идентичности на сегодняшний день выходит на одно из первых мест [2, с.89]. Особую роль в жизни современного общества играет система образования. Поэтому проблемы идентичности в этой сфере становятся очень значимыми. Происходящие общественные, экономические и политические изменения обусловили все более возрастающие требования к подготовке высококвалифицированных специалистов, компетенции которых будут соответствовать международным стандартам. Поэтому система медицинского профессионального образования претерпевает существенные изменения, стремясь удовлетворить меняющиеся запросы государства, общества и работодателя. Профессиональное образование в России всегда испытывало нехватку квалифицированных преподавателей специальных дисциплин, что особенно стало актуальным с введением Федеральных государственных образовательных стандартов.

Ключевую роль в подготовке будущих медицинских работников играет врач-клиницист, которому, в силу определенных обстоятельств, приходится менять профессию и становиться педагогом [1, с.81]. Он одновременно выполняет два сложнейших вида профессиональной деятельности: врачебную и педагогическую. Эти виды деятельности пересекаются в практической плоскости – обучения (передача теоретических и прикладных знаний) и научения (передача навыков и умений) [6, с.6]. Интеграция педагогической составляющей в

профессиональную деятельность врача, формирование новых для него социальных ролей в изменившейся жизненной ситуации требует анализа различных проблем, возникающих в процессе становления и обретения устойчивой профессиональной идентичности. Врач-преподаватель как субъект образовательного процесса выступает организатором, носителем личностной и социокультурной позиции, ответственным за подготовку будущих медицинских работников. Субъектность в педагогической деятельности проявляется во владении ее нормами, средствами, способами, технологиями. Преподаватель – это не просто должность, а важнейшая социальная функция, связанная с созданием, сохранением, воспроизводством и передачей необходимых знаний. Отсюда формируются его новые роли – преподаватель и исследователь. Трудовые функции, прописанные в профессиональном стандарте педагога предполагают, что он: проводит обучение студентов в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов, осуществляет проверку контрольных, курсовых, дипломных работ, принимает зачеты и экзамены. Но за публичной стороной деятельности преподавателя имеется еще одна роль – методист. И здесь предполагается, что преподаватель: использует наиболее эффективные формы, методы и средства обучения, новые педагогические технологии, участвует в разработке образовательных программ, необходимых учебных, контролирующих и методических материалов. Еще одна роль, которая должна быть реализована педагогом в образовательной организации – научный руководитель. Преподаватель должен осуществлять руководство научно-исследовательской работой студентов, принимать активное участие в совместных со студентами публикациях, готовить их для участия в научных конференциях, олимпиадах, конкурсах профессионального мастерства различных уровней [5, с.136]. В профессиональном образовании преподавателю отводится еще одна немаловажная роль – роль куратора, согласно которой он отвечает за становление профессионально и социально компетентной личности, мотивированной к профессиональному развитию, с чувством коллективной ответственности, способной к творчеству, высокой культурой и чувством гражданской ответственности. Следовательно, врач-педагог должен постоянно самосовершенствоваться и самообразовываться не только в области медицинских знаний, но и в области педагогических методик и технологий, тем самым способствуя своему профессиональному развитию, что приводит к обретению устойчивой профессиональной идентичности, так как профессиональная идентичность выступает одним из основных критериев профессионального развития [3, с. 201].

Таким образом, появляется некое противоречие: с одной стороны, врач-профессионал своего дела, не один год успешно проработавший в

практическом здравоохранении, и осознающий себя как врач, имеющий развитое сформированное клиническое мышление, оказывается, зачастую, совершенно не готовым к обсуждению педагогических вопросов и сталкивается с проблемой внутреннего ролевого конфликта по причине множественности выполнения им новых ролей и функций. Кроме этого, попытки углубиться в понимание сущности педагогических процессов встречают их явное внутреннее сопротивление. По мнению Е.Р. Зинкевича, суть проблемы лежит в плоскости конфликта стереотипов двух видов профессионального мышления: клинического и педагогического [1, с.81]. Осознание, понимание образовательного процесса возникает только тогда, когда врач-преподаватель имеет развитое педагогическое мышление, что позволяет ему постоянно совершенствоваться, повышать свое педагогическое мастерство, а также преобразовывать процесс преподавания с учетом реформ, происходящих в науке, образовании, обществе. Обретение профессиональной идентичности в изменяющихся для него условиях, соотнесение себя с новой профессией и профессиональной группой, быстрая ориентация в профессиональных ценностях, готовность к осваиванию новых профессиональных знаний, развитие педагогического мышления являются первоочередными задачами, и насколько успешно он с ними справится, зависит его становление как профессионала. Таким образом, от уровня профессиональной идентичности зависит качество профессиональной деятельности врача-педагога, а следовательно, и всего образовательного процесса.

#### *Литература*

1. Зинкевич Е.Р. Функциональный подход к исследованию педагогического мышления врачей-преподавателей медицинских вузов [Текст] / Е.Р. Зинкевич // Вестник Череповецкого государственного университета. – 2015. – №1. – С.81 – 84.
2. Иванова Н.Л. Профессиональная идентичность в современных исследованиях [Текст] / Н.Л. Иванова // Вопросы психологии. – 2008. – №1. – С.89 – 101.
3. Мищенко Т.В. Становление профессиональной идентичности у студентов педагогического вуза: дисс. ... канд. психол. наук. – Ярославль, 2005. – 224 с.
4. Кудрявая Н.В. Врач-педагог в изменяющемся мире: традиции и новации: учеб. пособие [Текст] / Н.В. Кудрявая, Е.М. Уколова, А.С. Молчанов и др.; под ред. Н.Д. Ющука; ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ. – Москва: ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ, 2001. – 302 с.
5. Нурмухаметова В.В. Проблемы идентичности преподавателей высшей школы (социально-философский аспект) [Текст] / В.В. Нурмухаметова // Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики. – Тамбов: Грамота, 2016. – № 12. – С. 135–137.

6. Шурупова Р.В. Концепция формирования и реализации социальной роли врача-педагога в отечественной медицине: дисс. ... д-ра соц. наук. – Волгоград, 2011. – 644 с.

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СТРАТЕГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ В УПРАВЛЕНИИ СЕЛЬСКОЙ ШКОЛОЙ**

*Николаева А.Р., Лямина Л.В.  
РФ, г. Уфа, БГПУ им. М.Акмиллы*

Кардинальные изменения, происходящие сегодня как в системе образования, так и в обществе в целом, не могут не затрагивать сельскую школу. Управление сельской школой в период реформ и преобразований становится для руководителей не легким испытанием. Применение в деятельности стратегического мышления является новым этапом в духовно-практическом освоении мира.

Для того чтобы понять, как влияет наличие стратегического мышления на управление школой в сельской местности, рассмотрим, что такое мышление. Мышление – это процесс познавательной деятельности индивида, характеризующийся обобщенным и опосредованным отражением действительности [5]. Т.е. благодаря мышлению мы познаем окружающий мир и на основе информации о нём совершаем все свои действия, поступки.

Стратегия – это общий замысел, позволяющий в каждой текущей ситуации эффективно формировать очередной свой ход, учитывая возможные ответные ходы противника.

Когда мы говорим о стратегическом мышлении, мы имеем ввиду особый тип мышления, который оперирует стратегиями при подборе решения поставленной перед ним задачи.

Стратегическое мышление – это форма аналитического обоснования, требующая последовательного и точного использования логики и формальных методов на ситуативной основе. С другой стороны, это необходимость использования творческих методов и креативных аспектов.

Умение мыслить стратегически предполагает развитие абстрактно-символического и творческого мышления. Стратегическое мышление является практическим. Для его использования человеку требуются такие качества, как гибкость, широта мышления, креативность [4].

Человек, владеющий стратегическим мышлением, легко находит причины того или иного явления и может просчитать возможные результаты воздействия на систему с большей степенью точности за счет различения большего количества причинно-следственных связей.

В целом, благодаря стратегическому мышлению любой человек эффективно движется к достижению своих целей.

Что же такое управление? Управление – это целенаправленное, сознательное взаимодействие всех участников управляющего процесса на основе знаний о его основных закономерностях с целью достижения поставленной цели.

Управление любой организацией – это, прежде всего, работа с людьми. Современный мир признал, что для эффективности работы организации кадровый ресурс имеет первостепенное значение.

К управлению эффективностью применяется схема «люди – процессы – инструменты» и, как показывает практика, работа с людьми обычно вызывает наибольшие затруднения.

Основным способом повышения эффективности работы организации является использование приемов эффективной коммуникации. Общение между руководством и подчиненными должно быть организовано так, чтобы последние понимали и принимали суть распоряжений. Благодаря этому появится опора на сотрудников, разделяющих «политику» и стратегию руководства [3].

Для стратегического подхода к управлению важно понимать, какие цели и задачи преследует современная сельская школа и какие она имеет специфические особенности на современном этапе.

Современная сельская школа, в отличие от городской – многофункциональна. Помимо обучения она решает такие задачи, как обучение детей, оздоровление среды обитания ребенка, преодоление отчужденности детей и родителей, восстановление вековой крестьянской традиции воспитывать «всем миром». Сельские школы находятся в более трудных экономических условиях по сравнению с городскими, но, с другой стороны, малочисленность сотрудников и учащихся способствует созданию более тесного контакта, при котором повышается значение коммуникативного взаимодействия руководителя, педагогов и учащихся.

Выбор стратегии школы должен быть основан на определении потребности образовательной системы школы в развитии, формулировке цели, ориентированной на основные направления развития школы, разработке содержания инноваций, которые будут обеспечивать развитие, подготовке педагогических кадров к инновационной деятельности и моделировании новых подразделений, которые будут способствовать инновациям.

Стратегическое мышление директора является необходимым условием для стратегического управления школой, которое является инновационным и эффективным в современных условиях, когда образовательные учреждения ориентированы на развитие в связи с быстрыми темпами развития общества.

В условиях современного общества в любой организации, в том числе в школе, упор делается на человеческий ресурс, т.к. было замечено, что именно люди, их намерения, цели, место в трудовом коллективе являются главным фактором реализации любого начинания руководителя. Сельская школа, как никакая другая, является иллюстрацией этой тенденции, вследствие малочисленности коллектива, когда каждый учитель, его настроение имеют большое значение для деятельности всей организации. Тесные коммуникационные связи учителей со школьниками и их родителями, вследствие особенностей сельских условий проживания, являются дополнительными важными факторами, влияющими на процесс обучения, которые также должен учитывать директор. Именно стратегическое мышление позволяет помнить и учитывать все разнообразие условий для формирования стратегии как для всего учреждения, так и для каждой ситуации отдельно.

Поэтому основной задачей директора школы в современных условиях является обеспечение эффективного управления педагогическим коллективом. Эффективность в данном случае напрямую зависит от способности директора мотивировать свой педагогический коллектив работать слаженно и с энтузиазмом, участвуя в реализации основной цели образовательного учреждения [1].

Чувство собственной значимости, дружественное отношение, возможность получить совет и объективная оценка – вот, на наш взгляд, некоторые из условий эффективного взаимодействия директора со своими коллегами. Возможность такого взаимодействия обусловлена наличием у руководителя стратегического мышления, которое он может применять к анализу и выбору стратегии, в том числе относительно себя самого. Таким образом, для повышения эффективности управления педагогическим персоналом руководитель должен стремиться к демократическому стилю руководства, создать благоприятную атмосферу в коллективе, донести до сотрудников цели организации и добиться их принятия, четко обозначить обязанности каждого и управлять мотивацией.

#### *Литературы*

1. Ажибеков К.Ж. Пути повышения эффективности управления коллективом [Текст] / Г.О. Жетписбаева, Ш.Н. Ермаханова, М.М. Тогатай, Ж.У. Асылбаева, МН. Ермаханов М.Н. // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2016. – № 7 (часть 5)

2. Михайличенко А. Ю. Проблемы формирования управленческой компетентности учителя сельской школы [Текст] / А. Ю. Михаличенко, Н. Р. Нуриахметова // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2011.

3. Степанова Г.Н. Развитие стратегического мышления как инструмента разработки стратегии организации / Г.Н. Степанова, И.Т. Карчава // Вестник Московского государственного университета печати. – 2011.

## **ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ**

*Нуриханова Н.К., Попова И.В.  
РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Переход к постиндустриальному обществу резко ускорил процессы глобализации, усилил взаимозависимость стран и культур, активизировал международную кооперацию и разделение труда. Новыми нормами становятся жизнь в постоянно изменяющихся условиях, что требует умения решать постоянно возникающие новые, нестандартные проблемы. Появление новых вызовов времени вынуждает отвечать на них модернизацией образования. Эти вызовы порождают принципиально иные требования к образованию и его результатам. Школа, выступающая трансфертом знаний, умений и навыков, утратила эффективность в информационном XXI веке. Изменение общей модели образования нашло отражение в новых Федеральных государственных образовательных стандартах. На смену знаниевой парадигме пришёл системно-деятельностный подход, который главным образом отражается в ликвидации изолированных от жизни научных понятий и внедрению в контекст обучения задач, направленных на решение жизненных вопросов. В современных условиях данный подход эффективно реализуется в ходе организации проектной деятельности обучающихся [3].

Проектная деятельность не является принципиально новой дефиницией в педагогической деятельности. Идея проектной деятельности в мировом контексте родилась ещё в начале XX века, основоположниками которого являются американский философ и педагог Дж. Дьюи и его ученик В.Х. Килпатрик. В Российском обучении проектный метод впервые получил отражение в работах русского педагога С.Т. Шацкого. Он считал, что эффективное обучение коррелирует непосредственно с самой жизнью. В процессе обучения учащийся должен овладеть не только знаниевым потенциалом, но и уметь применять его на практике [1]. В 1906 году по его инициативе была организована школа – детский поселок «Сетлемент», в котором проектный метод стал основополагающим. Опыт работы С.Т. Шацкого был представлен на Всероссийском съезде учителей в 1907 году.

Квинтэссенция проектного метода заключается в развитии навыков с помощью реализации собственных проектов учащимися [2].

В современном образовании проектный метод обучения находит широкое применение. В рамках образовательного проекта «Предуниверсарий», реализуемого в БГПУ им. М. Акмуллы с 2018 года на базе художественной гимназии-интерната им. К. Давлеткильдеева, рабочая команда студенческого научного общества (СНО) БГПУ им. М. Акмуллы проводит мастер – классы по организации проектной деятельности старшеклассников. Главной целью занятий является отработка техник создания проектов, применяя заложенный знаниевый потенциал. Проект всегда предполагает решение какой-либо проблемы в течение четко определенного времени с вытекающим из этого результатом. Правильное целеполагание – одно из важнейших умений при конструировании проекта. В ходе занятий у обучающихся формируется опыт владения и применения техник систем постановки целей «SMART» и «ТОТЕ», которые предполагают максимальную конкретизацию целей. Данные техники старшеклассники с легкостью могут применять в постановке любых жизненных задач. Доминирующей чертой проектного метода является полная вовлеченность обучающихся в образовательный процесс. Обучающиеся обособлены в определенные подгруппы, в которых каждый субъект формирует собственные исследовательские и познавательные навыки. К тому же работа в группе способствует развитию коммуникативных умений старшеклассников, выявлению профессиональных ориентиров личности, формированию стрессоустойчивости, самодисциплины. Для функционирования проекта необходимо изучить и продумать внешние и внутренние факторы среды проекта. В проектировании используется метод стратегического планирования - SWOT-анализ, который предполагает выявление сильных и слабых сторон проекта, применяемый в качестве анализа какой-либо жизненной ситуации для эффективного решения. Защита полноценного проекта происходит в очной форме краткого изложения целей, содержания и результатов проекта. Соответственно, у обучающихся формируются основы публичного выступления и умения четко аргументировать основные положения, выносимые на защиту. В целом все умения и навыки, формирующиеся у обучающихся в ходе проектной деятельности, направлены на применение их в повседневной жизни для большей продуктивности.

На основе вышесказанного целесообразно сделать вывод о преимуществах проектной деятельности в современных условиях образования, так как проектирование позволяет обучающимся приобретать навыки и умения, которые не достигаются при традиционном подходе к обучению. Целевой установкой проектной деятельности являются способы деятельности, а не накопление

фактических знаний, что способствует развитию познавательных и творческих навыков обучающихся, критического мышления, умений самостоятельно конструировать свои знания и ориентироваться в информационном пространстве.

#### *Литература*

1. Джонсонс Дж. К. Методы проектирования [Текст] / Дж. К. Джонсонс. – М.: Издательство «Академия», 1986. – 326 с.

2. Матяш Н. В. Психология проектной деятельности школьников в условиях технологического образования [Текст] / Н. В. Матяш. – М: РИФ «Белый ветер», 2000. – 285 с.

3. Реализация ФГОС школьного образования: научно-исследовательская компетентность учителя современной школы [Текст] / Н.К. Нуриханова, Л.Ф. Султанова // Педагогический журнал Башкортостана. – 2017. – №2. – С.86 – 92.

## **АГРЕССИВНОСТЬ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ**

*Орлова И.А.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Современный этап развития нашего государства характеризуется изменением экономических формаций, формированием неустойчивой социальной и эмоционально-психологической установки населения, увеличением темпа жизни, развитием информационных технологий. Все это способствует росту разнообразных отклонений в поведении и личностном развитии детей. Особую тревогу вызывает духовная опустошенность и повышенная тревожность детей, развитие разных видов зависимостей, которые приводят к психическим расстройствам, а также их агрессивность, жестокость и цинизм. Агрессия и злость – это свойственные людям эмоции.

В литературе слово «агрессия» определяется как преднамеренное причинение вреда. Термин «агрессия» произошел от латинского слова «*aggressio*», означающего «приступ», «нападение». Этот феномен связывают с отрицательными эмоциями (гнев), мотивом (желание причинить вред), установками (деструктивными действиями и расовыми предубеждениями) [1].

Повышенная агрессивность у детей является огромной проблемой для родителей, психологов, учителей и общества. У ребенка агрессивность может выражаться в отказах от выполнения легких поручений; постоянных возражениях; проявлении упрямства; драчливости; игнорировании просьб учителя; жестоким обращением с животными; озлобленности и раздраженности; длительной или постоянной подавленности; завышенной самооценке; самоуверенности и

эгоцентризме; душевной черствости; эмоциональной глухоте; неспособности понять других; стремлении унижить, оскорбить, настоять на своем.

В детском коллективе такие проявления форм агрессии, как обзывания, драки и ссоры – повсеместное явление. Более приемлемый, дружелюбный стиль общения без проявлений агрессии формируется с усвоением норм и правил взаимодействия. Но без воспитательного воздействия агрессия может сохраниться, став устойчивой формой поведения и личностным качеством.

Агрессивные дети приносят немало проблем себе и окружающим. Вспышки агрессии, став устойчивой чертой личности, подрывают здоровье ребенка, что приводит к снижению его продуктивного потенциала. В связи с этим, полноценное общение становится практически невозможным. Отношения агрессивных детей с окружающими всегда напряженные. Агрессия оказывает негативное влияние на процессы социализации и развития ребенка в последующих возрастных периодах. При постоянном подавлении агрессивных реакций (возмущения и протеста) происходит их накопление. Они проявятся в более старшем возрасте, но уже в иных формах. В научной психотерапевтической и психологической литературе этот феномен называется «перенесение» (А. Фромм). Это одна из типичных примет агрессивности. К примеру, ребенок, которого мать заставляет лечь спать, резко швыряет игрушку или бьет ногой котенка. Излить свое недовольство на мать он боится, поэтому «переносит» свое раздражение и гнев на более безобидный объект. По мере взросления данная привычка превращается в черту характера, становясь причиной страдания человека и людей, которые его окружают [2].

Исследователи указывают, что за последние 20 лет в России молодое поколение демонстрирует духовную бедность, черствость, примитивность суждений и поведения. Часто можно заметить неадекватное отношение к ровесникам, реакции на успех другого, школьники склонны отрицать достижения сверстников, но при этом активно злорадствуют в случае их неудач. Дети неохотно делятся с ровесниками и не оказывают помощь при необходимости. Такого рода отношения не имеют связей с развитием школьников, их уровнем самооценки или статусом ребенка в группе сверстников. Зачастую подобное поведение исследователи связывают с фиксацией школьника на самом себе и его внутренней изоляцией от окружающих. Агрессивность ребенок может проявлять по разным причинам. Среди основных можно выделить привлечение внимания к себе и своим проблемам, получение желаемого, стремление отомстить или наоборот защитить себя, занять главную позицию в группе сверстников или семье.

В школе определенные проблемы могут спровоцировать агрессивное поведение, это могут быть отметки. Для детей младшего школьного возраста трудно видеть разницу между собственной подготовленностью и чужой, возникает чувство несправедливости учителя по отношению к нему. Поэтому он сердится, гневается и, наконец, выплескивает свою агрессию на окружающих, ещё хуже, если ребенок все наболевшее носит в себе. Другая, не менее важная, проблема – критика. Дети младшего школьного возраста очень чувствительны к критике, какой бы безобидной она не была. Еще одна проблема – невнимание родителей огорчает детей, затем вызывает чувство вины и страха, которые трансформируются в агрессию. Конечно, агрессивное поведение может быть спровоцировано и взаимоотношениями ребенка с друзьями или другими одноклассниками.

Подводя итоги отметим нарастающие темпы развития агрессивности в младшем школьном возрасте, что влияет на все сферы жизнедеятельности детей. Важным представляется изучение факторов, которые обуславливают агрессивность младших школьников. Одним из таких мы видим детско-родительские отношения.

#### *Литература*

1. Мещеряков Б.Г. Большой психологический словарь [Текст] / Б.Г.Мещеряков, В.П.Зинченко. – М.: Прайм-Еврознак, 2003. – 672 с.
2. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности [Текст] / Э.Фромм – М.: Издательство: АСТ, 2004. - 635 с.

## **АУТОАГРЕССИЯ ЗАКЛЮЧЕННЫХ, НАХОДЯЩИХСЯ В МЕСТАХ ЛИШЕНИЯ СВОБОДЫ**

*Петрова А.А.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Работа психологической службы в рамках уголовно-исполнительной системы, нацелена на обеспечение гуманизации процесса исполнения наказаний. Адаптация к условиям социальной изоляции, преодоление кризисных и стрессовых ситуаций заключенных, оптимизация межличностных отношений – это основные направления, по которым ведется работа для обеспечения безопасности личности в местах лишения свободы.

Одной из актуальных проблем в пенитенциарных учреждениях является проблема аутоагрессивного поведения среди заключенных. Поэтому специалисты службы исполнения наказания заинтересованы в ранней идентификации людей группы риска.

Аутоагрессивное поведение является само по себе малоизученным явлением. Проводимые исследования в этой области зачастую сводятся к изучению одного из проявлений данного поведения – суицида.

В настоящее время не существует единого мнения в вопросе идентичности понятий «аутоагрессия» и собственно «суицид».

С.С. Степанов определяет аутоагрессию, как разновидность агрессивного поведения, при котором враждебные действия по каким-либо причинам (преимущественно социального характера) не могут быть обращены на раздражающий объект и направляются человеком на самого себя. Проявляется в склонности к самоунижению, самобичеванию, иногда – в нанесении себе физических повреждений, в особо тяжелых случаях – в попытках суицида [4; с.21].

Из этого определения следует, что понятие «аутоагрессия» шире и включает в себя действия, не только связанные с желанием уйти из жизни, но и причинение вреда своему организму, внутренние эмоциональные терзания и т.п. Ряд исследователей понимают под этим термином не только явные проявления агрессии по отношению к себе (попытки суицида, членовредительства, голодовки и т.п.), но и скрытые (алкоголизм, наркомания, увлечение «травматичными» видами спорта) [5].

Что касается лиц, отбывающих наказание в исправительных учреждениях, следует понимать, что сами условия изоляции человека от привычной ему среды, способствуют мотиву саморазрушения. Прежде всего, причина в том, что на ограниченном пространстве в небольшом коллективе для проживания и работы сосредоточены отрицательно-нравственные лица одного пола. Ограничение в реализации своих потребностей, отверженность обществом, деструктивное взаимодействие с другими заключенными, тотальный контроль со стороны администрации, четкое соблюдение правил учреждения, чувство вины, депрессивность – все это ведет к проявлению у осужденного склонности к импульсивным действиям и поступкам.

Аутоагрессивное поведение заключенных, находящихся в местах лишения свободы, как правило, сводится к попытке суицида, но современные исследования в данной области позволили определить, что иногда заключенные совершают аутоагрессию с определенной целью (сменить камеру, попасть в больницу, чтобы вызвать уважение или страх у окружающих).

Следует понимать, что на формирование мотивации аутоагрессии оказывают прямое влияние индивидуально-психологические особенности личности. Исследования Дмитриевой Н.В., Антилоговой Л.Н., Качкиной Л.С., Закондыриной В.А., помогли выявить качества, которые напрямую взаимосвязаны со склонностью к аутоагрессивному поведению. Такими

качествами являются мстительность, обидчивость, подозрительность, эгоцентризм, самонадеянность, импульсивность [1, 2, 3].

Таким образом, перед психологической службой уголовно-исполнительной системы в настоящее время остро стоит вопрос о необходимости изучения феномена аутоагрессии среди осужденных, особенностей его проявления, а также определения социально-средовых и индивидуально-психологических предикторов аутоагрессивного поведения. Полученные знания позволят работникам психологической службы создавать эффективные программы по профилактике аутоагрессивного поведения, а также осуществлять психологическую коррекцию аутоагрессии.

### *Литература*

1. Дмитриева Н.В. Психологические особенности осужденных молодого возраста, склонных к аутоагрессивным действиям [Текст] /Н.В. Дмитриева, Л.Н. Антилогова, Л.С. Качкина // Психология правонарушающего поведения. – 2015. – №2 (61). – С. 49– 52.
2. Закондырина В.А. Взаимосвязь аутоагрессивного поведения и социально-психологической адаптации подростков: дисс... канд. псих. наук: 19.00.01 / Закондырина Вера Александровна. – Москва, 2009. – 228 с.
3. Ипатов А.В. Личностные детерминанты аутодеструктивного поведения подростков: дисс... канд. псих. наук: 19.00.13 / Ипатов Андрей Владимирович. – Санкт Петербург, 2011. – 233 с.
4. Степанов С.С. Дефектология. Словарь справочник [Текст] /С.С. Степанов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 208 с
5. Сысоев А. М. Психология аутоагрессивного поведения осужденных и его предупреждение: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.06 / Сысоев Александр Михайлович. – Рязань, 2002. – 220 с.
6. Шаклеин К.Н., Барденштейн Л.М. Клинико-психопатологические предикторы аутоагрессивного поведения женщин, отбывающих наказание в исправительном учреждении [Текст] /К.Н. Шаклеин, Л.М. Барденштейн // Социальная и клиническая психиатрия. – 2017. – Т. 27. – №1. – С. 31– 38.

## **СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ**

*Плеханова Н.А.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М.Акмиллы*

Формирование ценностных ориентаций – неотъемлемая часть развития и становления личности. Подростковый период является критическим этапом психического развития человека. Остро протекающим психическим переломом обуславливается противоречивость и исключительная сложность этого возрастного периода. При этом противоречивый характер проявляется не столько в

физическом развитии, сколько в социальном и интеллектуальном развитии подростка. В данном случае семья может являться как отрицательным, так и положительным фактором воспитания.

Следует отметить, что каждое общество обладает уникальной ценностно-ориентационной структурой, в которой отражена культурная самобытность. Так как набор ценностей, усваиваемых индивидом в ходе социализации, транслируется ему именно обществом, то исследование системы ценностных ориентаций личности представляет собой одну из наиболее актуальных проблем в ситуации глобальных социальных изменений, когда исчезают социальные структуры норм, многие ценности разрушаются, и когда наблюдается определенная «размытость» ценностной структуры общества. Поскольку семья – это отражение общества, то можно утверждать, что именно семейные ценности и семейное воспитание оказывают наиболее существенное воздействие на формирование и развитие личности.

В настоящее время подростки испытывают серьезный кризис при формировании их ценностных ориентаций. Это проявляется в отсутствии у многих подростков базовых ценностей (таких как патриотизм, духовность, смысл жизни, понятие о жизни). Именно благодаря семейному воспитанию у подростка формируется понятие базовых жизненных ценностей [3].

Ученые подчеркивают, что в кризисные периоды состояния общества подростки оказываются наиболее социально неустойчивыми, не защищенными и нравственно не подготовленными. Большинство современных подростков испытывает острый кризис при формировании их смысло-жизненных ориентаций. Как было указано выше, это проявляется в отсутствии определенных базовых ценностей. Все то, что ребенок приобретает в семье в течение детского возраста, он сохранит на всю последующую жизнь. Положительное влияние на личность ребенка заключается в том, что никто, кроме самых близких, не относится к ребенку лучше и не заботится о нем. Наряду с этим, ни один иной социальный институт не может потенциально причинить столько вреда в воспитании и развитии ребенка, сколько может сделать семья [1, 2].

Семья является важнейшим социальным институтом и основной ячейкой общества. От функционирования семьи зависит не только воспитание и развитие детей, но также счастье и хорошее самочувствие родителей и детей. Значимостью влияния семьи на личность, ее проблемностью, многогранностью и сложностью обуславливается значительное количество разных подходов к изучению семьи и определений, используемых в научной литературе. Цель семейного воспитания должна заключаться в формировании таких личностных качеств, которые помогут достойно преодолевать преграды и трудности в жизни.

Исходя из результатов исследования Э.И.Сайфетдиновой, можно сделать вывод о том, что у части современных подростков наблюдаются незначительные расстройства в восприятии образа семьи. В частности, наблюдаются проблемы в восприятии образа лиц противоположного пола (конфликт с противоположным полом), образом отца (недовольство отцом, недостаток отцовского внимания), образа себя (низкая самооценка, неуверенность), а также образа семьи в целом (недостаток поддержки и опоры, отсутствие доверительных отношений) [1].

Семья может выступать в качестве как положительного, так и отрицательного фактора воспитания. Именно в семье ребенок должен получить настоящую любовь и заботу, чувствовать себя защищенным. Родителям необходимо осознавать ответственность, которую они несут за формирование ребенка как целостной личности.

Подростковый возраст является одним из наиболее сложных периодов. Изменяются интересы, взгляды на окружающий мир и на себя. Меняется мировоззрение. Дети в этом возрасте наиболее восприимчивы и чувствительны ко всему, что их окружает, поэтому необходимо, чтобы именно в данный период ребенок рос и воспитывался в благоприятной семейной атмосфере. Родители, в данный период, наиболее внимательно должны подходить к воспитанию ребенка. Именно ценности семьи играют огромную роль в воспитании подростка. Наиболее эффективными в воспитании являются такие ценности как: духовные, культурные и нравственные. Именно они помогают сформировать у подростка правильные взгляды на жизнь.

Подводя итог отметим, что тема семейных ценностей подростков не раскрыта в полной мере. В первую очередь это связано с тем, что данная проблема не только наиболее чувствительна к изменениям, происходящим в обществе, но и достаточно быстро меняется под их воздействием.

### *Литература*

1. Сайфетдинова Э.И. Отношение обучающихся к семейным ценностям [Текст] / Э.И.Сайфетдинова // Вестник Пензенского государственного университета. – 2013. – № 4. – С. 30 – 32.

2. Тайгулова Г.С. Анализ отношения современной молодежи к семейным ценностям (по результатам социологического опроса молодежи) [Текст] / Г.С.Тайгулова // Развитие человека в современном мире: материалы VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием: в 2 частях. ФГБОУ ВПО «Новосибирский государственный педагогический университет». – 2015. – С. 325 – 341.

3. Царахова-Салбиева З.У. Роль семьи, традиций и обычаев в формировании семейных ценностей подрастающего поколения [Текст] / З.У.Царахова-Салбиева // Высшее образование сегодня. – 2010. – № 2. – С. 54 – 57.

## МНЕНИЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ О КАЧЕСТВЕ ИХ ЖИЗНИ

*Сафин Р.М.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Старение населения – это один из крупнейших вызовов современного общества. Низкая рождаемость, в сочетании с относительно увеличивающейся продолжительностью жизни, представляет постоянное и необратимое изменение в возрастной структуре общества.

Все чаще внимание обращается на физические, психические и социальные аспекты, сопровождающие старение, а также на превенцию, ведущую к продлению жизни. Влияние здорового образа жизни на здоровье, ведущего к предотвращению, облегчению или откладыванию во времени хронических заболеваний, приобретает большую важность [4, 5].

Подчеркивается то, что понятие «здоровый образ жизни» (следование здоровому режиму питания, осуществление достаточной физической деятельности) должно дополняться социально-психологическим измерением (сбалансированный подход к работе и семейной жизни), а также отмечается то, что «здоровый образ жизни включает высокий уровень психического и физического здоровья» [1].

Обеспечение подходящего ухода, позволяющего достичь хорошего качества жизни и полноценной реализации пожилых людей, является первостепенной задачей на высоком уровне в течение следующих десятилетий.

Для реализации цели исследования использовался опросник для оценки качества жизни SF-36. Группу испытуемых составили люди пенсионного возраста (55 – 74 года). В исследовании приняли участие 25 мужчин и 25 женщин. Средний возраст исследуемых составляет 66 лет.

Анализируя проведенную диагностику, можем констатировать, что половина испытуемых указывает на наличие трёх и более заболеваний, а вторая половина подтверждает наличие одного или двух заболеваний. Чаще всего упоминаемые заболевания среди исследуемых распределяются в процентах, а именно: сердечно-сосудистая система – 50%; нарушение памяти – 30%; костно-мышечная система – 10% и неврологические заболевания – 10%. Эта проблема, характерная для пожилых людей, значительно влияет на качество их жизни и требует необходимого компетентного вмешательства и заботы.

Обнадеживающим фактом является то, что большая часть (60%) из исследованных не являются инвалидами. Сравнительно немногие (30%) относятся к 2 группе инвалидности, а остальные – к 3 группе.

Это необходимо учесть при установлении уровня качества их жизни вследствие того факта, что пожилые люди способны обслуживать себя в

повседневной жизни самостоятельно, обращаясь за помощью лишь в крайнем случае

Однако, беспокоит тот факт, что пожилые люди не информированы по основным вопросам, относящимся к поддержанию хорошего качества жизни. Около 70% из них указывают на то, что имеют довольно низкое качество жизни. Анкетированные сообщают о том, что усвоение навыков здорового питания, знаний об их медикаментозном лечении, использование нетрадиционных методов лечения повысили бы качество их жизни. Мотивация обучаться среди людей пожилого возраста является высокой, практически 80%. Приблизительно такой процент среди исследуемых желают включиться в обучения, проводимые медицинскими специалистами (Рис. 1).

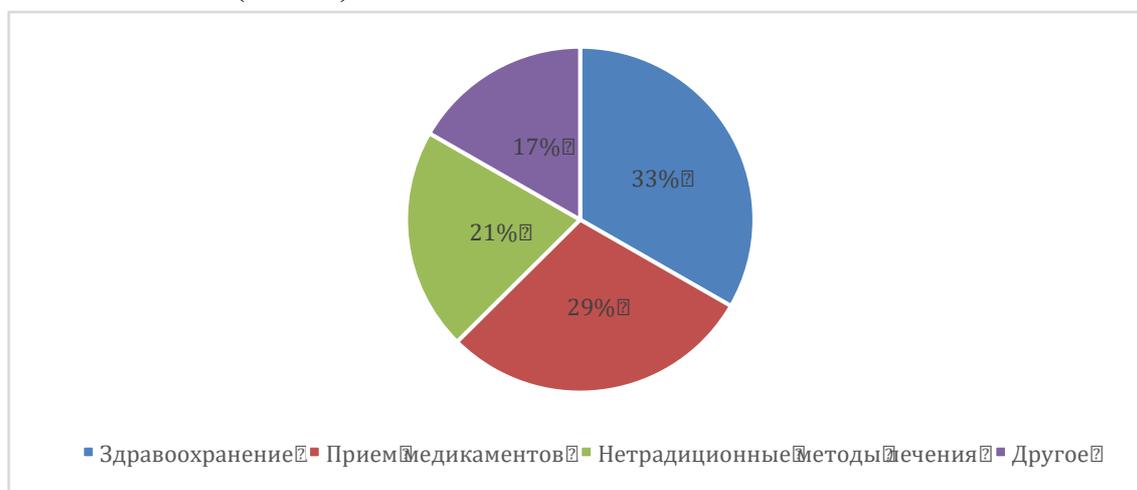


Рис. 1. Темы обучения

На основании проведенного исследования можно сделать следующие выводы:

1. Старение населения в национальном масштабе требует принятия стратегических мер по улучшению качества жизни людей.

2. Заболеваемость среди пожилых людей является проблемой, которая требует адекватного решения путем обеспечения качественной медицинской заботы и ухода за здоровьем.

3. Отсутствие информированности среди пожилых людей по основным вопросам, касающимся их здоровья, требует проведения обучения для повышения их культуры здоровья.

4. Высокий процент анкетированных воспринимает качество своей жизни как нехорошее.

#### *Литература*

1. Балканска П.А. Приоритетные области здравоохранения в условиях демографического перехода [Текст] / П.А. Балканска, Н. Георгиев. – София: ИНГА, изд. ТЕМПО, 2008. – 41 с.

2. Милчева Хр. Оценка питания для пожилых людей в рамках стратегии по укреплению здоровья [Текст] / Хр. Милчева, Ал. Андонова // Здоровье в 21 веке: Юбилейная международная конф., Плевен, 2010. – том 1. – С. 51–54.

3. Резолюция Европейского парламента от 9 октября 2008 г. относительно Белой книги, озаглавленной: «Вместе за здоровье: Стратегический подход для ЕС 2008-2013 г.» (2008/2115(INI)).

4. Митина Г.В. Субъективная оценка психоэмоционального состояния пожилых людей [Текст] / Г.В. Митина, Э.Ш. Шаяхметова, О.М. Макушкина // Здоровье и образование в XXI веке. – 2018. – Т. 20. – № 3. – С. 44–49.

5. Шаяхметова Э.Ш. Особенности психических состояний у лиц пожилого возраста, живущих в семьях и домах престарелых [Текст] / Э.Ш. Шаяхметова, Г.В. Митина, О.М. Макушкина // Здоровье и образование в XXI веке. – 2018. Т. 20. – № 2. – С. 47–52.

## **АНАЛИЗ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ КУРСАНТОВ В УСЛОВИЯХ ИЗМЕНЕННОЙ СОЦИАЛЬНОЙ СРЕДЫ**

*Сеилханова С. Е., Урмурзина Б. Г.*

*Республика Казахстан, г. Актобе, АРГУ им. К.Жубанова*

Воинская деятельность – это сложный вид трудовой деятельности, которая включает в себя и учебу, и труд. Она сложна и многогранна. Каждый военнослужащий должен владеть такими качествами, как знания оружия и их применение, твердые практические навыки и умения, способность выполнять боевые задачи в опасных ситуациях, умение переносить любую моральную и физическую нагрузку, проявлять стойкость, мужество и самообладание, а также развитые интеллектуальные качества [1, 91с.]. Огромную роль в предопределении эмоциональных реакций военнослужащего играют личностные характеристики, такие как уровень самооценки, эмоциональная устойчивость, тревожность.

Различные психологи используют термин «тревога» в разных значениях. Многозначность термина объясняется тем, что он используется в двух основных значениях, которые взаимосвязаны, но относятся к совершенно разным понятиям. Чаще всего термин «тревога» используется для описания неприятного по своей окраске эмоционального состояния, которое характеризуется ощущениями беспокойства, внутренней суматохи, мрачных предчувствий, а с физиологической стороны – активацией автономной нервной системы.

Понимание тревожности как устойчивой черты, предполагающей повышенную склонность индивида испытывать состояние тревоги является наиболее распространенным [2, 160 с.].

По определению Р.С. Немова, «тревожность – постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях» [3, 104 с.].

Тревога, по Г.Адлеру, – выражение комплекса неполноценности, возникающее, когда человек чувствует неспособность устанавливать нормальные отношения с другими людьми [4, 88 с.].

Наиболее общее, на наш взгляд, определение тревожности гласит: «тревожность – это состояние человека, которое характеризуется повышенной склонностью к переживаниям, опасениям и беспокойству, имеющей отрицательную эмоциональную окраску».

В военной психологии вопросы, связанные с тревожностью, связаны, в большей степени, с обеспечением боевой готовности в чрезвычайных ситуациях. Тревожность у военнослужащих носит неординарный характер. Она связана с повышенной опасностью, физическими и психологическими нагрузками, интенсивностью учебного процесса, необходимостью умения владеть боевой техникой и оружием, подготовкой к деятельности, несущей в себе реальную угрозу для жизни. Высокий уровень тревожности снижает мотивацию на успех, способствует утрате исходной цели, замедляет умственные действия. Высокая тревожность также отрицательно сказывается на протекании и результативности учебной деятельности.

Нами было проведено социально-психологическое исследование, целью которого было выявить уровень тревожности курсантов. В исследовании приняли участие 62 курсанта летного факультета. Все испытуемые мужского пола, большинство титульной национальности – казахи, возраст 17 – 23 года.

Курсантам была предложена методика СМИЛ (ММРІ адаптированный Л.Н. Собчик). Данная методика позволяет получить личностный портрет по базисным шкалам. Она включает 377 вопросов – утверждений, на которые испытуемый должен ответить верно – неверно.

Результаты проведенного исследования показаны в приведенной ниже диаграмме.



Таким образом, по результатам проведенного исследования можно сделать вывод, что у большинства курсантов преобладает 9 шкала – «шкала оптимистичности». Рассмотрим подробнее данную методику.

Методику СМИЛ по ее эффективности по праву можно назвать «тяжелой артиллерией» психодиагностики. После ее проведения психолог получает многосторонний портрет человека, который включает богатый спектр структурных компонентов личности, как: мотивационная направленность, самооценка, стиль межличностного поведения, полоролевой статус, черты характера, тип реагирования на стресс, наличие психических отклонений, а также количественные и качественные характеристики устойчивых профессионально важных свойств.

Стандартизированный многофакторный метод исследования личности СМИЛ – это модифицированный тест ММРІ, который был создан в 1942- 1949 гг. с целью профессионального отбора летчиков во время второй мировой войны. Его авторы американские психологи И. Маккинли и С. Хатэуэй. Это количественный метод оценивания личности, который, благодаря автоматизированному способу обработки результатов исследования, исключает зависимость получаемых данных от субъективности и опыта экспериментатора. Высокая надежность, наличие шкал достоверности и полифакторный характер интерпретации создали базу для широкой популярности этой методики в разных странах мира [5, 3 с.].

*1 шкала – шкала невротического сверхконтроля.* Она выявляет мотивационную направленность личности на соответствие нормам, принятым как в обществе, так и в сфере физиологии. Подавление спонтанности – основная проблема личности, относящейся к данному типу. Люди данного типа эмоционально скупы, осторожны и осмотрительны.

*2 шкала – шкала пессимистичности.* В ней преобладает пассивная личностная позиция. Избегание неуспеха является ведущей мотивационной направленностью. Для лиц данного типа характерны склонность к раздумьям, бездействие в принятии решений, аналитический склад ума, самокритичность, неуверенность в себе и своих возможностях.

*3 шкала – шкала эмоциональной лабильности.* Она выявляет нестабильность эмоций, конфликтное сочетание разносторонних тенденций. Люди данного типа отличаются излишней демонстративностью, непостоянством самооценки, яркостью эмоциональных показателей при поверхности переживаний.

*4 шкала – шкала импульсивности.* Данная шкала выявляет активную жизненную позицию, в структуре мотивационной направленности – преобладание мотивации достижения, уверенность и легкость в принятии решений. Лицам данного типа характерны неусидчивость, рискованность, нестабильность.

*5 шкала – шкала мужественности – женственности.* Она по-разному анализируется в зависимости от пола испытуемого. Высокие показатели по данной шкале означают отклонение от принятого в обществе для данного пола ролевого поведения, а также затруднение сексуальной межличностной адаптации.

*6 шкала – шкала ригидности.* Она показывает стабильность интересов, настойчивость в отстаивании собственного мнения, активность моральных ценностей, практичность, рациональность взглядов на жизнь, синтетический склад ума. Люди данного типа аккуратны, верны своим моральным установкам, довольно откровенны.

*7 шкала – шкала тревожности.* Данная шкала выявляет преобладание пассивно – страдательной позиции, неуверенность в своих возможностях и в устойчивости ситуации, ярко выраженную сентиментальность, зависимость от среды. Людям, относящимся к данному типу, характерны сильное чувство ответственности, совестливость, скромность, высокий уровень тревожности касаясь повседневных проблем, беспокойство за судьбу близких.

*8 шкала – шкала индивидуальности.* Эта шкала выявляет обособленно – пассивную личностную позицию, аналитический склад ума. Личности данного типа отличаются особенностью суждений, оригинальностью интересов. Также им характерна избирательность в контактах, самостоятельность взглядов, склонность к абстрагированию.

*9 шкала – шкала оптимистичности.* Она отражает активность личностной позиции, уверенность испытуемого в себе, высокую самооценку, высокий показатель мотивации достижения, которая опирается в большей мере на речевую активность и двигательную

подвижность. Превалируют инфантильность, позитивное принятие окружающего мира, уверенность в светлом будущем.

*О шкала – шкала социальной интроверсии.* Данная шкала отражает инертность личностной позиции, углубленность интересов во внутренние переживания. Личности данного типа замкнуты, застенчивы, пассивны в принятии решений, избирательны в сфере социальных контактов.

Итак, исходя из полученных результатов по данной методике, мы видим, что уровень тревожности курсантов – низкий. Это говорит о том, что они оптимистично настроены, уверенно смотрят в будущее, не сомневаются в своих способностях, несмотря на ограниченные возможности в рамках военного института.

Определенный уровень тревожности – естественная часть активной личности. Именно это свойство во многом предопределяет поведение человека.

Полученные результаты эмпирических исследований курсантов военного вуза позволяют сформулировать общие выводы и определить перспективы дальнейшего изучения тревожности военного специалиста.

#### *Литература*

1. Караяни А.Г. Прикладная военная психология [Текст] /А.Г. Караяни, И.В. Сыромятников. – СПб.: Питер, 2006. – 91 с.
2. Астапов В. М. Тревожность у детей [Текст] /В.М. Астапов. – М. : ПЕР СЭ, 2008. – 160 с.
3. Немов Р.С. Психология [Текст] /Р.С. Немов. – М.: Просвещение, 1985. – 104 с.
4. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии [Текст] / пер. с нем. – М.: Фонд «За экономическую грамотность», 1995. – 88 с.
5. Собчик Л.Н. СМИЛ (ММРІ) Стандартизированный многофакторный метод исследования личности [Текст] /Л.Н. Собчик. – СПб.: Речь, 2006. – 30 с.

## **БЫВШИЙ СУПРУГ/ БЫВШАЯ СУПРУГА НЕ ДАЕТ ОБЩАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ. ЧТО ДЕЛАТЬ?**

*Султанишина Гульназ Ансаровна  
РФ, г. Уфа, БГПУ им. М.Акмиллы*

Сегодня хочу затронуть тему очень щекотливую, и актуальную в наше непростое время. И попытаюсь это сделать в переплетении двух наук, юриспруденции и психологии.

Статья написана на основании моей юридической практики по семейным делам, и моих исследованиях в области семейной психологии.

Начиная изучать семейную психологию, я всерьез задумалась о влиянии родительских конфликтов на эмоциональную сферу детей. Один

из важнейших вопросов, который я задаю своим клиентам: «Как Вы общаетесь со своим ребенком?» (если родитель живет отдельно), и «Как Ваш ребенок общается с другим родителем?» (если обращается родитель, проживающий с ребенком).

В интернете много статей, которые говорят о правах Родителей, проживающих отдельно от ребенка. Повторюсь: *Ст. 66 СК регламентирует право Родителя на общение с Ребенком, участие в его воспитании и решении вопросов получения ребенком образования. А второй Родитель, с которым проживает ребенок, не должен препятствовать общению Ребенка с другим родителем, если такое общение не причиняет вред физическому и психическому здоровью ребенка, его нравственному развитию.*

Наряду со своими правами, гарантированными семейным законодательством Российской Федерации, родителям также следует помнить «*О Правах ребенка!*»

*Следует понимать! Запрет на общение с ребенком - это прежде всего нарушение права ребенка!*

Право Ребенка на общение с родителями и другими родственниками регламентировано ст. 55 СК РФ.

*Цитирую: Ребенок имеет право на общение с обоими родителями, дедушкой, бабушкой, братьями, сестрами и другими родственниками. Расторжение брака родителей, признание его недействительным или раздельное проживание родителей не влияют на права ребенка.*

*В случае раздельного проживания родителей ребенок имеет право на общение с каждым из них. Ребенок имеет право на общение со своими родителями также в случае их проживания в разных государствах.*

К сожалению, родители, проживающие с ребенком после развода УПОРНО ИГНОРИРУЮТ ПРАВО СВОЕГО РЕБЕНКА на общение с другим родителем, аргументируя это тем, что это делается во благо ребенку.

К сожалению, в большинстве случаев, такое отношение и препятствие общению близких и родных людей оказывает вред психическому, а иногда и физическому здоровью ребенка. В действительности, такие действия родителей зачастую направлены на попытку наказать обидчика (бывшего супруга, а вместе с ним и своего ребенка).

Развод всегда является испытанием и для бывших супругов, и для детей (особенно для детей!), которые после развода не становятся бывшими. Развод чаще всего сопровождается длительными судебными процессами по разделу имущества, определению места жительства несовершеннолетних детей, взысканию алиментов, следовательно, ссорами, скандалами, взаимными оскорблениями. В итоге получаем

## Травмированных Женщин, Травмированных Мужчин, и ТРАВМИРОВАННЫХ ДЕТЕЙ.

Результаты психологических исследований показывают, что у детей младшего школьного возраста, воспитывающихся в неполных семьях, уровень тревожности и агрессии выше чем у детей, воспитывающихся в полных семьях.

В семье, которая стремительно движется к распаду, либо уже распалась, ребенок невольно становится вовлечённым в конфликт, в некоторых случаях он принимает активное участие в разрешении конфликта родителей, а в некоторых – он является просто свидетелем происходящего; в любом случае, Ребенок получает психологическую травму. Перед ребенком возникает выбор, и куча недетских проблем и задач: «Мама или Папа? Кто прав, кто виноват? С кем буду жить после развода родителей? Как общаться с другим родителем и родственниками, если мне запрещают?».

И, естественно, он начинает выполнять недетские роли, и соответственно решать недетские задачи. Детская психика не готова к выполнению такого рода задач в силу возраста. У него становится меньше времени и внимания на детские роли и задачи, теряется интерес к играм, увлечениям, общению со сверстниками, образовательному процессу. Отсюда возникают тревожность, агрессия, страхи и другие проявления расстройства психического здоровья. Появляются проблемы в детском саду, в школе, снижается успеваемость, ребенок не слушается родителей, становится замкнутым. Могут возникнуть и более серьезные последствия, ухудшение состояния физического здоровья (психосоматика), для привлечения внимания родителей. Но родители не всегда могут осознавать связь между следствием и последствиями этих событий, поэтому будут активно пытаться избавиться от симптомов. А причина остается глубоко внутри, в подсознании Ребенка и время от времени будет давать о себе знать, и каждый раз по-новому и с новой силой. *А ребенку нужно не много, просто любовь и внимание самых близких и любимых, пусть даже враждующих между собой. Ребенок любит и МАМУ и ПАПУ. После развода Ребенок не становится бывшим. Мама и папа не становятся бывшими.*

И так, вернемся к вопросу по теме. Что делать, если бывший супруг препятствует общению с ребенком?

Мои рекомендации родителям, которым препятствуют в общении с ребенком (основанные на моем профессиональном юридическом опыте):

1. Первое и самое важное это – желание и стремление участвовать в жизни ребенка, и быть готовым добиться этой цели мирным, либо менее конфликтным путем (по возможности). Главная цель – сохранение близких родственных отношений со своим ребенком, любить его и помогать ему развиваться.

2. Настоятельно рекомендую (*сразу не бежать сломя голову в суд!*), обратиться к бывшему супругу (супруге) с предложением составить нотариальное соглашение об осуществлении родительских прав, о порядке общения с ребенком. При необходимости можно обратиться к семейным медиаторам, к юристам, психологам. Это в ваших интересах, и в интересах вашего ребенка.

3. В случае не достижения соглашения, необходимо обратиться с исковым заявлением в суд, для определения порядка осуществления Ваших родительских прав. Если другая сторона настроена крайне враждебно, рекомендую воспользоваться услугами юриста, для представления Ваших интересов в суде.

4. При невыполнении решения суда к виновному родителю применяются меры, предусмотренные законодательством об административных правонарушениях и законодательством об исполнительном производстве. При злостном невыполнении решения суда суд по требованию родителя, проживающего отдельно от ребенка, может вынести решение о передаче ему ребенка исходя из интересов ребенка и с учетом мнения ребенка.

#### *Статья 5.35. КОАП РФ*

*Неисполнение родителями или иными законными представителями несовершеннолетних обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних*

*2. Нарушение родителями или иными законными представителями несовершеннолетних прав и интересов несовершеннолетних, выразившееся в лишении их права на общение с родителями или близкими родственниками, если такое общение не противоречит интересам детей, в намеренном сокрытии места нахождения детей помимо их воли, в неисполнении судебного решения об определении места жительства детей, в том числе судебного решения об определении места жительства детей на период до вступления в законную силу судебного решения об определении их места жительства, в неисполнении судебного решения о порядке осуществления родительских прав или о порядке осуществления родительских прав на период до вступления в законную силу судебного решения либо в ином воспрепятствовании осуществлению родителями прав на воспитание и образование детей и на защиту их прав и интересов, - влечет наложение административного штрафа в размере от двух тысяч до трех тысяч рублей.*

*3. Повторное совершение административного правонарушения, предусмотренного частью 2 настоящей статьи, - влечет наложение административного штрафа в размере от четырех тысяч до пяти тысяч рублей или административный арест на срок до пяти суток.*

Простые правила, которых стоит придерживаться при общении с ребенком после развода.

Старайтесь общаться с ребенком так же, как и до развода. Демонстрируйте ребенку ваше желание общаться с ним и заботиться о нем. Участие в совместных беседах, прогулках и развлечениях смогут помочь ему понять, что он вам по-прежнему дорог. В этом случае развод и период после него ребенок сможет пережить без серьезных психологических травм. Как бы ни вел себя другой родитель, не стремитесь настраивать сына или дочь против него (нее).

#### *Литература*

1. Буянов М.И. Ребенок из неблагополучной семьи: Записки детского психолога: кн. для учителей и родителей [Текст] / М.И. Буянов. – М.: Просвещение, 2009. – 361с.
2. Воспитание детей в неполной семье [Текст]. – М.: Просвещение, 1985. – 35 с.
3. Григорьева Е. Дети после развода [Текст] /Е. Григорьева //Семья и школа. – 1995.
4. Додонов Б.И. Эмоции как ценность [Текст] /Б.И. Додонов. – М.: Политиздат, 2008. – 410 с.
5. Истратова О.Н. Развитие младшего школьника в условиях эмоционального отвержения его родителями [Текст] / О.Н. Истратова // Известия ЮФУ. Технические науки. – 2012. – № 10 (135). – С. 186-193.
6. Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 N 223-ФЗ
7. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях от 30.12.2001 N 195-ФЗ
8. Федеральный закон от 02.10.2007 N 229-ФЗ (ред. от 06.03.2019) «Об исполнительном производстве».

## **ОСОБЕННОСТИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ МОЛОДЫХ ЖЕНЩИН**

*Стрельникова А.А.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Современный мир таит в себе множество стрессогенных факторов. Для того, чтобы эффективно справляться с травматической ситуацией и безболезненно выходить из состояния стресса необходимо совершать некоторые действия. Эти действия связаны с нашими ресурсами и накопленным опытом.

Сама теория совладания с трудными ситуациями в жизни в психологии появилась во второй половине XX века. Существует такое понятие как «копинг» – данный термин в психологию ввёл всемирно известный американский психолог Абрахам Маслоу в 1987 году, что в

перевод с английского дало начало новому феномену в отечественной психологии под названием «совладание». Смысл механизма совладания состоит в непрерывном изменении когнитивных или поведенческих попыток преодоления специфических внешних и внутренних требований, которые оцениваются как напряжённые или превосходящие возможности человека справиться с ними, об этом писал Р. С. Лазарус в 1991 году [6].

Стресс можно рассматривать как транзактный процесс и выделить его структуру в виде последовательных элементов:

- Происходит осознание стрессора и его оценка;
- Нарушается состояние гомеостаза в связи с влиянием стресса на эмоции и процессы познания;
- Выполняется совладающая реакция или действие;
- Формируется результат совладания и новая оценка данной ситуации (при неуспешном прохождении этих стадий происходит возвращение к первому элементу структуры).

С помощью механизма совладания стрессовая ситуация может разрешиться либо успешно, либо с меньшей эффективностью. Совладающее поведение включает в себя несколько стратегий совладания, которые являются актуальным действием личности на потенциальную угрозу. Характеристики личности и социальной среды являются ресурсами, помогающие в успешной адаптации к стрессу. К личностным ресурсам совладания, по мнению В.А. Абабкова и М. Перре, относятся аффилиация, интеллект, эмпатия, восприятие социальной поддержки, локус контроля и некоторые другие психологические конструкты [1].

Реакции личности при столкновении со стрессом могут быть разнонаправлены. Можно выделить три таких направления:

- 1) изменение компонентов травматической ситуации;
- 2) изменение общей волевой ориентации или оценки;
- 3) изменение когнитивных репрезентаций стрессора.

В любом случае, функция ответа совладания направлена на облегчение субъективного дискомфорта и восстановление гомеостаза. Если вероятность достижения отдалённой цели будет увеличиваться, то субъект может выбрать выраженный дискомфорт.

Совладающее поведение имеет три типа: 1) поиск социальной поддержки; 2) решение проблем; 3) избегание.

Тип совладающего поведения определяется после воздействия стрессора во время первичной оценки ситуации: угрожающая или благоприятная [4]. Механизмы личностной защиты формируются тоже с этого момента. Р.С. Лазарус объяснял защиту как процессы совладания, которые являются способностью личности осуществлять контроль над расстраивающими, угрожающими или доставляющими удовольствие

ситуациями. Так как в данный процесс включаются эмоциональные реакции, то от него зависит сохранение эмоционального равновесия личности. Процесс совладания направлен на уменьшение, удаление и устранение действующего стрессового фактора. Вторичная оценка этого фактора осуществляется на данном этапе. Результатом этой оценки является один из трёх предполагаемых типов стратегии совладания:

– совладание без эмоций в случае, если угроза личности не оценивается как реальная (повседневные бытовые опасности, которые успешно избегаем);

– косвенная форма, работа мышления без прямого влияния, которое невозможно из-за внешнего или внутреннего препятствия (переоценка, вытеснение, подавление, изменение направленности эмоции для нейтрализации, переключение на другую форму активности);

– непосредственные активные действия для уменьшения или устранения опасности (бегство или нападение).

Классификаций совладающего поведение достаточно много, но А.И. Прихидько выделяет три основных критерия построения этих классификаций:

1) Эмоциональный или проблемный:

Эмоциональный копинг направлен на регулирование эмоциональной реакции, а проблемно-фокусированный - на преодоление проблемы или изменение ситуации, вызывающей стресс.

2) Когнитивный или поведенческий:

Так называемый «скрытый» внутренний копинг основывается на когнитивном решении проблемы с целью изменения неприятной ситуации, спровоцировавшей стресс. А «открытый» поведенческий копинг ориентируется на поведенческие реакции, использующие стратегии совладания, которые наблюдаются в поведении.

3) Успешный или неуспешный:

Успешным копингом называется тот, что использует конструктивные стратегии, которые в конечном итоге приводят к преодолению трудной ситуации, вызвавшей стрессовую реакцию. Неуспешным копингом является такое совладание, при котором используются неконструктивные стратегии, вызывающие трудности в преодолении травматической ситуации [6].

При выборе стратегий совладания существенной детерминантой являются стабильные черты характера личности. Они также считаются относительно независимыми от какой-либо ситуации тенденциями к определённым психологическим реакциям. Выделяют несколько протективных, способствующих благоприятному осуществлению функций, особенностей личности: эмоциональная стабильность, выносливость – комплексная система убеждений по поводу окружающего

мира и самого себя, поддерживающая человека при воздействии стресса, способность «контролирования и притупления», «душевное здоровье» - способность справляться с внешними и внутренними требованиями, защитные механизмы личности.

Выяснилось, что люди с иррациональными убеждениями по поводу произошедшего являются более уязвимыми от стрессовых воздействий, тогда как рациональные убеждения считаются своеобразными средствами защиты от несчастий [6].

Если рассматривать возраст в качестве определяющего фактора совладающего поведения, тогда можно сказать, что люди в молодом возрасте предпочитают ригидные виды, такие как проблемно-ориентированный, в качестве которого является конфронтационная стратегия совладания и ориентированный на эмоции в виде бегства/избегания [5]. Перечисленные виды являются наиболее неадаптированными.

Е.В. Зинченко и И.А. Рудя выяснили, что особенности совладания молодых матерей заключаются в выборе активных копинг-стратегий [2]. Кроме того, важным фактором выбора совладающего поведения является их семейное положение. Было выявлено, что одинокие матери выбирали пассивную стратегию дистанцирования, тогда как неодиноким молодые женщины использовали стратегию планирования решения проблемы [2].

С точки зрения Е.Р. Исаевой, копинг-поведение женщин заключается в частом поиске социальной поддержки, т.к. зависит от полоролевых стереотипов [3].

В настоящее время наиболее распространены исследования совладающего поведения женщин в ситуации измены или принятии роли родительства. Особенности совладания женщин также зависят от ресурсов и устойчивых черт личности. Но в этом случае, нужно обратить внимание на гендерные различия в воспитании будущих мужчин и женщин, на то, какими ресурсами они обладают и какие стабильные черты личности сформировались. Можно сказать, что стратегии совладания у каждого человека индивидуальны, но при выделении связующего фактора, есть возможность описать закономерности данного поведения.

### *Литература*

1. Абабков В. А. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики терапии [Текст] /В.А. Абабков, М. Перре. – СПб.: Речь, 2004.

2. Зинченко Е.В. Стратегии копинг-поведения у молодых женщин, имеющих детей [Текст] /Е.В. Зинченко, И.А. Рудя // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2017. – №15/1. – С. 27 – 34.

3. Исаева Е.Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни [Текст] /Е.Р. Исаева. – СПб.: Изд-во СПбГМУ, 2009. – 136 с.

4. Малкина-Пых И.Г. Терапия пищевого поведения. [Электронный ресурс]: книга / И.Г. Малкина-Пых; – Изд-во Эксмо г. Москва, 2007. Режим доступа:

[http://velib.com/book/malkina\\_pykh/terapija\\_pishheвого\\_povedeniija/#book\\_37646](http://velib.com/book/malkina_pykh/terapija_pishheвого_povedeniija/#book_37646).

– (Дата обращения: 25.03.2019г.)

5. Якунин И.А. Возрастная специфика совладающего поведения. / [Электронный ресурс] // Режим доступа:

<https://cyberleninka.ru/article/v/vozrastnaya-spetsifika-sovladayuschego-povedeniya-1>.

– (Дата обращения: 31.03.2019г.)

6. Lazarus R.S. Emotion and Adaptation. N.Y: Oxford University Pres

## СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ ОДИНОЧЕСТВА В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ

*Сычева А.В., Шарафутдинова Э.Р.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М.Акмиллы*

**Актуальность.** Долголетие становится нормой жизни в современном развитом обществе, причем основная проблема заключается лишь в качестве долголетия. Согласно статистике ООН, в мире насчитывается 610 млн. человек старше 60 лет, а к 2025 г. их число превысит 1 млрд. Самым поразительным станет рост численности лиц в возрасте 80 лет и старше.

Существующая и прогнозируемая демографическая ситуация ставит перед современным обществом целый ряд медико-социально-психологических проблем. Старость иногда называют «возрастом социальных потерь» [3]. Утверждение это не лишено оснований: старость как фаза жизни характеризуется возрастными изменениями в организме человека, изменениями его функциональных возможностей, потребностей, роли в семье и обществе, что зачастую протекает безболезненно для самого человека и его социального окружения.

Для большинства пожилых людей со старостью приходит одиночество, такую ситуацию можно рассматривать как явно негативную. Согласно существующим стереотипам, люди, которые живут одни, – это недружелюбные, надменные, непривлекательные и одинокие люди. Жизнь старого одинокого человека представляется абсолютно нежелательным явлением, психосоциальные последствия которого уменьшают пользу продолжительности жизни. Старость влечет за собой жизнь в изоляции. Жизнь в изоляции влечет за собой одиночество. Согласно жизненным свидетельствам, люди наиболее схожи в том, что по мере старения они живут одни. Старость и жизнь в одиночку захватывают все больше возрастных категорий, в особенности старых женщин [2].

Существует предположение, будто стареющие люди, которые живут одни, были отвергнуты семьями, что и приводит к отсутствию навыков социальной жизни и тесных связей. Такое мнение получило широкое распространение, в действительности же подобные взгляды справедливы лишь для некоторой части населения старшего возраста.

В психологической и медицинской литературе уделяется много внимания общим проблемам геронтологии и гериатрии [1, 2, 4]. Однако, вопросу о качественных аспектах духовной жизни пожилых людей, их психическим и эмоциональным состояниям уделяется недостаточное внимание.

Все вышесказанное определяет актуальность исследования и позволяет сформулировать цель исследования.

**Цель исследования:** выявление особенностей восприятия чувства одиночества у лиц пожилого возраста.

**Организация и методы исследования.** В исследовании приняли участие 40 пенсионеров в возрасте от 68 до 72 лет. 10 пенсионеров, проживающих в семье и 30 одиноких пенсионеров. Были использованы: 1) авторская анкета «Краткая характеристика жизнедеятельности пожилого человека», состоящая из двух блоков, 10 вопросов направленных на выявление социальной сферы и увлечений пожилого человека; 2) методика субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона.

Статистическая обработка полученных данных включила: вычисление первичных статистических показателей, t-критерий Стьюдента. Статистический анализ проводился с помощью компьютерной программы SPSS Statistikcs.

**Результаты исследования и их интерпретация.** Исследование уровня субъективного ощущения одиночества пенсионеров, проживающих в семье, представлено на Рис.1.

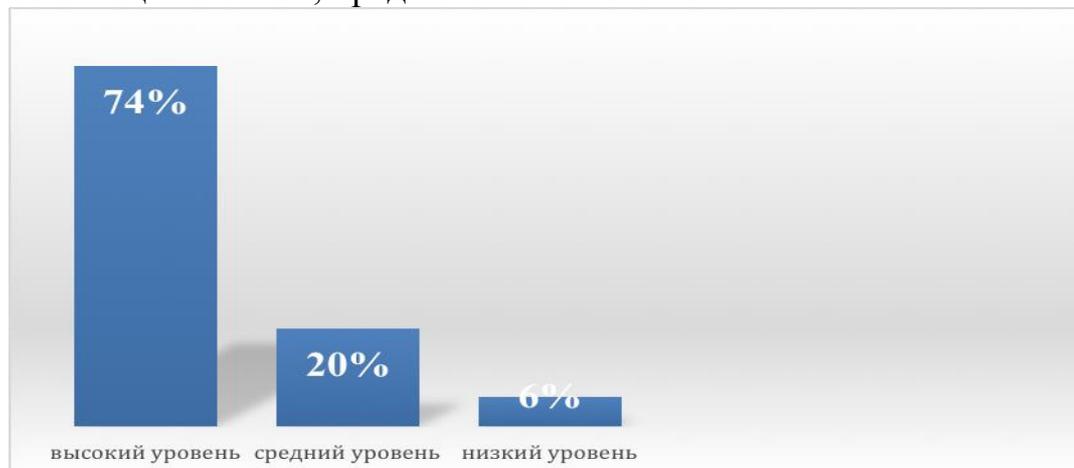


Рис.1. Уровень субъективного ощущения одиночества в выборке пожилых людей, проживающих в семье

Из данных, представленных на Рис. 1, видно, что у 74% пожилых людей, проживающих в семье, выявлен высокий уровень одиночества, у 20% выявлен средний уровень одиночества, у 6% выявлен низкий уровень одиночества.

Исследование уровня субъективного ощущения одиночества пенсионеров, проживающих без семьи, представлено на Рис.2.



Рис.2. Уровень субъективного ощущения одиночества в выборке пожилых людей, проживающих без семьи

Из данных, представленных на Рис. 2, видно, что у 82% пожилых людей, проживающих без семье, выявлен высокий уровень одиночества, у 12% выявлен средний уровень одиночества, у 6% выявлен низкий уровень одиночества.

Данные показатели свидетельствуют о том, что субъективное ощущение одиночества не всегда вызвано фактическим отсутствием в жизни пожилого человека социальных контактов, а может присутствовать даже в условиях жизни в семье.

В ходе бесед и обратной связи, проведенных в процессе диагностики, было установлено, что гораздо больше фактов одиночества среди старых одиноких людей, которые проживали с родственниками, чем среди других стариков, которые жили одни. Оказалось, что социальные контакты с друзьями или соседями оказывают большое влияние на благополучие, чем контакты с родственниками.

Контакты с друзьями и соседями снижали их чувство одиночества и повышали чувство собственной пригодности и ощущение, что тебя уважают и другие.

На следующем этапе исследования были предприняты попытки выяснить психологические предпосылки возникновения чувства одиночества в пожилом возрасте.

Так, 68% пожилых людей считают причиной своего одиночества фактор свободы от привязанностей, 2% считают причиной своего одиночества фактор отчужденности, 30% пожилых людей считают причиной своего одиночества фактор вынужденной изоляции. Возможно, это обусловлено тем, что пожилые люди в силу своего возраста, находятся в состоянии отсутствия жестких обязательств перед кем-либо, т.к. все основные фазы жизни по воспитанию детей и внуков и по реализации себя в профессии уже завершены. Ощущая возможность выбирать то, что им нравится, они ощущают, что ситуация выбора несет в себе помимо благоприятного чувства свободы для них самих еще и разочарование, ведь не всегда то, что они выбирают, отвечает им взаимностью.

Объединяя информацию, полученную в ходе анализа результатов данной методики, а также в ходе бесед, проведенных в процессе диагностики, можно сделать вывод, что большинство пожилых людей вследствие ощущения одиночества замыкаются в себе, испытывая не только депрессивные переживания, связанные с данным ощущением и аффективные эмоции (приносящие вред и для того, кто испытывает такие эмоции, и для окружающих его людей), но и демонстрируя пессимистичные убеждения. Распространены, например, следующие высказывания: «Мне очень плохо и никто не способен мне помочь», «Я самый несчастный человек на свете и мне совершенно нечему радоваться», «Все хорошее уже прошло и никогда не вернется». Возможно, что испытуемые пожилые люди очень привыкли к психосоциальной роли «жертвы» (несправедливо обиженного, униженного и покинутого человека) и расстаются с ней с высокой степенью нежелания и болезненности – им комфортнее продолжать страдать из-за недостатка общения, обвиняя окружающих в равнодушии, чем взять на себя ответственность за свою жизнь и проявить активность в целях избавления от одиночества.

Таким образом, восприятие одиночества лицами пожилого возраста, проживающих вне семьи, имеет общие и специфические признаки с восприятием одиночества лицами пожилого возраста, проживающих в семьях.

### *Литература*

1. Митина Г.В. Субъективная оценка психоэмоционального состояния пожилых людей [Текст] /Г.В. Митина, Э.Ш. Шаяхметова, О.М. Макушкина // Здоровье и образование в XXI веке. – 2018. – Т. 20. – № 3. – С. 44 – 49.
2. Хамитов Н.В. Философия одиночества [Текст] /Н.В. Хамитов. – К.: Наукова думка, 1995. – 126 с.
3. Шахматов Н.Ф. Психическое старение [Текст] / Н.Ф. Шахматов. – М.: Омега-Л, 2015. – 552 с.

4. Шаяхметова Э.Ш. Особенности психических состояний у лиц пожилого возраста, живущих в семьях и домах престарелых [Текст] / Э.Ш. Шаяхметова, Г.В. Митина, О.М. Макушкина // Здоровье и образование в XXI веке. – 2018. – Т. 20. – № 2. – С. 47 – 52.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА НЕБЛАГОПОЛУЧНЫХ СЕМЕЙ

*Тажетдинова Р. М.  
РФ, г. Уфа, БашГУ*

Увеличение числа разводов и снижение рождаемости, рост преступности в сфере семейной жизни и увеличение риска подверженности детей неврозам из-за неблагоприятного психологического климата в семье. «Внутрисемейная жизнь играет огромную роль в формировании личности, причем не только взаимоотношений ребенка и родителей, но и самих взрослых. Постоянные ссоры между ними, ложь, конфликты, драки, деспотизм способствуют перебоям в нервной деятельности ребенка и невротическом состоянии». Эти и другие признаки дезорганизации семьи указывают на кризисное состояние ее развития на современном этапе и увеличение числа неблагополучных семейных союзов. Именно в таких семьях люди чаще всего получают серьезные психологические травмы, что далеко не лучшим образом сказывается на их дальнейшей судьбе.

Известный детский психиатр Л.С. Алексеев [2, с. 9] считает, что все в мире относительно – и благополучие, и катастрофа. В то же время он рассматривает семейные страдания как создание неблагоприятных условий для развития ребенка. Согласно его интерпретации, неблагополучная семья для ребенка не является синонимом асоциальной семьи. Есть много семей, о которых, с формальной точки зрения, ничего плохого сказать нельзя, но для конкретного ребенка эта семья будет неблагоприятной, если в ней есть факторы, которые негативно влияют на личность ребенка, усугубляя его негативные эмоциональные - психическое состояние. «Для одного ребенка, - подчеркивает Л.С. Алексеева, - семья может быть подходящей, но для другого эта же семья вызовет болезненные эмоциональные переживания и даже психические заболевания. Существуют разные семьи, разные дети, поэтому только система взаимоотношений «семья - ребенок» имеет право считаться благополучной или неблагополучной».

В итоге, духовное состояние и поведение ребенка является типичным индикатором домашнего благополучия. «Недостатки

воспитания, - по мнению Л.С. Алексеева, - это есть первейший и главнейший показатель неблагополучия семьи».

В этой статье мы склонны понимать как неудачную семью, в которой структура нарушена, внутренние границы размыты, основные семейные функции обесценены или проигнорированы, в воспитании есть явные или скрытые дефекты, в результате чего психологический климат нарушен и поэтому появляются «трудные дети».

С учетом факторов, которые оказывают негативное влияние на развитие личности ребенка, можно условно разделить неблагополучные семьи на две большие группы. В первую группу можно отнести семьи с открытой формой неблагополучия, так называемые криминальные, конфликтные, аморальные семьи, в частности неполные.

Вторая группа представлена внешне респектабельными семьями, чей образ жизни не вызывает беспокойства и жалоб со стороны общественности. Однако отношение и поведение родителей резко расходятся с общечеловеческими моральными ценностями, что не может не сказываться на нравственном характере детей, воспитывающихся в таких семьях. Особая исключительность этих семей будет заключаться в том, что отношения их участников на внешнем, социальном уровне производят благоприятное впечатление, и первый результат ошибочного самосовершенствования незаметен на первый взгляд, что иногда вводит в заблуждение окружающих их детей образования. Эти семьи классифицируются нами как находящиеся в неблагоприятном положении (со скрытой моделью содержания дурного бытия), и разновидности таких семей весьма разнообразны [7, с.32].

Отличительной чертой семей с явной (внешней) формой недостатка является то, что формы семей этого типа ярко выражены, проявляются одновременно в нескольких сферах семейной деятельности (например, на социальном и материальном уровнях) или исключительно на уровне межличностных отношений, что приводит к неблагоприятному психологическому климату в семейной группе. Обычно в таких семьях, родители игнорируют проблемы своих детей, поэтому дети чувствуют себя отверженными от них [5, с.90].

Один из самых распространенных и мощных неблагоприятных факторов, который разрушает не только семью но и душевное состояние ребенка, является алкоголизм родителей. Семьи с алкогольной зависимостью, как говорят психологи (Б.С. Братусь, В.Д. Москаленко, Е.М. Мастюкова, Ф.Г. Углов и др.), взрослые в такой семье, забыв о родительских обязанностях, полностью погружены в «алкогольную субкультуру», которая сопровождается потерей социальных и моральных ценностей и ведет к социальной и духовной деградации. В конце концов, семьи с химической зависимостью становятся социально и психологически неблагоприятными.

Совместная жизнь с больным человеком, страдающим алкоголизмом, приводит к серьезным психическим расстройствам у других членов семьи, комплекс которых обозначают специалисты с таким термином, как созависимость.

Созависимость возникает как ответная реакция на затянувшуюся стрессовую ситуацию в семье, что приводит к трудностям в общении в данной семье. Отсутствие опыта, слабая и не окрепшая психика – все это приводит к тому, что царящая в доме дисгармония, ссоры и скандалы, непредсказуемость и отсутствие безопасности, а также отчужденное поведение родителей глубоко травмируют душу ребенка, и последствия этой моральной и психологической травмы часто оказывают глубокое влияние на их будущую жизнь [8, с.56].

Сегодня в нашей стране растет число неблагополучных семей. Такие семьи являются острой социально-педагогической проблемой, так как они не выполняют основную социальную функцию – воспитательную. По результатам различных исследований (Л.С. Алексеева, М.М. Плоткин, А.С. Спиваковская, В.И. Ширинский и ряд других) выявлено негативное влияние неблагополучной семьи на нравственное и психическое развитие ребенка.

#### *Литература*

1. Алексеева Л.С. Влияние внутрисемейных отношений на формирование личности ребенка [Текст] /Л.С. Алексеева, М.М. Плоткин, А.С. Спиваковская, В.И. Ширинский. – М.: ЦБКТИ Минсоцзащиты населения Российской Федерации, 1995. – 40 с.
2. Алмазов Б.Н. Психолого-педагогические основания реабилитации социально-дезадаптированных подростков: дисс. ... д-ра пед. наук. [Текст] /Б.Н. Алмазов. – Екатеринбург, 2007.
3. Андриенко В.К. Система перевоспитания подростков в условиях специальной школы [Текст] /В.К. Андриенко, Ю.В. Гребнев, И.А. Невский. – М.: Мир, 1990
4. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками [Текст] /Л.Ф. Анн. – СПб: Питер, 2005.
5. Елизаров А.Н. Ценностные ориентации неблагополучных семей [Текст] /А.Н. Елизаров // СОЦИС. – 1995. – № 7. – С.93 – 99.
6. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования [Текст] /О.А. Карабанова. – М.: Мир, 2004.
7. Лозовская Е.Г. Теоретические основы организации работы с семьями, оказавшимися в социально-опасном положении [Текст] /Е.Г. Лозовская, Ю.В. Фалалеева. – Волгоград, 2005. – 47 с.
8. Москаленко В.Д. Программа социальной работы с семьями больных алкоголизмом [Текст] /В.Д. Москаленко. – М.: Центр общечеловеческих ценностей, 1992. – 299 с.

## АНАЛИЗ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ РАЗЛИЧНЫХ УРОВНЕЙ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИХ ПРОЯВЛЕНИЯ АКТИВНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

*Тимошенко Е.Н.*

*РФ, г. Уфа, МБОУДО ЦППМСП «Развитие»*

Подход «Анализ и преобразование активностей» рассматривает проявления человека во взаимосвязи с обстоятельствами, определяющими их.

Внимание к данным обстоятельствам позволяет:

- отслеживать непреднамеренные и преднамеренные влияния на человека;
- прогнозировать поведение;
- оптимально выстраивать профилактическую и развивающую работу.

Это особо ценно в воспитании несовершеннолетних.

Обстоятельства, определяющие проявления человека, делятся на кратковременные и устойчивые. Остановимся на вторых, имеющих более важную роль, то есть на устойчивых определяющих обстоятельствах.

В практической деятельности все устойчивые определяющие обстоятельства удобно подразделять на пять уровней, на каждом из которых есть свои специфические особенности выявления и преобразования.

Уровни обстоятельств, определяющих активность:

- 1) уровень здоровья/функционального состояния;
- 2) уровень опорного взаимодействия;
- 3) уровень мировоззрения (знаний, ценностей, идей, целей...);
- 4) уровень самоидентификации;
- 5) уровень субъектных особенностей.

*Уровень здоровья/функционального состояния.* Обстоятельства здоровья организма, функционального состояния определяют выносливость, стрессовую устойчивость, проявления способностей, эффективность активности человека, результативность процессов восстановления сил и т.п.

Грамотное педагогическое воздействие непременно учитывает состояние учащегося, его устойчивые и ситуативные особенности, внешние обстоятельства, сопутствующие самореализации, закономерно влияющие на поведение.

Высокая утомляемость, нарушения сна и аппетита, другие тревожные сигналы о состоянии организма – серьезный повод для того, чтобы рекомендовать родителям/законным представителям несовершеннолетнего обратиться к специалистам, содействовать оздоровлению ребенка.

Подрыв естественной жизнедеятельности организма: отказ от

здорового образа жизни, от своевременного лечения (психических расстройств, депрессивных состояний и др.), нарушения саморегуляции, зачастую являются признаками неблагополучия, способствуют деструктивным изменениям активности.

Своевременное выявление проблем, мотивация семей на эффективное их решение – неоценимый вклад в создание благоприятных условий развития учащихся, в защиту их прав и успешную социализацию подрастающего поколения.

*Уровень опорного взаимодействия.* Обстоятельства опорного взаимодействия определяют возможность человека получать необходимую помощь от значимых близких людей, обладающих достаточными ресурсами для своевременного и социально одобряемого содействия в решении возникающих проблем.

Благоприятные обстоятельства опорного взаимодействия для несовершеннолетних – это добросовестная забота со стороны взрослых, доверительное общение, своевременный созидательный совет и помощь, способствующие успешной интеграции несовершеннолетнего в общество.

Пренебрежение нуждами со стороны близких, отсутствие поддержки и конструктивной помощи в решении проблем, жестокое обращение, вовлечение в асоциальный или антисоциальный образ жизни – неблагоприятные и опасные обстоятельства для ребенка, провоцирующими формирование деструктивного поведения.

В подобных ситуациях отсутствие или дефицит опорного взаимодействия побуждает к поиску значимых взрослых вне семьи. В лучшем случае он приводит к доверительному общению и сотрудничеству с теми, кто способен направить на путь созидательного решения проблем (воспитателями, педагогами, тренерами...). Такой выход из сложившейся ситуации наиболее полезен для конкретного ребенка, защищает его от деградации, криминализации и аутоагрессивных шагов, он ценен еще и тем, что снижает уровень деструктивных проявлений в обществе, обеспечивает его безопасность.

Вызывает тревогу тот факт, что все чаще дают о себе знать различные субъекты, настроенные враждебно к обществу и его ценностям, которые ведут аккуратную и последовательную работу по отстранению несовершеннолетних от взаимодействия с опорным окружением (мамами, папами, бабушками, дедушками...). Опасным последствием этого становится информационная и правовая незащищенность детей, оставляющая большие возможности для их программирования на разрушительные проявления.

*Уровень мировоззрения (знаний, ценностей, идей, целей...).* Обстоятельства мировоззрения (знаний, ценностей, идей, целей...) определяют взгляд человека на происходящие события, отношение к ним,

направленность самореализации (социальную, асоциальную или антисоциальную), репертуар принимаемых решений, настрой на их реализацию и т.п.

Несовершеннолетние часто вовлекаются в какую-либо деятельность теми, кто формирует их мировоззрение:

- создает определенное информационное пространство;
- воздействует с поправкой на индивидуальное состояние;
- управляет отношением к ценностям;
- привлекает понятными идеями,
- предлагает заманчивые цели.

Воспитание не ограничивается содержанием, бытовым уходом и контролем. Ребенок может посвятить себя чему-то, что чуждо семье, но занимает его мысли.

То есть, не всегда родители задают направление жизнедеятельности своего чада. На умы и активность подросткового поколения сегодня претендуют многие.

Это следует учитывать тем, кто питает надежду, что ребенок – это их продолжение.

Если у взрослых нет времени для общения с несовершеннолетним, нет понимания того, что творится в его голове, вполне возможно, что они не знают: кого растят.

В современном мире, к сожалению, дети часто подвергаются подрывным информационным воздействиям.

Если ребенок уверенно демонстрирует чуждые для близких людей взгляды и намерения, это признак влияния извне на его мировоззрение и повод для тщательной проработки данной ситуации. Особого внимания заслуживают пессимистические рассуждения, проявления нигилизма и нетрадиционное отношение к жизни и смерти.

*Уровень самоидентификации.* Обстоятельства самоидентификации определяют стремление быть подобным, схожим с каким-либо исключительно привлекательным человеком или с представителями какой-либо исключительно привлекательной группы.

Признавая чью-либо исключительную привлекательность, желая быть на кого-то похожими, дети начинают использовать соответствующую внешнюю атрибутику, отличительные признаки, подражать поведению.

Примерка образа того, с кем ребенок добивается сходства, – это эксперимент по самоутверждению. Он далеко не всегда отражает сформированную позицию, но уже является сигналом о намечающихся предпочтениях, провоцирует определенные взаимоотношения и события.

Подробный анализ образа самоидентификации, обсуждение перспектив его принятия с авторитетным взрослым может обезопасить подобный эксперимент, своевременно вывести из него. При этом

чрезмерно эмоциональная реакция окружающих усложняет процесс реалистичной оценки ребенком апробируемого образа.

Определение с самоидентификацией влечет преобразования обстоятельств других уровней, формирует соответствующее досье.

*Уровень субъектных особенностей.* Обстоятельства субъектных особенностей определяют перспективы взаимодействия и эффективность.

Субъектные особенности формируются выбранным почерком активности, подражанием, подкреплением того или иного поведения, отношением к событиям, самоидентификацией.

Такие субъектные особенности как:

- блокировка общения;
- слабая опора на самостоятельное мышление;
- нежелание мириться с чужим мнением;
- манипулирование;
- шантаж;
- действия, не учитывающие мнения и интересы других;
- агрессивные выпады

могут быть следствием саморазрушительного или разрушительного образа жизни и условием, способствующим усилению деструктивности.

Влияния, изменяющие обстоятельства рассмотренных уровней и активность человека, бывают преднамеренными и непреднамеренными. И те, и другие могут в определенной мере способствовать созидательным или разрушительным проявлениям активности, конструктивным или деструктивным поступкам человека.

Полезно анализировать роль тех или иных влияний на обстоятельства и активности людей, в том числе роль педагогического участия в жизни воспитанников, учащихся.

Особое внимание стоит уделять новшествам, так как в их числе могут быть преднамеренно или непреднамеренно подрывные, опасные.

Воспитывая культуру инноваций, необходимо не только прививать готовность к обновлениям, к пиару на непривычном, но и формировать ответственность, критичность, дальновидность в этих процессах.

Перемены – это затраты, стрессы и риски, связанные с преобразованием прежде сложившихся обстоятельств и активностей. Решение об их осуществлении должно базироваться на осмыслении целесообразности, возможных сценариев и перспектив, в том числе по рассмотренным уровням. Решение об их продолжении – на реалистичной оценке результатов нововведений, сопоставлении эффективности.

Оберегая то, что ценно, избавляясь от того, что мешает гармоничной самореализации и позитивным достижениям, мы защищаем себя и подрастающее поколение от деструктивных тенденций, сохраняем благоприятные для созидательной жизни обстоятельства.

## **СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ(ДОУ).**

*Тлявгулова Э.А*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

На настоящем этапе перестройки образовательной системы возрастает интерес к непрерывному учебно-воспитательному процессу, выражающемуся в преемственности по линии «дошкольное учреждение - школа - специальное профессиональное или высшее учебное заведение». Дошкольное учреждение первым открывает перед ребенком мир социально-общественной жизни. В дошкольном возрасте начинает складываться личность (Л.И. Божович, Л.С. Выгодский), поэтому детский сад рассматривается как один из определяющих факторов в ее становлении (И.В. Дубровина, А.М. Прихожан).

Всем известно, что изменение социальных условий и отношений трудно переносится детьми раннего возраста. И одним из таких моментов является переход из семьи в детский сад. Изменение привычной обстановки, условий, сферы общения и ритма жизни, вызывают высокую эмоциональную напряженность и повышенное тревожное состояние. Всеобщее внимание к адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ связано с тем, «что, являясь динамическим процессом прогрессивной перестройки функциональных систем организма, она обеспечивает возрастное развитие» [2; с.99]. По Д. Журавлеву, механизмы приспособления, возникшие в процессе адаптации, вновь и вновь актуализируясь и используя в сходных ситуациях, закрепляются в структуре личности и становятся подструктурами ее характера.

Исследователями основных критериев адаптации, в нашей отечественной психологии были Л.И. Божович, Ф.Б. Березин, М.И. Лисина, Г.М. Андреева и др., в зарубежной- Э.Берн, У.Джеймс, А.Адлер, Г.Селье.

Как бы много работ не было рассмотрено в этой области, они все в основном затрагивают вопрос школьной адаптации детей (И.Л. Степанов, А.Н. Струкова, А.В. Сухарев и др.). А именно научно обоснованных исследований в области адаптации детей дошкольного(4-блет) и раннего возраста (1-3года) недостаточно. Эту тему изучали и раскрывали Н.М. Аксарина, В.Г. Алямовская, Л.Г. Голубева, А.И. Захаров. Переход из семьи в ясли является важным этапом в жизни ребенка раннего возраста. От того, насколько ребенок подготовлен в семье к переходу в ДОУ, зависит и течение адаптационного периода, и дальнейшее развитие малыша (Н.М. Аксарина, Л.Г. Голубева).

Актуальность этой темы заключается в том, что детский садик становится первым внесемейным институтом, воспитательным

учреждением, где ребенок сталкивается с многими трудностями один на один, без родительского плеча. И на первом этапе адаптации, его нахождение в группе, среди большого количества детей, характеризуется существенными изменениями его окружающей среды, ритма жизни, деятельности, что и вызывает большую эмоциональную нагрузку на всю его нервную систему.

Адаптация ребенка к детскому саду будет зависеть от многих факторов, в том числе и от характера семейного воспитания, от уровня эмоционального состояния, волевых процессов, навыков самообслуживания и др.

В гуманистической психологии (А. Маслоу, К. Роджерс и др.) выдвигается положение об оптимальном взаимодействии личности и среды. Причем состояние оптимальности трактуется как динамическое, т.е. возможно нарушение такого состояния, при котором актуализируется стремление достичь его вновь, но уже на ином уровне: более высоком или более низком [1, 3].

В этом подходе сам процесс адаптации рассматривается в такой последовательности: конфликт - фрустрация - акты приспособления. Исследования феномена происходят в рамках его социально-психологического аспекта и, критерием успешности адаптации выступает степень интеграции личности со средой.

Некоторые отечественные психологи (В.Г. Крысько, А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский и др.) видят адаптацию, как процесс приспособление строения и функций организмов к изменяющимся условиям среды. По А.П. Леонтьеву, истолкование взаимодействия организма со средой в терминах приспособления все больше уступает место его объяснению в терминах «присвоения» и «овладения» миром общественных предметов [4; с.90]. Главное отличие между процессами присвоения и приспособления А.Н. Леонтьев отметил в том, что процесс биологического приспособления является изменением свойств и способностей организма и его видового поведения, а процесс присвоения – это процесс, в результате которого происходит воспроизведение индивидуумом исторически сформировавшихся способностей и функций.

«Более того, согласно этой теории, в процессе присвоения происходит не только воспроизведение, но и развитие, наращивание человеческих сил и возможностей» [4;с.90].

Одна часть психологов (Н.М. Аксарина, Л.Г. Алямовская, Н.Д. Ватутина и др.) воспринимают адаптацию не только процессом, но и результатом приспособления строения и функций организмов к внешним условиям среды. И поэтому можно утверждать, что «адаптация» и «приспособление» выступают синонимами.

### *Литература*

1. Краткий психологический словарь [Текст] /Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1998.
2. Журавлев Д. Адаптация учащихся при переходе из начальной в среднюю школу [Текст] /Д. Журавлев //Народное образование. – 2002. – №8. – С. 99 – 105.
3. Психологический словарь [Текст] / Под ред. Айрапетянц А.Г., Альтмана Я.А., Анохина П.К. и др. – М.: Педагогика, 1983.
4. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии [Текст] /С.Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1973.

## **СОЦИАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ В КОНТЕКСТЕ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

*Трушкина Е. А.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Представить, каким будет мир в будущем, не могут ни педагоги, ни футурологи. Поэтому современная система образования должна подготавливать учеников к переменам, развивая у них такие важнейшие качества, как конструктивность, динамизм, мобильность. Необходимо на массовом уровне формировать «сквозные» компетенции, при отсутствии которых эффективное решение масштабных внутригосударственных задач, связанных с развитием, становится невозможным.

В сфере экономики давно наблюдается увеличивающаяся потребность в социальной компетенции. Это связано с расширением сфер информационного обеспечения, обслуживания, с развитием сетевых организационных структур, распространением новых форм организации труда (проектных и рабочих групп), а также с более широким применением систем управления организациями на основе комбинации факторов социальной сети (кооперации) и внутреннего рынка (конкуренции).

Как показывает анализ рынка труда, необходим переход от хороших специалистов к хорошим сотрудникам. Понятием «хороший сотрудник» охватываются не только качества хорошего специалиста (профессиональная и специальная подготовленность). Им предполагается еще и способность к инновациям, инициативность, умение самостоятельно принимать решения и работать в команде. Одно из важнейших требований к современному «хорошему сотруднику» – наличие «крепких нервов»: готовность к перегрузкам, психологическая устойчивость, способность справляться с ситуациями стресса. В

настоящее время в объявлениях о приеме на работу часто выдвигаются специфические требования к личным качествам кандидатов: интеллигентность, эмоциональная выдержанность, лояльность, способность работать в команде, стрессоустойчивость. В сфере кооперации и управления нельзя обойтись без особых стандартов поведения (стремление к сотрудничеству, мотивация, вдохновение), а это также требует наличия высокого уровня социальной компетенции.

Возникает вопрос: почему современная система образования не может ответить на вызов времени, и почему нужно менять подходы к организации образовательного процесса, а также к определению целей и содержания образования? В соответствии с традиционным подходом, должен быть сохранен экстенсивный путь развития: чем больше знаний приобретено учащимся, тем более высоким является уровень его образованности. Однако в условиях современности уровень образованности определяется не объемом и широтой знаний, а умением решать проблемы разной сложности на основе имеющихся знаний.

Современная высшая школа не должна отказываться от системы развития знаний, навыков и умений. Это необходимо для достижения главной задачи образовательной политики государства, заключающейся в обеспечении современного качества образования на основе сохранения его фундаментальности и соответствия перспективным и актуальным потребностям личности, государства и общества. При этом приоритетным направлением является развитие у учащихся умения учиться, готовности и умения самостоятельно решать различные проблемы (в учебе и в жизни).

Мы считаем, что необходимо совершенствовать и развивать технологии, которые позволят повысить саморегулируемость образовательного процесса. К таким технологиям мы можем отнести:

- технологии, ориентированные на когнитивную сферу, среди которых можно выделить метод диалога, различные дискуссии, создание когнитивных карт, тренинги, повышающие уровень рефлексии учащихся и т.п.

- технологии, ориентированные на деятельностную сферу, среди которых выделим дидактические задания, игровое моделирование процессов, которые характерны для социума, проектный метод, контекстное обучение и т.д.

- технологии, ориентированные на развитие личности, среди которых имитационные игры, тренинги, направленные на развитие личности учащихся, интерактивные игры и т.п. [2].

Формирование ключевых социальных компетенций должно происходить не только в ходе изучения учебных предметов, но и в процессе организации всей школьной жизни. Образовательный процесс не равен учебному. Он включает в себя и дополнительное образование

учащихся, и их социально-творческую деятельность, и практику повседневной школьной жизни. Поэтому общие цели образования нельзя свести к простой совокупности целей изучения учебных предметов. Важнейшим принципом деятельности школы становится конструирование единой социокультурной среды, органично синтезирующей все формы учебной и внеучебной деятельности и подчиняющей их задаче развития социальных компетенций учащихся. С этих позиций определение целей любого учебного предмета должно предшествовать отбору его содержания: сначала надо выяснить, для чего нужен данный учебный предмет, а затем уже формировать содержание, освоение которого позволит получить желаемые результаты. При этом необходимо учитывать, что некоторые из них могут быть получены лишь при взаимодействии данного учебного предмета с другими составляющими образовательного процесса, а каких-то результатов можно достичь в рамках самого предмета.

#### *Литература*

1. Национальная система и образовательные стандарты высшего образования Российской Федерации [Текст] / Аналитический доклад Байденко В.И., Гребнев Л.С., Гришанова Н.А., Зернов В.А., Пугач В.Ф., Савельева Г.П., Селезнева Н.А. Под ред. В.И. Байденко. – М., 2006. – 175 с.

2. Громыко Ю.В. Концепция экспериментальной работы в сфере образования [Текст] / Ю.В.Громыко, В.В.Давыдов // Методология педагогики: сб. статей. – М., 1997. – Вып. 4. – С.98 – 106.

## **ВЛИЯНИЕ ОБРАЗА РОДИТЕЛЯ ПРОТИВОПОЛОЖНОГО ПОЛА НА ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О БУДУЩЕМ СУПРУГЕ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК**

*Уразаев Н.В., Нухова М.В.  
РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Семья как социальный институт является постоянным объектом пристального внимания учёных, поскольку является микрогруппой, которая обеспечивает социализацию личности. На сегодняшний день в условиях урбанизации среды обитания, сыгравшей свою роль в отчуждении людей, анонимности общения, семья выступает как уникальная социальная единица, где восполняется дефицит личностного общения. Взаимоотношения ребёнка со взрослыми являются одним из ведущих факторов, закладывающих «фундамент» личности и стиль жизни [3].

В связи с этим особый интерес представляет проблема влияния родителей на особенности общения детей с противоположным полом.

Психологи подтверждают факт влияния субъективных образов родителей на процесс вступления в брак, распределение семейных обязанностей, восприятие себя и других, формирование тех или иных черт личности и ее смысловых ориентиров [1, 2].

Целью нашего исследования является изучение взаимосвязи образа родителя противоположного пола и представлений о будущем супруге у юношей и девушек.

Мы предположили, что представления юношей и девушек о будущем супруге взаимосвязаны с образом родителя противоположного пола: при позитивном образе отца представления о супруге строятся по принципу подобия, при негативном – по принципу противоположности.

Для достижения цели нами было проведено эмпирическое исследование на базе Башкирского государственного педагогического университета им. М. Акмуллы, в котором приняли участие 30 юношей и 30 девушек в возрасте 18-13 лет из полных семей.

Для проверки гипотезы были использованы методики «Поведение родителей и отношение подростков к ним» (ADOR) Шафера в модификации З. Матейчика и П. Ржичана, модифицированная «Методика межперсональных отношений» Т. Лири, модифицированная методика «Особенности общения между супругами» Ю.Е. Алешиной, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовской. Полученные данные были подвергнуты анализу с использованием критерия ранговой корреляции Спирмена в программе IBM SPSS Statistics 23.

Корреляции между стилем воспитания по методике ADOR и типом межличностных отношений отцов и матерей в восприятии испытуемых по методике Т.Лири представлены в таблицах 1 и 2.

Таблица 1

Корреляционные связи между стилем воспитания и типом межличностных отношений отцов

	Авторитарный	Эгоистичный	Дружелюбный	Альтруистичный
Позитивный интерес	0,231	0,021	0,368*	0,231
Директивность	0,109	0,200	0,061	0,153
Враждебность	0,116	0,364*	-0,231	-0,079
Автономность	-0,356*	-0,271	-0,103	-0,107
Непоследовательность	-0,359*	0,184	-0,242	-0,165

\* - Корреляция значима на уровне 0,05.

Таблица 2

Корреляционные связи между стилем воспитания и типом  
межличностных отношений матерей

	Авторитарный	Эгоистичный	Дружелюбный	Альтруистичный	Подчиняемый	Агрессивный
Позитивный интерес	0,310	0,226	0,154	0,393*	0,493	0,357
Директивность	0,315	0,227	0,117	0,152	0,145	0,288
Враждебность	0,006	0,350	-0,248	-0,169	0,177	0,448*
Автономность	-0,443*	-0,336	0,210	0,050	0,239	-0,261
Непоследовательность	-0,195	0,152	0,273	-0,07	0,250	0,242

\* - Корреляция значима на уровне 0,05.

Анализ взаимосвязи между стилем воспитания и межличностными отношениями с отцом (в восприятии дочерей) показал, что чем выше авторитарность отцов, тем меньше они проявляют автономность и непоследовательность в воспитании. Они активно взаимодействуют с дочерьми, их поступки логичны и предсказуемы. Эгоистичным отцам больше присуща враждебность. Они демонстрируют сверхтребовательность и эмоциональную холодность, не признают успехи дочерей. Дружелюбные отцы демонстрируют позитивный интерес по отношению к дочерям, им свойственна открытость. На основании данных результатов, мы можем условно отнести образы отцов с авторитарным и дружелюбными типами межличностных отношений к положительным образам, альтруистичных – к нейтральным, эгоистичных – к отрицательным.

Анализ взаимосвязи между стилем воспитания и межличностными отношениями с матерью (в восприятии сыновей) также показал, что чем выше авторитарность матерей, тем меньше они проявляют автономность и непоследовательность в воспитании. Они активно взаимодействуют с сыновьями, демонстрируют ясность и логичность. Агрессивным матерям присуща враждебность, они демонстрируют сверхтребовательность и эмоциональную холодность, не признают успехи сыновей. Альтруистичные матери демонстрируют позитивный интерес по отношению к сыновьям, им свойственна открытость и дружелюбность. На основании данных результатов, мы можем условно отнести образы матерей с авторитарным и альтруистическими типами межличностных

отношений к положительным образам, эгоистичных, подчиняемых, дружелюбных – к нейтральным, агрессивных – к отрицательным.

Корреляции между типом межличностных отношений родителей противоположного пола по методике Т.Лири и желаемым типом общения будущих супругов по методике Ю.Е. Алешиной и др., позволяющие говорить о схожести образа родителя и желаемого супруга, представлены в таблицах 3-4.

Таблица 3

Корреляции между типом межличностных отношений отцов и типом желаемых межличностных отношений будущих супругов

Тип	R
Авторитарный тип	0,545**
Эгоистичный тип	-0,156
Дружелюбный тип	0,385*
Альтруистичный тип	0,378*

\*\* - Корреляция значима на уровне 0,01.

Из полученных результатов следует, что девушки, чьи отцы обладают авторитарным, дружелюбным (положительные образы отца) и альтруистичным типами (нейтральный образ отца) межличностных отношений, желают, чтобы их будущие супруги обладали теми же типами, что и отцы. Девушки, чьи отцы обладают эгоистичным типом межличностных отношений (негативный образ отца), не демонстрируют явного предпочтения/отвержения данного типа в отношении будущего супруга.

Таблица 4

Корреляции между типом межличностных отношений матерей и типом желаемых межличностных отношений будущих супругов

Тип	R
Авторитарный тип	0,636**
Эгоистичный тип	0,646**
Дружелюбный тип	0,359
Альтруистичный тип	1,000**
Агрессивный тип	0,529**

\*\* - Корреляция значима на уровне 0,01.

Анализ результатов позволяет утверждать, что юноши, чьи матери обладают авторитарным, альтруистичным (положительные образы матери) дружелюбным (нейтральный образ матери), эгоистичным, агрессивным (негативные образы матери) типами межличностных отношений, желают, чтобы их будущие супруги обладали теми же типами, что и матери.

Таким образом, наша гипотеза о том, что при позитивном образе родителя противоположного пола представления о супруге строятся по принципу подобия, при негативном – по принципу противоположности, частично подтвердилась. При позитивном и нейтральном образе отца представления о будущем супруге у девушек строятся по принципу подобия. При позитивном образе матери представления о супруге у юношей строятся по принципу подобия. При этом у юношей образ будущей супруги строится по принципу подобия и при нейтральном и даже негативном образе матери.

#### *Литература*

1. Дубовская Е.М. Особенности гендерной социализации в неполной семье [Электронный ресурс] / Е.М. Дубовская, К.С. Мишина // Психологические исследования. 2015. Т. 8, № 42. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 11.03.2018).
2. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины [Текст] / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 544 с.
3. Сулова Т.Ф. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования: учебное пособие для студентов высших учебных заведений [Текст] / Т.Ф. Сулова, И.В. Шаповаленко. – М.: Юрайт, 2017. – 343 с.

## **ПОИСК И РЕАЛИЗАЦИЯ ОСНОВНЫХ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ МЕХАНИЗМОВ ДЕЙСТВИЯ ВЕРБАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ УСТАНОВОК В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ**

*Утемисова Г.У.*

*РК, г. Актобе, Баишев Университет*

Поскольку научно-исследовательская деятельность носит творческий характер, и изобретатель, как говорил А.Эйнштейн – «это человек, нашедший новую комбинацию уже известных оборудований», мы продолжаем всесторонне изучать закономерности, особенности психофизиологических механизмов влияния вербально-ориентированных установок на процесс обучения. Учитывая, что общий моральный настрой учащегося является наиболее влиятельным фактором в процессе обучения, наш поиск начнется с эмоциональной сферы. Фриц Перлз, обладавший тонким чутьем считал, что мы имеем иерархию потребностей, сенсорную и моторную системы для их удовлетворения, позитивный и негативный катексисы в поле, контакт и уход, нетерпение и испуг и что современная психиатрия, рассматривающая эмоции как досадный излишек, подлежащий разрядке, недооценивает огромную силу эмоций [1].

Он писал: «На самом деле эмоции – это сама наша жизнь. Мы можем как угодно теоретизировать, так или иначе интерпретируя эмоции, но это просто потеря времени. Эмоции – это язык самого организма, они преобразуют фундаментальное возбуждение в соответствии с ситуацией, в которой необходимо действовать. Возбуждение трансформируется в специфические эмоции, а эмоции трансформируются в сенсорные и моторные действия. Эмоции энергизируют катексис и мобилизуют способы и средства удовлетворения потребностей» [1., с.1].

Как известно, любая деятельность личности (в том числе и речевая) происходит на эмоциональном фоне. К идее повышенной роли интонации, обращаются специалисты в области фонологии. В.Х. Манеров в своем диссертационном исследовании акустико-фонетических параметров эмоциональной речи показал, что применяя характеристики частоты основного тона, интенсивности сигнала позволяет «уверенно автоматически распознавать степень эмоционального возбуждения говорящего» [2., с.95].

А. В. Никонов, с помощью своих разработок имеет возможность отличать следующие эмоциональные состояния (гнев, радость, тревогу) от простого утомления, используя набор из 3-ех параметров: численной оценки длительности пауз, интенсивности интонации и «латентным временем ответной речевой реакции» [3., с.43]. Разработки А.А. Антиповой позволяют сделать конструктивный анализ эмоциональной речи при «помощи показателей речевого ритма» [4., с. 67]. П.А.Креславская добилась успешного разделения и ранжирования по интенсивности интонации, шести основных эмоциональных состояний - от подавленности до гнева [3. с. 79].

В настоящее время контекст проблемы связи смысла и звука намного расширился по сравнению с подходом к ней традиционной школы нейролингвистики (представители - Рудас М.С., Пахомов С.В., С. В. Медведев, В.А. Воробьев, Н.П. Бехтерева) [5., с.55].

Управлять своими хотениями может человек, обладающий эмоционально-волевым усилием, а эмоционально-волевому усилию помогает слово. Доброе слово – важный стимул к действию.

По мнению И.Ю. Черепановой, при умелом применении методов вербальной суггестии можно с легкостью достичь особого измененного состояния сознания (ИСС), известного как «творческий транс» [6., с.55]. Знание используемых нами в речи лингвистических индексов, понимание сложности взаимодействия языка и сознания и вместе с тем принятия качественных сдвигов в речи при эмоциональном напряжении позволяет обеспечить масштабное использование языковой способности и ведения речевой деятельности в процессе обучения. Термин ИСС справедлив хотя бы потому, что

именно такое ощущение складывается у переживающего этот феномен человека. В чем же суть особого состояния? Это связь психики и физиологии, когда наш организм как пластилин в руках Воли. Например: когда нам жарко, мы даем команду организму, чтобы нам стало прохладно, и жара вдруг отступила; решил, что надо успокоиться перед экзаменом – обрел покой. Чарльз Тарт – один из основателей трансперсональной психологии, исследовал необычные состояния мозга. Его идеи стали популярны после того, как в 1969 году увидела свет его книга «Измененные состояния сознания», где впервые были рассмотрены техники входа в «фазовое состояние» через осознанные сновидения. Но в контексте измененных состояний сознания в то время было нормальным, если молодые люди использовали ЛСД, марихуану и даже пытались описывать подобные опыты [6].

Научный подход к данной тематике был осуществлен в контексте осознанных сновидений Кет Хёрн (Keith Hearne)(1975 год, университет Халла. Англия). Эксперимент заключался в том, что испытуемый Алан Уорсли (Alan Worsley) показал, что во время, когда он спал (это зафиксировало ЭЭГ) происходили движения глазами, которые были заранее оговорены [6., с. 135].

Подобный опыт был дублирован несколько позже Стивеном Лабержем (Stephen LaBerge) (Стэнфордский университет).

В настоящее время существует современная область междисциплинарных исследований на стыке ряда наук о человеке, от философии и лингвистики до психологии и психофизиологии, занимающаяся обзором отечественной и зарубежной литературы, посвященной теме исследования измененных состояний сознания. Построение общей теории ИСС – дело будущих поколений. Мы же ставим перед собой более скромную задачу конструктивного обсуждения ИСС в контексте вербальной установки. В современной науке ИСС рассматривается как качественно особое, психологическое состояние, возникающее под влиянием направленного психологического воздействия, отличающееся и от сна и от бодрствования [7]. Таким образом, концепция функциональных состояний охватила довольно разветвленную линию процессов, являющихся базовыми для полноценной жизни человека. Однако существуют и такие состояния, которые выходят за её пределы. Здесь можно упомянуть о гипнотическом состоянии.

В современной науке под термином гипнотические состояния понимаются особые психические состояния, целенаправленно вызываемые в процессе психотерапии и не сводимые ни ко сну, ни к бодрствованию. Следует подчеркнуть, что при этом окружающее пространство воспринимается обостренно. Психотерапевты, практикующие АТ, а также и другие методы, учат своих пациентов

улавливанию промежуточного состояния для использования во время самовнушений (отметим, в качестве примера, использование вербальной суггестии при индукции гипноза и затем постараемся применить концептуальную схему к конкретному материалу урока приведя для образца примерный текст. Подобное состояние называется «сомноленция» или иначе «фаза». Обычное состояние нашего мозга представляет следующую модель: при взаимодействии с предметом наш мозг проводит анализ системы взаимодействий, удостоверяет наличие предмета в пространстве, его свойства и конфигурацию. Происходит своего рода попытка интеграции сигналов, поступающих от различных анализаторов, если же один анализатор не дает подтверждения принятия сигнала другого, то происходит перепроверка данных, но уже другими анализаторами.

В нейтральном состоянии нет никаких попыток интеграции и интерпретации (анализа). Если в этом состоянии внушить человеку установку на значимость его собственного поведения в пользу образа Я человека, то мозг будет выбирать именно эту доминирующую установку. Гипнотический метод используется как средство убедить человека в неправомерности тех или иных ошибочных доводов одновременно управляя его способностями и поведением в пределах этических норм. Хотя это кажется парадоксальным, нужно создать условия, при которых человек сделает нужные выводы.

Отзеркаливание (присоединение) является основой эриксоновского гипноза и заключается в том, чтобы копировать жесты, позу, движения корпусом и головой с целью отвлечения пациента от создания трудностей. Как говорил сам М.Эриксон: «Полная коммуникация между двумя людьми одновременно и на сознательном и на подсознательном уровне может происходить, когда существует восприимчивость к модели мира другого человека» [7., с.112]. Часто это может требовать от преподавателя умения обучить учащегося навыкам вырабатывать новые способы представления лично пережитого опыта. В буквальном смысле дать обучаемому основу, каркас для новых возможностей выбора в плане поведения (сознательно или бессознательно, или первым и вторым способом параллельно) исходя из его способов представления мира.

Проанализировав имеющийся в гипнологии опыт, мы нашли прямое подтверждение и определили общие свойства, присущие как состоянию саморегуляции, так и гипнозу. Таким образом, открытие единой природы этих вроде бы противоположных механизмов мозга очевидно позволит объединить в единую схему следующие компоненты: релаксационно-направленное состояние саморегуляции с возможностью использования внушения. Преподавательский опыт показывает прямую зависимость знаний, умений, навыков в том числе и речевых, от того, в

каком состоянии они усваивались. Соответственно и воспроизводить их лучше в этом исходном состоянии.

Все, что требуется от преподавателя, так это пребывание во время учебного процесса в эмоциональных состояниях, расположенных на верхнем полюсе шкалы «Удачность», где можно разместить такие человеческие переживания, которые ведут личность по пути совершенствования и самоактуализации. Нахождение в других состояниях, субъективно и эгоцентрически переживаемых педагогом, может нарушить и даже заблокировать нейтральное состояние (в терминах Х.М. Алиева), поскольку, по мнению Ч.Тарта наше сознание является «гомеостатической системой, достаточно устойчивой к колебаниям своих компонентов, обусловленных как внешними, так и внутренними причинами» [6., с.44]. Чарльз Тарт отмечал принципиальную возможность некоторых дискретных состояний быть обеспеченными особыми грамматиками и своеобразными паттернами речевой коммуникативной деятельности.

Мы считаем, что для успешного обучения необходима частая, положительная актуализация вербальных установок в течение полугода. Все участники экспериментальной группы (100%) успешно справились с чтением с листа, и очень быстро выучивали материал наизусть. В целом, за урок, испытуемый проходил 2 – 3 новых произведения. Участники контрольной группы, в репертуаре которых были произведения, значительно заниженные по трудности, с дополнительным заданием (игра на память) справились хуже. Конкурс «Лучший чтец нот с листа» показал явное преимущество участников экспериментальной группы перед участниками контрольной группы, первые из которых с легкостью, доведенной до уровня активизированной деятельности, приобрели систему привычек и навыков беглого чтения. На материале протекания активной адаптации к умственным нагрузкам различного рода у учащихся обнаружены признаки особого измененного состояния, определенно его приблизительное положение во времени, а именно, через 10 минут (максимум) после релаксационных упражнений. Полученные нами данные свидетельствуют в пользу утверждения, что на всех стадиях умственного процесса наблюдаемые сохраняют способность активного участия в данной деятельности, проявляют повышенную мотивацию к обучению, что является релевантным данным условиям когнитивной и коммуникативной деятельности.

Для нашей работы существенным представляется сам факт наличия устойчивой, стабильно-действующей позитивной вербальной установки, что является принципиально важным для целей практического применения конкретных фраз. Подчеркнем, что процесс вербального управления затронул уровень физиологических модулей

функционального состояния учащегося в направлении его успешной адаптации. При этом физиологические модули прошли стадии качественного изменения. Сказанное подтверждается исходом сложной ситуации, возникшей во время нескольких уроков с разными учениками, когда данные учащиеся приходили на урок с различными недомоганиями. С помощью вербальной суггестии самочувствие улучшалось и все когнитивные задачи были выполнены успешно (устойчивость установки сохранялась долгое время). По окончании психокоррекционных занятий, как и предполагалось, было достигнуто нейтральное состояние саморегуляции на основе вербальной психологической установки, которая трансформировалась в физиологическую доминанту, и как результат, организм учащегося перешел в ритм автоматического исполнения, при котором возникло освобождение от имеющихся блоков.

#### *Литература*

1. Перлз Ф. Гештальт-подход. Свидетель терапии [Текст] / Ф. Перлз. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2007. – 6 с.
2. Манеров В. Х. Исследование речевого сигнала для определения эмоционального состояния человека: автореф. дисс. ... канд. психол. наук / В.Х.Манеров. – Л., 1990. – 25 с.
3. Петренко В.Ф. Проблемы эффективности речевого воздействия в аспекте психолингвистики / <http://www.twirpx.com/file/228975/> В.Ф.Петренко. – 43 с
4. Антипова А.А. Направления исследований по интонации в современной лингвистике / <http://www.independentacademy.net/science/tetradi/13/antipova.htm>. - А.А. Антипова. - 67 с.
5. Бехтерева Н.П. Мозг человека – сверхвозможности и запреты / Н.П. Бехтерева //Наука и жизнь. – 2001. – №7. – 255 с. /<http://nature.web.ru/db/msg.html?mid=1173593&uri=page1.html>.
6. Зимняя И.А. Психолингвистика / Ред. и составитель И.А. Зимняя - //[http://assmbler.ru/i\\_n\\_o\\_s\\_t\\_r\\_a\\_n\\_n\\_y\\_e\\_ya\\_z\\_y\\_k\\_i\\_i\\_ya\\_z/p\\_s\\_i\\_x\\_o\\_l\\_i\\_n\\_g\\_v\\_i\\_s\\_t\\_i\\_k\\_a\\_i\\_n\\_e\\_j.php](http://assmbler.ru/i_n_o_s_t_r_a_n_n_y_e_ya_z_y_k_i_i_ya_z/p_s_i_x_o_l_i_n_g_v_i_s_t_i_k_a_i_n_e_j.php).- 8 с., 24 с., 300-305 с., 55 с.
7. Рожнов В.Е. Гипнотерапия. Руководство по психотерапии / В.Е.Рожнов. - <http://www.twirpx.com/file/116242/>

## **АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ И ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО ОТЦОВСТВА**

*Фахертдинова Л.Р., Нухова М.В.  
РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

С развитием психологии семьи как области научных исследований формируются семейные феномены как объекты исследования: супружество, родительство, материнство, отцовство. Однако при высоком уровне интереса ученых к феномену семьи и семейным отношениям

внимание феномену отцовства в отечественной и зарубежной психологии долгое время не уделялось. Западные ученые придерживались традиционного представления об отстраненном отцовстве, т.е. считалось, что отцы менее важные для развития детей, чем матери. В отечественной психологии отсутствие интереса к данному феномену, возможно, было связано с социальной ситуацией воспитания ребенка в семье.

На сегодняшний день немало исследований посвящено проблеме отцовства. Интерес ученых различных дисциплин (психологии, социологии, педагогики) к ней значительно вырос в последние годы, это обусловлено тем, что концепция отцовства еще не сформирована в теоретическом плане, не существует единой типологии и классификации отцов, недостаточно эмпирических исследований, позволяющих делать те или иные выводы в данной области. В исследуемой литературе актуальность исследования отцовства, в первую очередь, связывается с трансформацией в социокультурной ситуации современного общества, изменением требований к отцам, определением отцовских ролей, функций и маскулинности.

Сегодня, с одной стороны, наблюдается осознанное участие отцов в планировании рождения ребенка, пренатальном и перинатальном периодах его развития, что связано с расширением требований общества к отцовству, а также изменением отцовских ролей и функций, качеств мужчин [2]. Молодое поколение мужчин посвящают своим детям 5 часов в день и более. Как правило, они выполняют дисциплинарную функцию, функцию нравственного и интеллектуального воспитания ребенка [6]. Дети также стали обретать все большую ценность в глазах отцов вследствие развития идей индивидуализма, но женщины, привыкшие единолично заботиться о своих детях, не спешат разделять свое внимание с их отцами. Поддержанию данной традиции способствует и судебная практика: при разводе, как правило, детей оставляют с матерью [8].

С другой стороны, в последнее время появились папа-группы в социальных сетях (<https://vk.com/papashkola>, <https://vk.com/club303164>, <https://vk.com/club15056009>, <https://vk.com/otsovstvo>, <https://vk.com/club303164>), в которых мужчины, планирующие стать отцами и молодые папы объединяются с целью общения, получения новых знаний, обсуждения реальных проблем в интересах ребенка и семьи, получения бесплатной консультации специалистов – психологов, юристов, медработников. В Санкт-Петербурге и Краснодаре созданы папа-школы (<https://papashkola.ru/>), в которых проходят занятия для поддержки и помощи для увлечённых пап. Социальный проект «ЯПАПА» (<http://ipapa.pro/>) – первая онлайн-энциклопедия в России для молодых отцов. «Отцовство в России» (<https://rosotcovstvo.ru/>) – это информационный портал и площадка для обмена опытом в сфере поддержки ответственного отцовства. Деятельность некоммерческой

организации «Отцовство» (<http://www.nnfo.ru/>) направлена на продвижение семейных ценностей, важности отцовства и популяризации роли отца. В Татарстане реализуется программа по работе с отцами в формате курса «Семьеведение», учреждена премия «Отец года» [1].

Появление немалого количества программ поддержки отцовства (в том числе государственных) и добровольного объединения инициативных отцов свидетельствует, во-первых об актуальности данной проблематики, во-вторых, о том, что отцы в наши дни нуждаются в помощи, мужчинам сегодня нужна информационная, педагогическая, психологическая и социальная поддержка.

Третья сторона данной проблемы заключается в том, что Россия занимает лидирующие позиции по количеству разводов. Согласно данным официального сайта Федеральной службы государственной статистики в 2017 году на 1 049,7 тысяч браков пришлось 611,4 тысяч разводов, то есть распадается 58,2% семей [5]. Исследование Л.В. Русских показало, что одинокие разведенные мужчины встречаются со своими детьми не чаще, чем раз в неделю, в то время как семейные мужчины посвящают ребенку в среднем от трех до пяти часов в день, повторно женатые мужчины встречаются с детьми от первого брака раз в месяц и меньше, а повторно женатые имеющие во втором браке детей и того меньше [6]. На основании данных фактов можно сделать вывод о высоком уровне «функционально отсутствующих отцов». Также, учащаются случаи девиантного отцовства, невысокая степень вовлеченности отцов в воспитании ребенка, низкая родительская некомпетентность [2].

В России доля внебрачных рождений выросла с 1960 о 2016 год с 13,1% по 21,2%, причем рост наблюдается во всех промышленно развитых странах мира [10]. Абсолютный и относительный рост числа детей до 18 лет с юридическим статусом «без отца» в Российской Федерации составил с 2,6 млн. В 1989 году до 3,9 млн. в 2012 году и, соответственно с 6,5% до 14,5% от общего числа детей до 18 лет [9]. Суммируя данные по статистике разводов и внебрачных рождений, можно судить о масштабах безотцовщины в России. Согласно исследованиям Р.В.Овчаровой, Ю.А. Токаревой без участия отцов и отчимов воспитывается не менее 20% всех детей [3]. Сравнивая личностные особенности детей из неполных семей без отца с детьми из полных семей было выявлено, что даже «невидимый», «некомпетентный» отец очень важен, особенно сказывается отсутствие отца на личностном развитии мальчиков [3, 7]. Как результат «функционально отсутствующих отцов», девиантного отцовства и безотцовщины, следует отметить расширение спектра детского и подросткового девиантного поведения, обусловленного отцовской депривацией, а именно: подростковой преступности, деструктивного рискованного поведения,

наркомании, алкоголизма.

Таким образом, переоценить важность изучения феномена отцовства сложно. Задача исследования заключается в выявлении степени влияния факторов, определяющих ту или иную модель поведения отцов, формирование системной модели отцовства, развитие института отцовства.

### *Литература*

1. Карцева Л.В. Воспитательная работа с отцами как социальная проблема [Текст] / Л.В. Карцева // Вестник КазГУКИ. – 2015. – №2-1. – С.87 – 91.
2. Манеров Р.В. Образ себя как отца в структуре Я-концепции мужчин: дисс. ... канд. психол. наук [Текст] / Р.В. Манеров. – СПб., 2013. – 213 с.
3. Овчарова Р.В. Научные предпосылки к анализу проблемы отцовства как воспитательной деятельности [Текст] / Р.В. Овчарова, Ю.А. Токарева // Наука и образование Зауралья. – 2005. – №1. – С. 16 – 35.
4. Овчарова Р.В. Психологическое сопровождение родительства [Текст] / Р.В. Овчарова. – М.: ЗАО «Институт психотерапии», 2003. – 295 с.
5. Официальный сайт Федеральной службы государственной статистики. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.gks.ru/>
6. Русских Л.В. Состояние и проблемы современного отцовства [Текст] / Л.В. Русских // Вестник ЮУрГУ. Серия «Социально-гуманитарные науки». – 2018. – Т.18. №3. – С.94 – 98.
7. Токарева Ю.А. Предпосылки и условия формирования отцовства как воспитательной деятельности [Текст] / Ю.А. Токарева // Семья и будущее России: материалы межд.науч.-практ. конф. – Екатеринбург: Уральский гуманитарный институт, 2005. – С. 135 – 138.
8. Урусова. Л.Х. К вопросу о современном отцовстве и маскулинности [Текст] / Д.Х. Урусова // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2015. – № 2 (62). – Т. 4. – С.81 – 84.
9. Электронный демографический журнал Демоскоп Weekly. – №553-554, 1-19 мая 2013. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.demoscope.ru/weekly/2013/0553/tema03.php>
10. Электронный демографический журнал Демоскоп Weekly. – №805-806, 11-24 марта 2019. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.demoscope.ru/weekly/app/app4013.php>

## **ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПОДРОСТКОВ, СКЛОННЫХ К ЗАВИСИМОСТИ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ**

*Хамматшина Э.Ф.*

*РБ, г.Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Социальный интеллект помогает человеку успешно вступать в коммуникации и взаимодействовать с людьми, осознавать поступки и действия людей, понимать вербальные и невербальные стимулы

коммуникации. Его формирование происходит в процессе социализации во время общения и деятельности [3, 4].

Ведущим видом деятельности у подростков является общение и благодаря ему подросток узнает что-то новое об окружении, о себе, осваивает нормы, ценности, средства социального поведения и т.д. [1, 2].

В связи с ростом технического прогресса общение претерпевает преобразования и становится более виртуальным и осуществляется опосредованно через социальные сети, а в некоторых случаях вызывает еще и зависимость. И поэтому важно понимать каким образом такие изменённые формы общения влияют на уровень социального интеллекта, и как это отражается на современных подростках.

Мы предполагаем, что уровень социального интеллекта у подростков, не имеющих зависимость от социальных сетей выше, чем уровень социального интеллекта у подростков, имеющих зависимость от социальных сетей.

В исследовании приняли участие 50 студентов колледжа в возрасте от 14 до 16 лет.

На первом этапе исследования им было предложено пройти тест Кимберли-Янга на интернет-зависимость, с целью дифференциации нашей выборки на подростков, имеющих и не имеющих зависимость от социальных сетей. Полученные результаты представлены в таблице 1

Таблица 1

Распределение испытуемых по результатам теста на интернет-зависимость Кимберли-Янга (N=50)

Показатель	Количество испытуемых	Процентное соотношение(%)
Зависимые	26	52
Не имеющие зависимость	24	48

Из представленной таблицы видно, что 52% респондентов страдают зависимостью от интернета, 48% испытуемых умеренно пользуются интернетом и социальными сетями в частности.

На втором этапе исследование была проведена диагностика подростков на уровень социального интеллекта при помощи опросника «Социальный интеллект» в модификации Холла. Он позволил выявить слагаемые социального интеллекта: самосознание, саморегуляция, эмпатия, коммуникабельность, самомотивация. Полученные данные показаны в таблицах 2, 3.

Из представленных данных можно сказать, что по шкале самосознание: 11,6% подростков с зависимостью от социальных сетей, имеют высокий показатель, таким образом, они способны осознавать собственные эмоции, мотивы и потребности; 30,7% обладают средним

уровнем, т.е. у них недостаточно сформирована способность к рефлексии собственных эмоций, мотивов и потребностей; 57,7% с низким уровнем самосознания, это значит, что их способность осознания своих эмоций, мотивов и потребностей на позиции не оформленной.

Таблица 2

Результаты диагностики социального интеллекта по методике Холла у подростков, имеющих интернет-зависимость (N=26)

№	Шкала	Уровень		
		Низкий	Средний	Высокий
		%	%	%
1	Самосознание	57,7	30,7	11,6
2	Саморегуляция	50	46,2	3,8
3	Эмпатия	46,2	46,2	7,6
4	Коммуникабельность	23,1	57,7	19,2
5	Самомотивация	50	34,6	15,4

По шкале саморегуляция, у 3,8% высокий уровень, это им позволяет контролировать свое эмоциональное состояние, у 46,2 % средний и у 50% респондентов низкий уровень. По шкале эмпатия у 7,6% высокий уровень умения ставить себя на место другого, они способны учитывать в решениях чувства и эмоции других людей, у 46,2% средний и у остальных 46,2% низкий уровень. Коммуникабельность у интернет-зависимых подростков на низком уровне у 23,1%, на среднем уровне у 57,7% и у 19,2% на высоком. 50% обладают низким уровнем самомотивации, т.е. они не способны ставить перед собой цели и достигать их, средний уровень у 34,6% и высокий у 15,4% исследуемых подростков.

Таблица 3

Результаты диагностики социального интеллекта по методике Холла у подростков, не имеющих интернет-зависимость (N=24)

№	Шкала	Уровень		
		Низкий	Средний	Высокий
		%	%	%
1	Самосознание	8,3	37,5	54,2
2	Саморегуляция	0	58,3	41,7
3	Эмпатия	8,3	66,7	25
4	Коммуникабельность	8,3	58,3	33,4
5	Самомотивация	12,4	54,2	33,4

Проанализировав вышерасположенную таблицу, мы наблюдаем, что по шкале самосознание: 54,2% подростков, не имеющих зависимость от социальных сетей, имеют высокий показатель, таким образом, данные

респонденты способны осознавать собственные эмоции, мотивы и потребности; 37,5% обладают средним уровнем, т.е. у них недостаточно сформирована способность к рефлексии собственных эмоций, мотивов и потребностей; 8,3% с низким уровнем самосознания, это значит, что их способность осознания своих эмоций, мотивов и потребностей на позиции не оформленной. По шкале саморегуляция, у 41,7 % высокий уровень, это им позволяет контролировать свое эмоциональное состояние, у 58,3 % средний и ни у одного респондента не выявлен низкий показатель. По шкале эмпатия у 25% высокий уровень умения ставить себя на место другого, они способны учитывать в решениях чувства и эмоции других людей, у 66,7% средний и у 8,3% низкий уровень. Коммуникабельность у подростков без интернет-зависимости на низком уровне у 8,3%, на среднем уровне у 58,3% и у 33,4% на высоком. 12,4% обладают низким уровнем самомотивации, т.е. они не способны ставить перед собой цели и достигать их, средний уровень у 54,2% и высокий у 33,4% исследуемых подростков.

Полученные результаты мы подвергли статистической обработке данных с помощью U – критерий Манна-Уитни. Результаты представлены в таблице 4.

Таблица 4

Результаты сравнительного исследования средних рангов социального интеллекта у подростков (N=50)

№	Исследуемый Параметр	Средние ранги		U-критерий Манна-Уитни
		Интернет-зависимые (N=26)	Не имеющие зависимость (N=24)	
1	Самосознание	<b>18,25</b>	<b>33,35</b>	<b>123,5*</b>
2	Саморегуляция	<b>15,63</b>	<b>36,19</b>	<b>55,5**</b>
3	Эмпатия	<b>18,42</b>	<b>33,17</b>	<b>128*</b>
4	Коммуникабельность	25,27	30,08	212
5	Самомотивация	20,1	25,6	169,5

**Примечание:** статистически значимые различия на уровне не ниже  $p \leq 0,05$  обозначены \*, не ниже  $p \leq 0,01$  - \*\* и выделены жирным шрифтом.

Исходя из данных таблицы 4, мы можем сделать вывод о том, что существуют различия у интернет-зависимых и не имеющих интернет-зависимости подростков по таким шкалам, как: самосознание, саморегуляция, эмпатия; и не выявлено различий в таких шкалах как: коммуникация, самомотивация.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что у подростков, которые не имеют зависимость от социальных сетей уровень самосознания выше, чем у подростков с зависимостью от социальных

сетей. Это говорит о том, что в сравнении с подростками, имеющими аддикцию, подростки, которые не страдают зависимостью от социальных сетей, принимают себя, осознают себя как носителя индивидуальных характеристик, удовлетворены собой, способны к саморегуляции, способны проявлять сочувствие к несчастьям других людей, а также принимать в расчет чувства и мысли других людей.

По итогам проведенного исследования, можно сказать, что гипотеза о том, что уровень социального интеллекта у подростков, не имеющих зависимость от социальных сетей выше, чем уровень социального интеллекта у подростков, имеющих зависимость от социальных сетей, частично подтвердилась.

### *Литература*

1. Баширов И.Ф. Социальный интеллект как фактор успешности профессиональной деятельности военного психолога: дисс. ... канд. психол. наук. – М.: МГУ, 2013.

2. Захарова А.В. Психология формирования самооценки [Текст] / А.В. Захарова. – Минск: Полымя, 1993. – 136 с..

3. Райзвих Е.Г. Особенности социального интеллекта подростков, учащихся в общеобразовательной школе [Текст] /Е.Г. Райзвих // Молодой ученый. – 2017. – №12. – С. 797-800.

4. Сидоров К.Р. Самооценка в психологии [Текст] / К.Р. Сидоров // Мир психологии. – 2016. – С. 46 – 67.

## **СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ РАБОТНИКОВ МЕДИЦИНСКОЙ СЛУЖБЫ В КОНТЕКСТЕ СТАЖА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Хачатрян Р.Г.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

О влиянии профессиональной деятельности на личность человека писали ещё древние философы, но особенно часто этой теме уделялось внимание в конце XIX и начале XX века. В дальнейшем крупные психологи занимались изучением этого феномена (Н.В. Самоукина, Э.Ф. Зеер, В.Е. Орел, Т.В. Большакова, Н.Е. Водопьянова и др.). Несмотря на это, тема остаётся недостаточна разработанной и до настоящего времени актуальной.

В условиях социально-экономической нестабильности, социальных стрессов, конкуренции на рынке труда требования к профессионализму личности растут. Не каждый человек способен легко адаптироваться, эффективно осуществлять свою профессиональную деятельность, а потому вероятность проявления неблагоприятных психологических

состояний растёт – выявляется тревога, депрессия, психосоматические расстройства, алкогольная и наркотическая зависимости – всё это является симптомами синдрома эмоционального выгорания (СЭВ).

На сегодняшний день «профессиональное выгорание» в наиболее широком смысле трактуется как долговременная стрессовая ситуация, возникающая вследствие профессиональных стрессов средней интенсивности [1].

Особую роль в синдроме «выгорания» имеют напряжённые отношения в системе «человек - человек», которые могут проявляться в отношениях между руководителем и подчинённым в конфликтах, врачами и больными и т.д. Вероятность проявления выгорания увеличивается по мере возрастания частоты и эмоциональной насыщенности, а также продолжительности контактов разрушительной или раздражающей природы [3]. К анализу этого феномена существуют различные подходы, но нет единого мнения о структуре данного синдрома и о том, какие профессии подвергают человека к такой опасности.

Изучая литературу, посвящённую теме эмоционального выгорания, можно обратить внимание на расширение сфер деятельности, находящихся в зоне «риска» данного симптома. А именно это учителя, психологи, воспитатели детских домов, социальные работники, полицейские и другие. Проведённые в различных странах исследования говорят о том, что медицинские работники относятся к особой «группе риска» эмоционального выгорания.

По данным английских исследователей среди врачей общей практики обнаруживается верхний уровень тревоги в 41% случаев, клинически выраженная депрессия в 26% случаях. Треть врачей использовали медикаментозные средства для коррекции эмоционального напряжения, количество употребляющих алкоголь превышает средний уровень. В исследованиях, проведённых в нашей стране у 26% терапевтов отмечен высокий уровень тревожности. Признаки СЭВ выявляются у 61,8% стоматологов [2]. Сама деятельность работников медицинской службы предполагает психофизическое напряжение, эмоциональную насыщенность, стрессовые ситуации.

Здесь нужно отметить, что эмоциональное выгорание зависит не только от внешних, но и внутренних факторов и могут проявляться как приглушение эмоций, равнодушие, увеличение числа конфликтов, потеря осуществления ценности жизни, утрата веры в собственные силы и другое.

Изучение отдельных форм профессиональных деформаций посвящено немало исследований, однако они не до конца раскрывают сущность синдрома эмоционального выгорания, а также можно указать

на недостаточность эффективных методик для его профилактической коррекции.

*Цель исследования* – выявить особенности профессионального выгорания у работников медицинской службы с различным стажем профессиональной деятельности.

Для реализации цели исследования использовалась методика «Опросник профессионального выгорания К. Маслач». Группу испытуемых составили младший медицинский персонал – женщины, в количестве 20 человек, со стажем более и менее 10 лет. Базой исследования послужила ГБУЗ РБ Поликлиника №1. Результаты исследования представлены в таблице 1.

Таблица 1

Средние значения показателей по опроснику СЭВ К.Маслач

Показатели	Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Редукция профессиональных достижений
Стаж менее 10 лет	<b>15</b> (низкий уровень)	<b>7</b> (средний уровень)	<b>35</b> (средний уровень)
Стаж более 10 лет	<b>15</b> (низкий уровень)	<b>6</b> (средний уровень)	<b>33</b> (средний уровень)

В ходе исследования было определено следующее: результаты диагностики синдрома эмоционального выгорания младшего медицинского персонала со стажем более 10 лет и менее 10 лет достаточно схожи. Это может быть связано с тем, что все участники выборки работают в одном коллективе, и в связи с этим у них наблюдается общий эмоциональный фон.

По шкале эмоционального истощения выявлен низкий уровень. У персонала не наблюдаются переживания сниженного эмоционального тонуса, повышенной психической истощаемости и аффективной лабильности, утраты интереса и позитивных чувств к окружающим, ощущении «пресыщенности» работой, неудовлетворенностью жизнью в целом. По шкале деперсонализации выявлен средний уровень. Деперсонализация проявляется в эмоциональном отстранении и безразличии, формальном выполнении профессиональных обязанностей без личностной включенности и сопереживания, а в отдельных случаях – в негативизме и циничном отношении. По шкале редукции профессиональных достижений так же выявлен средний уровень. Младшие медицинские сотрудники вполне довольны собой как личностями, так и профессионалами.

Таким образом, анализ диагностики синдрома эмоционального и профессионального перегорания показал, что на данный момент

отклонений не выявлено, как у персонала с более высоким стажем, так и у персонала с более низким стажем работы. А значит мы можем говорить о том, что стаж пребывания на посту не определяет вероятность проявления эмоционального выгорания младших медицинских работников.

### *Литература*

1. Бабанов С.А. Профессиональные факторы и стресс: синдром эмоционального выгорания [Текст] /С.А. Бабанов // Трудный пациент. – 2009. – Т. 7. –№ 12. – С. 42 – 46.
2. Бердяева И.А. Синдром эмоционального выгорания у врачей различных специальностей [Текст] /И.А. Бердяева, Л.Н. Войт // Дальневосточный медицинский журнал. – 2012. –№ 2. – С. 117 – 120.
3. Яркина О.С. Синдром эмоционального выгорания у врачей в контексте личностно-профессионального развития: симптомы и предпосылки // Вестник ТГУ. – 2008. - № 3. – С. 307 – 311.

## **ОСОБЕННОСТИ ПРОКРАСТИНАЦИИ И ПЕРФЕКЦИОНИЗМА В ЗРЕЛОМ ВОЗРАСТЕ**

*Хайруллина Г.Г.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М.Акмиллы*

На сегодняшний день доказано, что перфекционизм взаимосвязан с различными психологическими трудностями и особыми качествами личности, а также негативно влияет на эмоционально-психическое состояние человека. Одной из связанных с перфекционизмом проблем является прокрастинация, которая также сегодня детально исследуется психологами, социологами, философами. Перфекционизм – это стремление к идеалу, к достижению совершенства, что предполагает чрезмерную концентрацию на деталях, неумение обращать внимание на временные ограничения, страх сделать любую ошибку.

В психологической науке перфекционизм трактуется как убеждение в том, что достижение идеала в каких-либо поступках и общей деятельности вполне реально и даже необходимо. Поэтому перфекционизм распространяется на сферу профессии, сферу быта, семьи, отношений (романтических, дружеских, родственных, деловых) и других направлений деятельности. Патологическая форма этой особенности личности состоит в уверенности в том, что неидеальный результат любой работы следует обязательно исправить и довести до совершенного уровня. Перфекционист в патологии стремится исключить все лишнее или сделать «неровный» предмет «ровным».

Теоретическое изучение этой особенности осуществлено в работах К. Хорни и А. Адлера, которые предложили исследовать стремление к идеалу как один из главных мотивирующих факторов поступков человека. К. Хорни отмечала, что социальные требования к любому человеку (вести себя в рамках общественных правил, соблюдать установленные законы) могут спровоцировать развитие перфекционизма, т.е. сформировать невротическую потребность в достижении совершенства. Последнее базируется на Я-идеальном – на представлениях о конкретных чертах собственной личности, которые нужно развивать, о наличии большого количества недостатков, которые надо устранить. В результате Я-реальное постепенно отходит на второй план, а индивид, ставший невротиком, переживает «расцвет» нарциссизма, поскольку начинает ассоциировать себя с Я-идеальным. По словам А. Адлера, само желание быть совершенным присуще человеку как таковому, поскольку это общая мотивационная основа жизни и дальнейшей деятельности, являющаяся «потенциально здоровой активностью» [1, с. 133].

Перфекционизм нередко провоцирует прокрастинацию, т.к. предполагает не только желание выполнить любое дело идеально, но и зависимость человека от давления с внешней стороны.

Сам термин «прокрастинация» появился в 1977 г., когда одновременно вышли две научные статьи: «Прокрастинация в жизни человека» и «Преодоление прокрастинации». Сегодня основным изданием, освещающим эту проблему, является журнал «Procrastination And Task Avoiding» (рус. Прокрастинация и уклонение от выполнения задач) [4, с. 25].

Прокрастинация (от англ. procrastination «задержка, откладывание»; от лат. procrastinatio с тем же значением, восходит к cras «завтра» или crastinum «завтрашний» + pro- «для, ради» [4, с. 20] определяется в психологической науке как склонность к отсрочиванию важных дел, следствием которой становятся серьезные жизненные трудности и эмоциональные расстройства. Проявление прокрастинации – в постоянных отвлечениях на бытовые задачи, на более интересные занятия, в то время как конкретные обязанности не выполняются. При этом человек осознает особенности своего поведения, но ему крайне сложно заставить себя начать выполнять именно те задачи, которые требуют его внимания в первую очередь. Психологи указывают на отличие прокрастинации от лени: в этом случае человек не испытывает ярко выраженной тревоги и просто не стремится к любым делам вообще, предпочитая постоянный отдых. В состоянии прокрастинации, наоборот, индивид понимает, насколько сложной является его проблема откладывания важных дел, но продолжает отвлекаться и находить различные причины, объясняющие его «занятость». Если во время отдыха

человек приобретает энергию, восполняет пробелы, то при прокрастинации – теряет [3, с. 18].

В рамках данной статьи мы обращаем внимание на особенности влияния перфекционизма и прокрастинации на ВКЗ именно в период средней зрелости.

Наличие проблемы прокрастинации и перфекционизма может повлиять на ВКЗ зрелого человека в нескольких вариантах:

1. Индивид начинает предпринимать чрезмерные попытки контролирования своего здоровья, обращая внимание на любые детали в изменении самочувствия, постоянно посещая докторов. В этом случае речь идет о влиянии перфекционизма.

2. Индивид опасается каких-либо негативных сообщений о собственном здоровье, либо, напротив, мало им интересуется, поэтому постоянно отсрочивает поход к врачу. Здесь отмечается влияние прокрастинации.

3. Индивид все время говорит о своем здоровье, ссылаясь на самочувствие, но оттягивая выяснение состояния здоровья. Под влиянием серьезных изменений в самочувствии он в итоге узнает результаты анализов и врачебного осмотра. Здесь и отмечается взаимосвязь прокрастинации и перфекционизма. В целом, когнитивный компонент ВКЗ, будучи связанным с логикой получения знаний о физическом состоянии, теряет эту черту: под воздействием обеих проблем рациональный подход к здоровью нарушается.

Эмоционально-ценностный компонент представляет собой понимание здоровья в качестве жизненной ценности и поэтому связан с адекватным настроением на поддержание и физического, и эмоционально-психологического здоровья. Под влиянием перфекционизма индивид реагирует чересчур эмоционально на свое здоровье – даже в случае его абсолютной целостности и полном отсутствии проблем. Здоровье для такого человека – главный предмет бесед. Под влиянием прокрастинации индивид, напротив, избегает разговоров о здоровье, хотя формирование какой-то проблемы в виде болезни или невроза может заметить. Здоровье для него является ценностью, но не первостепенной, поэтому такой человек будет пытаться оттягивать общение с врачом. Взаимосвязь обеих проблем даст, на наш взгляд, сложный эффект: отношение к здоровью будет сопровождаться противоречивыми эмоциями – желанием решить возникающие сложности в своем состоянии, опасением и страхом перед неизвестностью, попыткой устранить сразу все сложности (к примеру, сделать одновременно несколько операций).

Ценностные ориентации личности выступают как элемент высших мотивационных структур жизнедеятельности личности. Поэтому ценностный компонент связан с мотивационно-потребностным – на основе понимания смысла и значимости каких-либо жизненных

установок. Мотивация и потребность в сохранении здоровья предполагают для зрелого человека накопление соответствующих знаний, осуществление каких-либо действий в этом направлении. Под влиянием перфекционизма мотивация сохранения здоровья будет определяющей во всей структуре мотивов индивида. А потребность в улучшении и поддержке своего состояния будет регулировать практически любые действия: под контроль попадает питание, спорт, секс, сон, организация условий труда, поддержание чистоты в доме (особенно в этом аспекте перфекционизм раскрывается в полную силу). Под влиянием прокрастинации мотивация сохранения здоровья теряет свою значимость: человеку непросто найти действенные стимулы для улучшения своего состояния. Взаимосвязь обеих проблем повлияет так же на мотивацию, как и на эмоционально-ценностный аспект: человек будет стремиться сделать все в последний момент, без понимания того факта, что поддержание здоровья – процесс постоянный. Ему требуются быстрые результаты за короткий промежуток времени, в ином случае мотивация оказывается слабой.

Поведенческий компонент предполагает умение контролировать себя с целью сохранения здоровья: известный отказ от спиртного и курения, ограничение вредной пищи (жареной и жирной), полноценный сон и отдых – все эти аспекты имеют отношение к саморегуляции физического и психологического состояния. Под влиянием перфекционизма индивид очень тщательно следит за своим поведением: крайне редко бывает на вечеринках, занят выяснением состава блюд, эмоционально реагирует на нарушения сна. Под влиянием прокрастинации индивид понимает, что контролировать свое поведение с целью сохранения здоровья необходимо, но всегда отсрочивает это, что может негативно сказаться на состоянии. Здесь имеет место и спиртное («завтра перестану и больше никогда не налью»), и курение, и отсутствие внимания к режиму сна.

Таким образом, ВКЗ зрелого человека, безусловно, будучи сложной сферой, находится под влиянием перфекционизма и прокрастинации. Это влияние в основном оказывается негативным: отмечаются нарушения в ВКЗ и общем состоянии, повышается количество неврозов и навязчивых состояний.

### *Литература*

1. Адлер А. Индивидуальная психология [Текст] / А. Адлер // История зарубежной психологии / Под ред. П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан. – М.: Изд-во МГУ, 1986. – С. 131 – 140.
2. Ананьев В.А. Основы психологии здоровья. Концептуальные основы психологии здоровья [Текст] / В.А. Ананьев. – СПб.: Речь, 2006. – 384 с.
3. Людвиг П. Победы прокрастинацию! Как перестать откладывать дела на завтра [Текст] / П. Людвиг. – М.: Альпина Паблицер, 2014. – 263 с.

4. Тарасевич Г. Прокрастинация: болезнь века [Текст] / Г. Тарасевич // Русский репортер. – 2014. – № 14 (342). – С. 20 – 29.

## **ФОРМИРОВАНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ПОДРОСТКОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИГРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

*Фаттахова Г.Р., Султанова Р.Р.*

*РФ, г.Уфа, БГПУ им. М.Акмиллы*

В связи с процессом модернизации, в образовании особое внимание уделяется формированию социальной компетентности обучающихся. Актуальными в данном направлении являются игровые технологии.

Самыми важными подходами в данном направлении можно выделить личностно-ориентированный и компетентностный подход. Личностно-ориентированное обучение – это обучение, которое выявляет особенности обучающегося, то есть субъекта, признающее самоценность и самобытность его опыта, на основе которого выстраивается педагогическое взаимодействие.

Личность формируется посредством взаимодействия и общения с окружающими. Поэтому для человека очень важна оценка социума, для его самопознания.

И.С. Якиманская ведущими идеями личностно-ориентированного обучения выделяет:

- обучение как заданный норматив познания трансформируется на учение как процесс;
- развитие познавательных способностей, а также формирование индивидуальности обучающихся;
- обучение является индивидуальной деятельностью отдельного обучающегося;
- субъектность обучающегося является изначально ему присущая;
- реализация и конструирование образовательного процесса осуществляется с учетом субъектного опыта каждого;
- процесс получения знаний приобретает другую форму – знание из цели превращается в средство.

Таким образом, обучение не задает вектор развития, а создает все необходимые условия для этого. И тем самым значительно меняет функцию обучения. Важной и основной задачей личностно-ориентированного подхода является развитие способностей обучающегося. Такое развитие строится не по направлению от обучения к учению, а от ученика к педагогическому процессу, который способствует его развитию. Такое направление должно учитываться во всем образовательном процессе [1].

В свою очередь компетентностный подход учитывает и даёт возможность согласовать ожидания учителей и обучающихся. То есть определение целей образовательного процесса, с позиции данного подхода, означает описание возможностей, которые могут приобрести обучающиеся в результате образовательной деятельности. Таким образом, целью данного подхода является научить подростка самостоятельно решать возникающие трудности в образовательном процессе [2].

Преимущества игровых технологий в процессе организации работы по развитию социальной компетентности подростков:

- каждый субъект образовательного процесса вносит свой индивидуальный вклад в результат обучения, происходит постоянное взаимодействие среди всех субъектов, взаимопомощь;
- устанавливается эмоционально благоприятное взаимоотношение между субъектами образовательного процесса;
- развитие коммуникативных навыков и приобретение нового опыта в эффективном взаимодействии.

По мнению большинства ученых, в процессе самостоятельной исследовательской деятельности развивается социальная компетентность, поэтому игровые технологии являются важным средством для развития данной компетентности.

Наше экспериментальное исследование проводилось на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения школы №45 с углубленным изучением отдельных предметов Кировского района городского округа г. Уфы Республики Башкортостан. В исследование приняли участие обучающиеся 6-х и 8-х классов, в составе – 55 человек.

Цель эмпирического исследования: выявить, как игровые технологии влияют на формирование социальной компетенции у подростков.

Задачи эмпирического исследования:

- 1) разработать программу эмпирического исследования;
- 2) подобрать методы исследования;
- 3) изучить особенности влияния игровых технологий на формирование социальной компетенции у подростков;
- 4) изучить особенности социальной компетенции с помощью методик и проведения серий игровых технологий для подростков.

Для осуществления нашего исследования мы выбрали следующие методики: методика диагностики «помех» (барьеров) в установлении эмоциональных контактов В.В. Бойко, шкала социальной компетенции А.М. Прихожан. А также провели серию игр с подростками.

Практическая реализация опытно-экспериментальной работы осуществлялась в три этапа: констатирующий; формирующий; контрольный.

Полученные данные констатирующего эксперимента позволяют определить средний показатель учащихся, которые не владеют определенными навыками социальной компетентности (5,5%).

Учитывая полученные результаты, на формирующем этапе работы была проведена серия игр для развития социальной компетентности подростков.

В процессе эмпирического исследования было выявлено положительное влияние метода игровых технологий как интерактивной формы обучения на процесс формирования социальной компетентности подростков в условиях образовательной организации.

Сравнительный анализ полученных результатов исследования показывает положительную динамику по уровням социальной компетентности. Результаты представлены на рис.1.

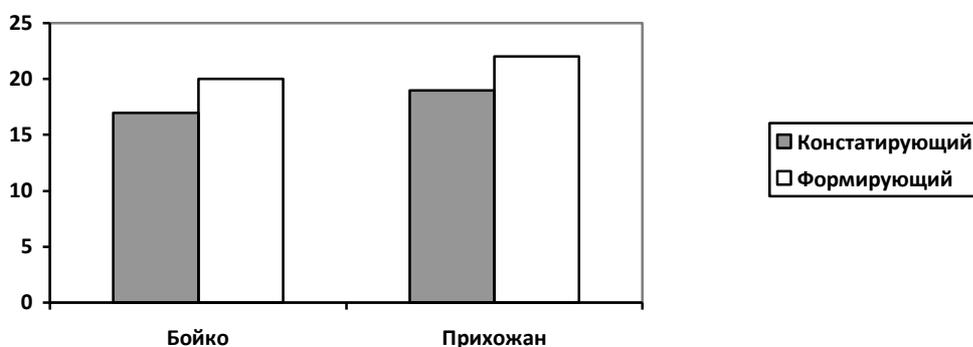


Рис.1 Сравнительный анализ уровня социальной компетентности подростков на этапах констатирующего и формирующего экспериментов (%)

В результате формирующего эксперимента повысился уровень социальной компетентности подростков (было 18%, стало 21%). Отмечается высокий уровень деловых, организаторских, коммуникативных умений и навыков. Подростки стали более самостоятельными в организации образовательного процесса, проявляются лидерские качества и видна мотивация в обучение, эмоционально благоприятные взаимоотношения со сверстниками.

Таким образом, формирование социальной компетентности подростков в образовательном процессе более эффективно осуществляется с помощью применения игровых технологий.

#### *Литература*

1. Иванов Д.А. Компетентностный подход в современном образовании [Текст] / Д.А. Иванов // Справочник заместителя директора школы. – 2009. – № 1. – С. 85-92.
2. Якиманская И.С. Личностно-ориентированное развивающее обучение [Текст] / И.С. Якиманская // М.: Вузовская книга. – 2011. – 131 с.

## **ИЗМЕНЕНИЯ БАЗИСНЫХ УБЕЖДЕНИЙ ЛИЧНОСТИ В КОНТЕКСТЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ НЕГАРАНТИРОВАННОСТИ РАБОТЫ**

*Чуйкова Т.С.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Более трех десятилетий в исследованиях, проводимых в разных странах, представлен феномен негарантированной работы, как отражение динамичных изменений в трудовой занятости в большинстве регионов мира. Первое описание феномену негарантированной работы было дано Гринхалтом и Розенблатом (Greenhalgh, Rosenblatt) в 1984г. в статье «Негарантированность работы: концептуальное определение понятия» (“Job insecurity: Towards conceptual clarity”). Тем самым было положено начало новому направлению исследований. Авторы определили понятие следующим образом: «беспомощность человека в сохранении работы в неблагоприятной ситуации» [12, с. 438].

Первоначально новое направление исследований развивалось не столь активно, но с началом тысячелетия количество научных статей, посвященных негарантированной работе, стало расти лавинообразно. Динамика расширения исследований негарантированной работы в эти годы в определенном смысле отражала эволюцию экономических процессов в мире: эра компьютеризации 80-х годов повлекла за собой процессы слияний и реструктуризаций компаний, приватизацию государственных предприятий. Эти процессы сопровождались массовыми сокращениями штата, а также все более широким использованием временных контрактов при найме персонала. Все это привело к тому, что все больше людей стали воспринимать свою работу как негарантированную. Существенный вклад в распространение негарантированной работы в настоящее время вносят процессы глобализации, быстрый рост технологических инноваций, дерегуляция рынков труда (ослабление государственных рычагов регулирования как общая мировая тенденция), усиление конкуренции не только на национальном уровне, но и в глобальном масштабе, что приводит к необходимости снижения издержек, в том числе за счет сокращения штата [15]. Некоторые авторы полагают, что негарантированность работы составляет суть современного экономического порядка (см. [10]).

В настоящее время называют три основные характеристики при определении феномена негарантированной работы:

Во-первых, негарантированность работы представляет собой субъективное переживание, являющееся результатом восприятия и интерпретации актуальной ситуации на работе. Это означает, что одна и

та же ситуация на работе может вызвать разные переживания у работников;

Во-вторых, негарантированность работы рассматривается как нежелательный феномен. Поэтому он не касается тех людей, которые предпочитают неопределенный статус работы, выбирая, в силу разных обстоятельств, работу на временной основе;

В-третьих, в качестве основного ядра в переживании негарантированности работы рассматривается неопределенность в отношении будущего [11].

Авторы, которым принадлежит первенство в определении этих характеристик, предложили свое определение субъективному переживанию негарантированности работы: «... субъективно воспринимаемая и нежелательная вероятность потерять работу в будущем, а также страх и беспокойство, связанные с этой возможностью потери работы [11, с. 365].

К настоящему времени получен и систематизирован огромный массив эмпирических данных исследований, проведенных в разных странах мира. Наибольшее внимание исследователей, особенно на начальных этапах изучения, получили психологические следствия негарантированной работы, такие как снижение удовлетворенности работой, ухудшение физического и психического здоровья, падение вовлеченности в работу и др. Схожие результаты были получены на отечественных выборках, при этом следует отметить, что подобных исследований пока чрезвычайно мало. А.Н. Демин и И.А. Петрова отмечают в качестве последствий переживания угрозы потери работы состояния тревоги, фрустрации, депрессии, апатии, агрессивные действия [3]. В исследовании других российских авторов у сотрудников, воспринимающих свою работу как негарантированную, было обнаружено снижение всех показателей вовлеченности в работу (энергичности, энтузиазма, поглощенности деятельностью), показателя приверженности работе, а также повышение депрессивного фона настроения и рост желания оставить организацию [8]. В этом же исследовании были зафиксированы искажения временной перспективы у таких сотрудников со стороны настоящего, которое воспринималось ими как слабо контролируемое, и со стороны прошлого, в котором усматривалось больше негативных событий [9].

В исследовании А.Ю. Смирновой зафиксирована при переживании негарантированной работы буферная роль поддержки со стороны семьи работника, особенно она выражена для замужних женщин, а также аналогичная поддерживающая роль более широкого социального окружения и организации, в которой работает сотрудник вне зависимости от пола [7].

Переживание угрозы потери работы в соответствии с результатами исследований, как зарубежных, так и отечественных, несет серьезную угрозу психологическому благополучию человека. Полагаем, что переживание негарантированности работы может приводить к изменениям базисных убеждений человека относительно окружающего мира и своего положения в нем, в частности исказить его представления о справедливости. Косвенным индикатором тому служит тот спектр переживаний – депрессия, тревога, беспомощность, апатия, агрессия, которые фиксируются у лиц, переживающих чувства негарантированности работы, и которые часто ассоциируются с переживанием несправедливости и бессилия противостоять ей.

Мы получили эмпирическое подтверждение этому предположению на выборке врачей в исследовании, имеющем более широкую направленность, в котором проверялись ряд гипотез о связи переживания негарантированности работы медицинскими работниками с различными следствиями, в том числе и изменениями базисных убеждений.

В исследовании приняли участие 70 сотрудников, занятых в медицинских учреждениях г. Уфы, возраст варьировался в диапазоне от 24 до 40 лет. Использовались методики опросного типа, в том числе, имеющие значение в аспекте рассматриваемой в этой статье проблемы, Шкала ненадежности будущего из Методики измерения ненадежности работы А.Н. Дёмина [2] и Шкала базисных убеждений Р. Янов-Бульман (адаптация Падун М.А, Котельниковой А.В.) [5]. Первая из обозначенных методик – Шкала ненадежности будущего составляет одну из двух шкал методики А.Н. Демина, вторая шкала — ненадежности настоящего не использовалась нами, т. к. в предыдущих наших исследованиях была обнаружена высокая корреляционная связь между этими шкалами [8, 9]. Шкала представлена 14 пунктами, которые сформулированы как продолжения начала предложения «Мое будущее в данной организации...», с каждым продолжением следует согласиться или не согласиться, используя оценочную шкалу. Примеры пунктов-продолжений: «вызывает уверенность» (обратный пункт), «непредсказуемое», «вызывает тревогу» (оба прямые пункты).

Для оценки базисных убеждений наших респондентов мы воспользовались, как уже отмечалось выше, вариантом адаптации, выполненным М.А. Падун и А.В. Котельниковой. При этом мы сократили число пунктов, отобрав из каждой шкалы по 6 пунктов в соответствии с критерием наиболее существенного вклада в соответствующую шкалу, на основе учета значений коэффициентов корреляций каждого отдельного пункта с общим показателем по шкале, воспользовавшись данными, полученными авторами адаптации на этапе валидации методики. В итоге наш вариант методики составили 30 пунктов по 6 пунктов в каждой

шкале. При этом нами было соблюдено психометрическое требование к опросникам: наличие не менее 6 пунктов по отдельной шкале [1].

Результаты измерения базисных убеждений наших респондентов представлены на табл. 1.

Таблица 1

Результаты измерения базовых убеждений

Субшкалы	Среднее	Станд. откл.
Доброжелательность окружающего мира	23,7	7,0
Справедливость	26,4	7,5
Образ Я	23,7	7,1
Удача	21,4	7,7
Убеждения о контроле	22,8	9,3

На основании результатов, представленных в таблице, мы можем отметить, что показатели по всем субшкалам относительно высокие, соответственно мы можем охарактеризовать наших испытуемых следующим образом: воспринимают окружающий мир как отвечающий принципу справедливости, в котором каждый человек получает по заслугам, как доброжелательный по отношению к ним; поэтому они склонны доверять миру и людям, окружающим их, а события, происходящие с ними, воспринимать как подконтрольные им; при этом характеризуются положительным отношением к себе, воспринимая себя как достойных уважения людей, верят в удачу и везение.

На следующем этапе нашего исследования мы провели корреляционный анализ полученных данных. Здесь представим те корреляционные зависимости, которые касаются связей базисных убеждений с ненадежностью (переживанием чувства негарантированности) работы (см. табл. 2).

Таблица 2

Корреляции показателя ненадежности работы с показателями базисных убеждений

Субшкалы базисных убеждений	Коэффициенты корреляции с показателем ненадежности работы	Значения $p$
Доброжелательность окружающего мира	0.17	0.15
Справедливость	<b>-0.28</b>	<b>0.02</b>
Образ Я	0.002	0.98
Удача	-0.14	0.26
Убеждение в контроле	-0.07	0.56

**Примечание:** полужирным шрифтом выделена значимая связь

В результате корреляционного анализа мы обнаружили значимую отрицательную связь показателя ненадежности работы с базисным убеждением *справедливость*, с другими убеждениями связи оказались низкие. Соответственно, мы можем полагать, что переживание негарантированности работы сопровождается снижением восприятия справедливости окружающего мира, а, возможно, и возникновением явного чувства его несправедливости. В этой связи мы можем отметить, что базисные убеждения изучаются, как в зарубежной так и отечественной психологии, главным образом в исследованиях последствий психологической травмы. При этом отмечается следующая картина изменений базисных убеждений: формирование убеждения о враждебности и опасности внешнего мира и представления о собственном Я, как слабом и некомпетентном [4, 5]. Сходные нарушения базисных убеждений отмечают в качестве психологических механизмов развития болезни Грейвса, характерным для которой является настроенность на опасность и переживание стресса в эмоционально нейтральных ситуациях. У этих больных отмечают наличие негативных базисных убеждений, отражающих снижение их базового доверия к миру, уверенности в собственной малоценности для мира и незащитности перед лицом его угроз [6].

В нашем случае мы имеем иную картину: в ситуации переживания негарантированности работы угрозе подвергается убеждение в справедливости внешнего мира. Самые низкие значения корреляций обнаруживаются по результатам нашего исследования с показателями убеждений, отражающих отношение к себе.

Как уже отмечалось выше, базисные убеждения изучаются в основном в клинической психологии в связи с переживанием психологической травмы. В то же время мы можем отметить наличие такого интереса к отдельным убеждениям в организационной среде [13, 14], в частности к восприятию справедливости-несправедливости внешнего мира. Причем отмечается, что базисное представление о несправедливости окружающего мира переносится на восприятие организационной среды также как отмеченной несправедливостью, что ведет к снижению эмоционального благополучия [13].

В заключение следует отметить, что представленные здесь результаты и выводы, сделанные на их основе, носят предварительный характер, как в силу количественной ограниченности выборки (70 человек), так и ее однородности: наличия в ней представителей одной профессии (медицинской). Требуется провести исследования на более обширных и разнородных выборках, включающих представителей разных профессий.

### *Литература*

1. Бодалев А. А. Общая психодиагностика [Текст] /А.А. Бодалев, В.В. Столин. – СПб.: Речь, 2004.
2. Демин А.Н. Психологическое измерение ненадежной работы [Текст] /А.Н. Демин // Человек. Сообщество. Управление. – 2008. – №1. – С.71 – 76.
3. Демин А.Н., Петрова И.А. Психологические эффекты угрозы потери работы [Текст] // Психологический журнал. 2010. Т.31. №6. С. 38-49.
4. Падун М.А. Когнитивно-личностные аспекты переживания травматического стресса [Текст] /М.А. Падун, Н.В. Тарабрина // Психологический журнал. – 2004. – №5. – С. 5 – 15.
5. Падун М.А. Модификация методики исследования базисных убеждений личности Р. Янофф-Бульман [Текст] /М.А. Падун, А.В. Котельникова // Психологический журнал. – 2008. – Т.29. – №4. – С. 98 – 106.
6. Рагозинская В.Г. Нарушение базисных убеждений как фактор негативной аффективности у пациентов с болезнью Грейвса /В.Г. Рагозинская // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2015. – № 2(31). – С. 9 [Электронный ресурс]. – URL: <http://mprj.ru> (дата обращения: 05.03.2019).
7. Смирнова А.Ю. Значение поддержки социального окружения в сохранении психологической защищенности работником в ситуации угрозы потери работы [Электронный ресурс] / А.Ю. Смирнова // Психологические исследования: электронный научный журнал. – 2018. – Т.11. – №58.
8. Чуйкова Т.С. Особенности отношения к работе в условиях негарантированной занятости [Электронный ресурс] / Т.С. Чуйкова, Д.И. Сотникова // Организационная психология. – 2016. – Т.6. – №1. – С. 6 – 19. URL: <http://orgpsyjournal.hse.ru> (дата обращения: 10.04.2016)
9. Чуйкова Т. С., Сотникова Д. И. Временная перспектива в условиях негарантированной работы [Текст] // Российский психологический журнал. 2017. Т. 14. № 1. С. 188–213. doi: 10.21702/rpj.2017.1.12.
10. De Witte H., De Cuyper N., Elst T.V., Vanbelle E., Niesen W. Job insecurity: Review of the literature and a summary of recent studies from Belgium // Romanian Journal of Applied Psychology. 2012. Vol. 14. № 1. P. 11-17.
11. Elst T.V., De Witte H., De Cuyper N. The Job Insecurity Scale: A psychometric evaluation across five European countries // European Journal of Work and Organizational Psychology. 2014. Vol. 23. № 3. P. 364–380.
12. Greenhalgh L., Rosenblatt Z. Job insecurity: Toward conceptual clarity // Academy of Management Review. 1984. 9(3). P. 438-448.
13. Johnston C. The contribution of individual and professional characteristics to general and work-related well-being. PhD thesis, 2015. [Электронный ресурс]. URL:[https://serval.unil.ch/notice/serval:BIB\\_ECC976846879](https://serval.unil.ch/notice/serval:BIB_ECC976846879) (дата обращения: 10.04.2019).
14. Mikkelsen E.G., Einarsen S. Basic assumptions and symptoms of post-traumatic stress among victims of bullying at work // European Journal of Work and Organization Psychology. 2002. V. 11. №1. P. 87–111.

15. Laszlo, K.D., Pikhart, H., Kopp, M.S., Bobak, M., Pajak, A., Malyutina, S., Salavec, G., Marmot, M. Job insecurity and health: A study of 16 European countries. // Social Science & Medicine. 2010. V. 70. P. 867–874.

Автор выражает благодарность Шайбековой А.Р. за сбор эмпирических данных и их первичную и статистическую обработку.

## **ТИП СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРОСТКА, КАК ФАКТОР ЕГО ПОВЕДЕНИЯ**

*Шаяхметова Т.И., Валишина А.М.  
РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

**Актуальность.** Известно, что первичным институтом социализации ребенка является семья, откуда ребенок черпает определенные принципы поведения в обществе, моральные ценности, стиль поведения. В семье закладывается тот жизненный сценарий, на основе которого личность действует в социуме, и проблемы, возникающие у нее при этом, кроются, прежде всего, в детско-родительских отношениях [1, 2, 3]. Вот почему актуальна проблема выработки научного подхода к диагностике, прогнозированию и коррекции этих отношений.

Стиль семейного воспитания, реакция родителей на неправильное поведение ребенка, характер отношений между родителями и детьми, уровень семейной гармонии или дисгармонии – это те факторы, которые могут предопределить поведение подростка в семье и вне ее.

Ряд исследователей полагают, что особенности взаимосвязи родителей и детей закрепляются в поведении детей и становятся моделью в социальных взаимодействиях, стратегиях поведения [4, 5, 6]. Авторами также выделяются типичные взаимосвязи родительского отношения и соответствующего поведения ребенка; определяются классификации и группы [7, 8].

**Цель исследования** – определить тип семейного воспитания подростка, формирующего его поведение.

**Организация и методы исследования.** В исследовании приняли участие 50 учеников 10 класса средней общеобразовательной школы пос. Нижегородка и один из родителей.

Для диагностики стилей семейного воспитания использовали методику Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис «Анализ семейных взаимоотношений» (АСВ).

Математико-статистическая обработка полученного материала проводилась при помощи программного обеспечения Microsoft Excel 2007 и программного пакета Attestat с использованием общепринятых методов вариационной статистики. В ходе математической обработки

вычислялась средняя арифметическая величина результатов тестирования (М).

**Результаты исследования и их интерпретация.** Для изучения особенностей стиля родительского воспитания был использован опросник «Анализ семейного воспитания». Из данного опросника были использованы первые одиннадцать шкал из двадцати шести возможных, которые характеризуют стили семейного воспитания. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

## Особенности стиля воспитания

Название шкалы	Среднее значение по шкале	Критериальное значение
1	2	3
<b>1. Гиперпротекция (Г+)</b>	<b>6,12</b>	7
2. Гипопротекция (Г-)	5,18	8
<b>3. Потворствование (У+)</b>	<b>6,32</b>	8
<i>4. Игнорирование (У-)</i>	3,28	4
5. Чрезмерность требований (обязанностей) (Т+)	3,74	4
6. Недостаточность обязанностей подростка (Т-)	3,76	4
7. Чрезмерность требований-запретов (доминирование) (З+)	3,8	4
8. Недостаточность требований-запретов к ребенку (З-)	4	3
9. Чрезмерность санкций (жестокый стиль воспитания) (С+)	3,56	4
10. Минимальность санкций (С-)	3,6	4
11. Неустойчивость стиля воспитания (Н)	3,96	5

**Примечание:** жирным шрифтом выделены стили семейного воспитания, наиболее часто встречающиеся в семьях. Курсивом выделены стили семейного воспитания, которые меньше всего встречаются.

В результате анализа было установлено, что гиперпротекция и потворствование имеют наивысшие показатели среди всех возможных стилей семейного воспитания. В семьях, где царит гиперпротекция, или как ее еще называют – гиперопека, родители уделяют много внимания, отдают много сил своему ребенку и воспитание становится главным делом их жизни. Они стараются защитить свое чадо, даже если нет никакой угрозы. Из всех сил стараются «привязать» его к себе, и заставить поступать его так, как будет наиболее благоприятно и спокойно для родителей, а не так, как этого хочет ребенок. Это, как правило, приводит к такой реакции ребенка, как выученная беспомощность, при

которой у ребенка вырабатывается условно-рефлекторная реакция на любую трудность как на непреодолимую.

При потворствовании для родителей любое слово и пожелание ребенка – «закон». Родители с удовольствием освобождают ребенка от малейших трудностей, хлопот, неприятных домашних дел. Плюс, это дополняется чрезмерными похвалами, что в свою очередь, провоцирует эгоцентрическое желание получать без особого труда и с легкостью все, что захочется.

Следует отметить, что практически не диагностировался такой стиль как «Игнорирование». На наш взгляд, это могло произойти из-за того, что исследование проводилось в школе, где дети преимущественно из полных и благополучных семей, где детей любят, уважают и прислушиваются к ним.

1) среди всех возможных стилей семейного воспитания наивысшие показатели имеют «гиперпротекция» и «потворствование»;

2) существуют взаимосвязи между стилем семейного воспитания и агрессивным поведением в подростковом возрасте. Выявлены взаимосвязи: положительная между шкалами «гипопротекция» и «вербальная агрессия», «косвенная агрессия», отрицательные – между шкалами «игнорирование потребностей ребенка» и «физическая агрессия», между шкалами «недостаточность обязанностей подростка» и «вербальная агрессия», между показателями шкал «минимальность санкций» и «неустойчивость стиля воспитания» со шкалой «физическая агрессия».

### *Литература*

1. Андреева Т.В. Психология современной семьи: монография [Текст] /Т.В. Андреева. – СПб.: Речь, 2005. – 436 с.
2. Андреева Т.В. Семейная психология: монография [Текст] /Т.В. Андреева. СПб.: Речь, 2004. – 244 с.
3. Антонов А.И. Микросоциология семьи: монография [Текст] /А.И. Антонов. – М.: Инфа-М, 2005. – 368 с.
4. Варга А.Я. Введение в системную семейную психотерапию: монография [Текст] /А.Я. Варга. – М: Агито-центр, 2009. – 182 с.
5. Лысова А.В. Психология семьи [Текст] /А.В. Лысова. – Владивосток: ТИДОТ ДВГУ, 2003. – 120 с.
6. Минияров В.М. Психология семейного воспитания. Диагностико-коррекционный аспект [Текст] /В.М. Минияров. – М.: Воронеж, МПСУ. 2000. – 120 с.
7. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений: курс лекций [Текст] /Л.Б. Шнейдер. – М.: Эксмо-Пресс, 2000. – 512 с.
8. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи [Текст] /Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис. – СПб.: Питер, 2002. – 656 с.

## ОСОБЕННОСТИ УВЕРЕННОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ С РАЗНОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ В ОБУЧЕНИИ

*Шишкова К. А.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Исходя из запросов образования и профориентации, в последние годы возрастает интерес к изучению индивидуальности человека. Профессиональное самоопределение, осознание себя как члена общества становится актуальной задачей перед учащимися старших школ, выпускниками, так как нынешние условия предъявляют высокие требования к молодым людям. В связи с этим, современный человек постоянно находится перед выбором, приходится приспосабливаться и адаптироваться к чему-то новому и др. Большинство юношей и девушек оказываются неподготовленными к выбору профессии, недостаточно самостоятельными, неготовых к принятию ответственности. Для того, чтобы быть успешным, перспективным необходимо обладать определенными личностными качествами, одним из которых является уверенность в себе [3].

Затронутая проблематика является актуальной, так как уверенность – это то свойство личности, которое способствует эффективной деятельности и построению отношений, успешной адаптации к среде. Общество не может существовать без уверенных в себе людей, поэтому становится особенно необходимо формировать это качество в юношеском периоде, чтобы предотвратить развитие пассивности и неудовлетворенности.

Существуют различные подходы к изучению уверенности. Наша работа выполнена в рамках системно-функционального подхода А. И. Крупнова, где уверенность рассматривается как комплексная характеристика человека, которая включает в себя определенные эмоциональные (тревожность и страх), поведенческие (дефицит навыков социального поведения), когнитивные и самооценочные компоненты [2, 5]. Свойство уверенности изучались в русле данного подхода такими авторами как М. А. Селиверстовой (сравнительный анализ уверенности старших школьников и студентов), З. В. Бойко (кросс-культурное исследование уверенности), А. Р. Акимовой (особенности уверенности и общительности студентов на разных этапах социальной адаптации в вузе), Е. Л. Никитиной (психологические особенности инициативности и уверенности у двух групп испытуемых: студентов-медиков и врачей-хирургов – находящихся на разных этапах профессионального становления), Г. Н. Замалдиновой (специфика уверенности сотрудников коммерческих организаций) и др. [1, 4, 5].

Продолжив изучение в рамках системно-функционального подхода, мы провели исследование особенностей уверенности старшеклассников с разной направленностью в обучении (социально-правовой и инженерно-космический класс), которое проводилось на базе «Лицея №96» г. Уфы в количестве 60 учащихся 10-11-го классов. Для получения данных был использован «Бланковый тест – Уверенность» А. И. Крупнова и факторный анализ методом главных компонент с дальнейшим вращением факторов (варимакс) по 16 переменным уверенности.

У старшеклассников социального-правового профильного класса были выделены факторы: *личной результативности, когнитивно-регуляторный, фактор пассивности и фактор трудностей*. У инженерно-космического класса выделены факторы: *фактор трудностей, мотивационно личностный, фактор личной результативности, продуктивный и фактор положительной эмоциональной активности*.

Сравнивая полученные результаты факторной структуры, стоит отметить, что группы старшеклассников имеют сходства по *фактору трудностей*, т.е. у обеих групп в одинаковой степени недостаточно сформированы навыки для реализации своей уверенности и непостоянное стремление, застенчивость и тревожность вызывают эмоционально-личностные проблемы. Возможно это связано с положением, в котором находятся юноши и девушки, сталкиваются с трудностями при подготовке к экзаменам, при выборе жизненного пути и самоопределении. Сходство выявлено по *фактору личной результативности*, что характеризует старшеклассников как желающих самоутвердиться в коллективе, группе, заслужить уважение и помогать окружающим, как имеющих знания о понимании природы данного свойства личности и считающих, что уверенность обусловлена внешними обстоятельствами и ими регулируются.

Различия заключается в том, что у учащихся социального-правового класса выделен *фактор пассивности*, который характеризует молодых людей как безынициативных, инертных, неработоспособных и *фактор когнитивно-регуляторный* - указывает на неправильное понимание природы уверенности и её зависимость от внешних обстоятельств в отличие от старшеклассников из инженерно-космического класса, у которых *мотивационно личностный фактор* свидетельствует о направленности на достижение общественных целей и признания в обществе, не исключая возможности проявления себя и своих способностей. *Фактор продуктивности и положительной эмоциональной активности* указывает на активность, выраженное стремление старшеклассников в реализации уверенного поведения в группе, коллективе и учебной деятельности.

Стоит отметить, что в обеих группах гармонические и агармонические переменные установочно-целевого, продуктивного, динамического, регуляторного и рефлексивно-оценочного компонентов вошли в один из факторов, что может свидетельствовать о не гармоничном развитии в структуре личности уверенности как системного свойства, что возможно обусловлено возрастом испытуемых.

Таким образом, проблема уверенности уже давно занимает заметное место в научной психологической литературе и это так, ведь уверенность в себе является одним из факторов, определяющих жизнь современного человека. Из результатов исследования следует, что старшеклассники профильных классов испытывают трудности в проявлении уверенного поведения, тревожность и скованность, недостаточно владеют необходимыми навыками и умениями для реализации данного свойства личности. Специфика уверенности старшеклассников социально-правового профиля заключается в проявлении пассивной позиции в реализации уверенности, слабости и сниженной работоспособности, а также в ошибочном понимании природы уверенности, приложении результатов уверенности в области взаимоотношений с окружающими. Специфика уверенности старшеклассников инженерно-космического профиля заключается в выраженном стремлении к преодолению трудностей и поиске эффективного решения, реализации в предметной деятельности, в учебе и направленности на достижение личностно значимых целей. По результатам эмпирического исследования разработана программа тренинга по гармонизации и развитию уверенности.

#### *Литература*

1. Бойко З. В. Сравнительные исследования уверенности, адаптивности и общительности в рамках системно-функционального подхода [Текст] / З.В. Бойко // Системные исследования свойств личности: к 30-летию научной школы А. И. Крупнова в РУДН: коллективная монография / научн. ред. А. И. Крупнов, С. И. Кудинов, И. А. Новикова. – М.: РУДН, 2014. – С. 391 – 419.
2. Крупнов А. И. Системно-диспозиционный подход к изучению личности и ее свойств [Текст] / А. И. Крупнов // Вестник Российского университета дружбы народов. – 2006. – №1 (3). – С. 63 – 73.
3. Наговец Л. Ю. Уверенность личности как психологический феномен [Текст] / Л. Ю. Наговец. – Екатеринбург. – 2012.
4. Селиверстова М. А. Системный подход к изучению уверенности личности [Текст] / М. А. Селиверстова // Вестник РУДН. – 2008. – № 4. – С. 52 – 56.
5. Шептура А. В. Исследования уверенности в русле системно-функционального подхода [Текст] / А.В. Шептура // Системные исследования свойств личности: к 30-летию научной школы А. И. Крупнова в РУДН: коллективная монография / научн. ред. А. И. Крупнов, С. И. Кудинов, И. А. Новикова. – Москва: РУДН, 2014. – С. 295 – 301.

## ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ЖЕНЩИН-АВТОЛЮБИТЕЛЕЙ

*Шурухина Г.А., Кудинова А.О.  
РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Различные эмоциональные состояния могут оказывать влияние на компоненты и характеристику психической познавательной системы человека. К примеру, определенное эмоциональное состояние может оказать влияние на особенности внимания: его распределение, объём, переключение, в частности сделать внимание «узким» или наоборот полностью сконцентрированным на определенном объекте, который вызывает страх или на мыслях о возможных последствиях дорожно-транспортных происшествий (ДТП).

В связи с этим целью нашего исследования стало изучение особенностей эмоциональной сферы женщин-автолюбителей. Гипотеза исследования: существуют различия в проявлении особенностей эмоциональной сферы у женщин водителей со стажем активного вождения менее 1 года (начинающие водители) и более 5 лет (уверенные водители). Было проведено тестирование с использованием следующих валидных психодиагностических методик: а) методика исследования тревожности (Ч.Д.Спилбергер, адаптация Ю.Л.Ханин); б) диагностика состояния стресса (А.О. Прохоров); в) методика «Самооценка эмоциональных состояний» А. Уэссман и Д. Рикс. Метод математической обработки данных: критерий Манна-Уитни. Эмпирическая база исследования: в исследовании приняли участие 50 женщин-автолюбителей в возрасте 20 – 45 лет. Из них 25 женщин имеют стаж вождения менее года и 25 женщин водят машину более 5 лет.

Мы произвели статистический анализ показателей тревожности у начинающих женщин водителей и уверенных водителей-женщин с помощью критерия Манна-Уитни и выявили различия.

Таблица 1

Результаты сравнительного анализа показателей тревожности у начинающих женщин водителей (N=25) и уверенных водителей-женщин (N=25)

Шкалы	Ср. значение (начинающие водители)	Ср. значение (уверенные водители)	U-критерий Манна Уитни	P – уровень стат. значимости
Личностная тревожность	38.5	33	269	0.40
<b>Ситуационная тревожность</b>	<b>45.2</b>	<b>34.3</b>	<b>180.5</b>	<b>0.01</b>

Нами различия выявлены по переменной ситуационная тревожность ( $p=0,01$ ). Это означает, что начинающие водители-женщины чаще считают себя неудачниками, часто ощущают беспомощность, переживают из-за возможных трудностей, долго переживают после неудач, расстраиваются по пустякам.

Далее мы произвели статистический анализ показателей тревожности у начинающих женщин водителей и уверенных водителей-женщин с помощью критерия Манна-Уитни и выявили различия.

Таблица 2

Результаты сравнительного анализа показателей тревожности у начинающих женщин водителей (N=25) и уверенных водителей-женщин (N=25)

Шкалы	Ср. значение (начинающие водители)	Ср. значение (уверенные водители)	U-критерий Манна Уитни	P – уровень стат. значимости
<b>Состояние стресса</b>	<b>4.2</b>	<b>6.5</b>	<b>171</b>	<b>0.01</b>

Нами различия выявлены по переменной «Состояние стресса» ( $p=0,01$ ). Это означает, что уверенные водители лучше владеют навыками саморегуляции своего эмоционального состояния, что положительно сказывается на переживании ими сложных и проблемных ситуаций – они сохраняют хладнокровие, не винят других в случившемся.

В заключении мы произвели статистический анализ показателей тревожности у начинающих женщин водителей и уверенных водителей-женщин с помощью критерия Манна-Уитни и выявили различия.

Таблица 3

Результаты сравнительного анализа показателей тревожности у начинающих женщин водителей (N=25) и уверенных водителей-женщин (N=25)

Шкалы	Ср. значение (начинающие водители)	Ср. значение (уверенные водители)	U-критерий Манна Уитни	P – уровень стат. значимости
Спокойствие/тревожность	5.2	4.9	301.5	0.84
Энергичность/усталость	5.4	5.2	307	0.92
<b>Приподнятость/подавленность</b>	<b>4.7</b>	<b>5.7</b>	<b>122</b>	<b>0.01</b>
Уверенность в себе/чувство беспомощности	4.8	4.6	292.5	0.71

Нами различия выявлены по переменной «Приподнятость / подавленность» ( $p=0,01$ ). Это означает, что начинающие водители-женщины чаще характеризуют себя, как робких, боязливых,

неуверенных, забитых, застенчивых, угнетенных, депрессивных, подавленных.

Таким образом, выдвинутая нами гипотеза о том, что существуют различия в проявлении особенностей эмоциональной сферы у женщин водителей со стажем активного вождения менее 1 года (начинающие водители) и более 5 лет (уверенные водители), частично нашла свое подтверждение. Было установлено, что начинающие водители-женщины чаще считают себя неудачниками, часто ощущают беспомощность, переживают из-за возможных трудностей, долго переживают после неудач, расстраиваются по пустякам, чаще характеризуют себя, как робких, боязливых, неуверенных, забитых, застенчивых, угнетенных, депрессивных, подавленных, в то время, как уверенные водители лучше владеют навыками саморегуляции своего эмоционального состояния, что положительно сказывается на переживании ими сложных и проблемных ситуаций – они сохраняют хладнокровие, не винят других в случившемся.

## **ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ОТВЕТСТВЕННОСТИ В ПСИХОЛОГИИ**

*Юзлекбаева З.З.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы*

Ответственность представляет собой один из фундаментальных и первичных принципов нравственности и человеческого бытия. Несмотря на многочисленные труды в этой области, по мнению большинства исследователей, ответственность человека представляет собой одну из наиболее сложных проблем в психологии, т.к. она играет большую роль во всех сферах жизнедеятельности человека и общества в целом [7].

Стоит также отметить, что отсутствие обстоятельно разработанной теории также осложняет изучение данного вопроса. По мнению К. Муздыбаева очевидные трудности разработки общей теории ответственности проистекают вследствие того, что ответственность имеет сложную структуру, которая обусловлена различиями видов субъектно-объектных отношений [5].

Согласно словарю практического психолога С.Ю. Головина ответственность определяется как контроль над деятельностью человека, который реализуется в разных формах при помощи правил и норм, которые приняты в обществе [3].

В энциклопедическом словаре по психологии и педагогики приведено несколько определений ответственности. Во-первых, ответственность рассматривается как самоконтроль и следование

принятым в обществе нормам и правилам. Во-вторых, ответственность представляет собой способность и готовность личности отвечать за свои поступки [7].

По мнению С.В. Бессмертной термин «ответственность» в психологии в основном употребляется при анализе показателей характера или же при изучении качеств, свойств и состояний личности [2]. В связи с этим, В.П. Прядин отмечает, что природа ответственности отличается в зависимости от того в каком контексте употребляется термина [8]. Стоит также отметить и мнение К. Муздыбаева, который справедливо замечает, что под ответственностью следует понимать не только в рефлексивный контекст в виде ответственности за совершаемые или совершенные поступки, но и как ответственность за будущее [5].

Анализируя психологическую литературу, большинство исследователей отмечают множество различных, иногда противоречивых определений. Они объясняют это с тем, что определение ответственности связано с весьма сложным психологическим вопросом о детерминированности и свободе человека [7].

Г.Салливан рассматривал ответственность не как страх перед мнением общества, но и как определенную перспективу, от которой можно отказаться или выбрать [9, с.254]. Следует также отметить мнение еще одной представительницы неофрейдизма К.Хорни, которая одной из первых рассматривала ответственность как обязательное условие личностного роста. Идеи К. Хорни продолжил Э. Фромм и связал ответственность со свободой. По его мнению, свобода дана человеку изначально, тем не менее, свобода тождественна изоляции, вследствие этого появляется тревожность, бессилие [7].

Ответственность личности неразрывно связана с моральным и интеллектуальным развитием, также, ответственность выступает регулятором морального поведения человека. Как регулятор поведения человека ответственность рассматривается и в теории социального научения А. Бандуры [1].

Анализируя ответственность, А.Маслоу объединяет ответственность с отношениями личности, к которым относятся дружба, любовь, партнерство. Он считает, что отношения оказывают содействие тому, что партнеры становятся ответственными не только за себя самого, но и за благополучие другого [7].

В отечественной психологии ответственность рассматривается в двух основных контекстах. Во-первых, в контексте жизненного пути. Во-вторых, как социальное явление. Эти подходы не рассматривают ответственность как отдельное качество или свойство.

В.Н. Мясищев отмечает, что ответственность не сводится только к сознанию или чувству, но включает в себя и первое и второе. Данные

понятия не раскрывают суть ответственности, однако, включены в нее, как сложные специфические отношения [6].

Ответственность в социальном контексте рассматривает Н.А. Минкина. По ее мнению ответственность является результатом интериоризации внешних социальных норм и проявляется в ответе индивида перед собой и обществом за возложенные на него обязательства [4].

Несколько отличное от мнения других исследователей мнение у Л.И. Дементия, который рассматривает психологические особенности людей с разнообразными проявлениями параметров ответственности. Он сводит понятие ответственности к тем ситуациям, в которых на человека возлагается определенная ответственность [7].

По мнению С.Л. Рубинштейна включенность людей в социальную жизнь, их поступки в отношении других людей и являются своеобразным показателем ответственности. Данные идеи С.Л. Рубинштейна развивала К.А. Абульханова-Славская. Она считает, что субъект жизни является ответственным за свою жизнь. При этом, важнейшим компонентом ответственности выступает активность человека [7].

Понятие ответственности используется в исследованиях разных направлений, от когнитивной до экзистенциальной психологии и ответственность имеет своеобразные рамки понимания.

М. Чиксентмихайи подчеркивает, что пока человек не примет на себя ответственность за организацию своего свободного времени, работы, они будут приносить ему лишь разочарования [10].

Таким образом, в большинстве рассмотренных трудов представителей отечественной и зарубежной научной психологической литературы, ответственность рассматривается в нескольких контекстах. Среди них и как отношение, и как социальное качество, и как чувство, и как личностная черта, и как экзистенциальная данность. Несмотря на это, научное психологическое сообщество до сих пор не пришло к единому пониманию определения ответственности.

#### *Литература*

1. Бандура А. Теория социального научения [Текст] / А. Бандура. – СПб: Евразия, 2000. – 320 с.
2. Бессмертная С.В. Психологические детерминанты ответственности студентов вуза [Текст] / С.В. Бессмертная. – Ставрополь, 2006. – 184 с.
3. Головин С.Ю. Словарь практического психолога [Текст] / С.Ю. Головин. – М.: АСТ, Харвест, 1998. – 301 с.
4. Минкина Н.А. Воспитание ответственностью [Текст] / Н.А. Минкина. – М.: Высшая школа, 1990. – 144 с.
5. Муздыбаев К. Психология ответственности [Текст] / К. Муздыбаев. – М.: Мир, 2010. – 248 с.

6. Мясичев В.Н. Личность и неврозы [Текст] /В.Н. Мясичев. – Л.: Изд-во Ленинградского университета, 1960. – 428 с.
7. Панькина Е.В. К вопросу понимания личностной ответственности в гуманистической психологии [Текст] /Е.В. Прядеин //Педагогика и психология. – 2011. – С. 72 –79.
8. Прядеин В.П. Комплексное исследование ответственности как системного качества личности [Текст] /В.П. Прядеин. – Екатеринбург, 1999. – 299 с.
9. Салливан Г.С. Интерперсональная теория в психиатрии [Текст] /Г.С. Салливан. – СПб.: Ювента, 1999. – 347 с.
10. Чиксентмихайи М. Поток психология оптимального переживания [Текст] /М. Чиксентмихайи. – М.: Альпина нон-фикшн, 2011. – 248 с.

## **ОСОБЕННОСТИ ВНУТРИСЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ В МОЛОДОЙ СЕМЬЕ**

*Ятокина А.С.*

*РФ, г. Уфа, БГПУ им. М.Акмиллы*

Семья является основополагающим социальным институтом, развитие которого определяет уровень стабильности общества в целом. С социально-экономическими изменениями трансформируются функции семьи, роли супругов и их стиль жизни. Основой брака на сегодняшний день выступают межличностные отношения супругов, их особенности в молодой семье определяют благополучие и жизнеспособность семьи как социального института.

Несмотря на определенные изменения в области семейных отношений, большинство семей формируется в период ранней взрослости. Ранняя взрослость представляет собой возрастной период 20 – 25 лет. В этом возрасте, стремясь к становлению в социуме как зрелая личность, человек образует семью.

Этот социально обусловленный процесс характеризуется необходимостью выполнения определенных обязательств, принятию ответственности за других людей и за себя, важностью принятых в этот период решений. В период ранней взрослости личность стремится к духовному росту, совершенствованию своих физических и интеллектуальных способностей. Человек активно осваивает окружающий мир и выбирает собственное место в нем [2].

«Молодая семья – это семья в первые три года после заключения брака (в случае рождения детей – без ограничения продолжительности брака), в которой оба супруга не достигли 35-летнего возраста, а также

семья, состоящая из одного из родителей в возрасте до 35 лет и несовершеннолетнего ребенка» [3].

Особенности раннего брачного периода в отечественной психологии была освещена в работах таких авторов как Абалакина М.А., Гозман Л.Я., Волкова А.Н., Панкова Л.П., Сысенко В.А., Шапиро Б.Ю. и др.

В отечественной психологии выделяют определенные функции добрачного периода, на основе которых строятся особенности межличностных отношений в сформировавшейся молодой семье: формирование общих переживаний и впечатлений, притирка и глубокое узнавание ценностей, интересов и характеров супругов, построение планов на дальнейшую семейную жизнь. При условии успешного выполнения всех вышеперечисленных функций еще в добрачном периоде молодая семья увеличивает шансы на гармоничное развитие и высокий уровень внутрисемейных отношений [5].

Молодая семья отличается нестабильностью внутрисемейных отношений. Основные задачи семьи на первом этапе – становление и интенсивное развитие, приобретение самостоятельности и обособленности в обществе.

Жизнедеятельность молодой семьи сопровождается процессом адаптации супругов к новым ролям и обязанностям, что накладывает значительный отпечаток на отношения внутри семьи. Так же данный период часто совпадает с индивидуальным становлением в обществе, получением образования и профессиональным становлением членов семьи.

Негативное влияние на взаимоотношения супругов оказывают такие внешние факторы как недостаточное финансовое благополучие, зависимость от родителей, отсутствие собственного жилья. Неспособность молодых людей брать на себя ответственность за решение проблем, прилагать усилия к поддержанию положительной атмосферы в семье зачастую ведет к разногласиям между супругами. Развод становится наиболее простым и очевидным выходом из конфликтов и неурядиц. Так молодые семьи наиболее подвержены риску развода.

В современном браке на первый план выходит возможность человека реализовывать собственные ценности и идеалы, проявлять себя как личность. Так наряду с удовлетворением потребностей в любви, уюте, сексе, продолжении рода встает необходимость совместного проведения досуга и осуществление творческих устремлений [4].

Психологический комфорт семьи определяется духовным родством между участниками внутрисемейных отношений. Так же на уровень бытовой и духовной культуры семьи влияют и внешние социальные связи. Так наличие значимых социальных субъектов влияет на психологический климат внутрисемейных отношений [6].

Семья как фактор формирования личности имеет свою культуру, сложившийся внутри нее образ жизни обуславливает социально-психологические особенности каждого человека, его потребности и интересы. Существует такой феномен как семейная динамика – смена этапов и состояний в жизненном цикле семьи. Семейная динамика складывается из значимых событий семьи и каждого ее члена в отдельности. Этапы жизненного цикла семьи оказывают влияние на характер внутрисемейных отношений [2].

Одним из важнейших показателей благополучных внутрисемейных отношений в семье является уровень удовлетворенности браком обоих супругов. По мнению В.В. Столина этот феномен является широко генерализованным чувством, а М.С. Мацковский отмечает, что удовлетворенность браком определяется отношением супругов к важным сторонам их совместного взаимодействия [5].

В процессе информационного обмена между супругами выясняются их возможность или невозможность вести совместный быт, достигать общих целей, создавать собственную культуру и ценности.

Совместная жизнь супругов многообразна, в ней неизбежно возникают трудности, соответственно существует необходимость в компромиссах, переговорах, разрешении конфликтов и обмене мнениями. На семейную стабильность имеют влияние множество факторов: отношения с внешним миром, уровень образованности супругов, материальное благополучие и личностное развитие каждого из членов семьи.

Достичь гармонии во внутрисемейных отношениях возможно при наличии определенной степени привязанности, сходства представлений об окружающем мире, положительной эмоциональной стороны во взаимоотношениях. Так же важна психологическая и сексуальная совместимость, единые ценностные ориентации, общий уровень развития, культуры, совместимость выбранных поведенческих моделей взаимодействия, уровень зрелости обоих партнеров [1].

Таким образом, в молодой семье в случае успешной адаптации супругов к семейной жизни уровень удовлетворенности браком имеет достаточно высокий уровень, в отношениях присутствуют доверие и взаимопонимание, в семье складываются общие ценности и цели. Супруги легко справляются с возникающими проблемами и конфликтами, умеют идти на компромисс, демонстрируют принятие и понимание позиций друг друга. В семье существует высокий уровень привязанности, эмоциональные отношения характеризуются теплотой и общей положительной тональностью. Все эти факторы и характеризуют особенности внутрисемейных отношений в молодой семье.

#### *Литература*

1. Артамонова Е.И. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования [Текст] /Е.И. Артамонова, Е.В. Екжанова. – М.: Академия, 2004. – 192 с.
2. Белогай К. Н. Супружеские отношения на этапе «Молодой семьи» [Текст] / К.Н. Белогай, М.В. Кускова // Вестник КемГУ. – 2009. – №1.
3. Коряковцева О.А. Комплексная поддержка молодой семьи [Текст] / О.А. Коряковцева, М.И. Рожков. – М.: гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2008. – 204 с.
4. Паршина В.В. Специфика молодой семьи и ее основные проблемы [Текст] /В.В. Прашина // Проблемы Науки. – 2013. – №4 (18).
5. Сафина Н.Х. Особенности супружеских отношений на различных этапах становления молодой семьи: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13, 19.00.05 : Казань, 2004. – 146 с.
6. Чукреева Л. Н. Культура семейных отношений в молодой семье [Текст] /Л.Н. Чукреева // Вестник БГУ. – 2014. – №14-1.

**Сведения об авторах**

Бикбов Мухаррам Мухтарамович	Уфа, Республика Башкортостан	ГБУ «Уфимский НИИ глазных болезней АН РБ», директор, доктор медицинских наук, профессор, член-корр. АН РБ.
Валитова Алия Исхаковна	Уфа, Республика Башкортостан	Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, доцент кафедры общей и социальной психологии, кандидат психологических наук, доцент <a href="mailto:al_valitova@inbox.ru">al_valitova@inbox.ru</a>
Зайнуллина Альфия Марсельевна	Уфа, Республика Башкортостан	Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, магистрант по направлению 37.04.01 – Психология, профиль «Клиническая психология»
Зайнуллин Ринат Мухаметович	Уфа, Республика Башкортостан	ГБУ «Уфимский НИИ глазных болезней АН РБ», врио заведующего отделением витреоретинальной и лазерной хирургии, кандидат медицинских наук
Карамова Эльвира Ильдусовна	Уфа, Республика Башкортостан	Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, доцент кафедры прикладной психологии и девиантологии, кандидат психологических наук, доцент <a href="mailto:elvikaramova@mail.ru">elvikaramova@mail.ru</a>
Лямина Людмила Васильевна	Уфа, Республика Башкортостан	Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, заведующая кафедрой психологии образования и развития, кандидат психологических наук, доцент <a href="mailto:Liyamina@mail.ru">Liyamina@mail.ru</a>
Митина Галина Владимировна	Уфа, Республика Башкортостан	Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, доцент кафедры общей и социальной психологии, кандидат философских наук, доцент <a href="mailto:mgy79@mail.ru">mgy79@mail.ru</a>
Никитина Ольга Валерьевна	Ижевск, Россия	ФГБОУ ВО «Удмуртский государственный университет». Институт педагогики, психологии и социальных технологий. Кафедра социальной психологии и

		конфликтологии 1438252@mail.ru
<i>Нуркаева М.К.</i>		
Нуриханова Наиля Камилевна	Уфа, Республика Башкортостан	Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики и психологии <a href="mailto:irina-vadimovna@list.ru">irina-vadimovna@list.ru</a>
Нухова Марина Владимировна	Уфа, Республика Башкортостан	Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, заведующая кафедрой общей и социальной психологии, кандидат психологических наук, доцент <a href="mailto:mnukhova@yandex.ru">mnukhova@yandex.ru</a>
Утемисова Гульмира Укатаевна	Актобе, Республика Казахстан	Магистр социальных наук по специальности 6М050300-Психология <a href="mailto:arimlug_@mail.ru">arimlug_@mail.ru</a>
Урмурзина Баян Газизовна	Актобе, Республика Казахстан	Актюбинский Региональный Государственный Университет им. К. Жубанова, факультет педагогики, кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики и психологии <a href="mailto:Saltik-97@bk.ru">Saltik-97@bk.ru</a>
Чукова Татьяна Сергеевна	Уфа, Республика Башкортостан	Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, профессор кафедры прикладной психологии и девиантологии, кандидат психологических наук, доцент <a href="mailto:chuikova_tatyanv@mail.ru">chuikova_tatyanv@mail.ru</a>
Шаяхметова Эльвира Шигабетдиновна	Уфа, Республика Башкортостан	Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, профессор кафедры общей и социальной психологии, доктор биологическх наук, доцент <a href="mailto:Shaga.elv@yandex.ru">Shaga.elv@yandex.ru</a>

Содержание

1.	<b>Абдуллина Л.Ю.</b> ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ С ПАТОЛОГИЕЙ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОГО ТРАКТА МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПИИ.....	3
2.	<b>Абдухаева Э.И.</b> ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНОЙ СФЕРЫ СТАРШЕКЛАССНИКОВ С ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ В ОБУЧЕНИИ.....	5
3.	<b>Агеева К.Е.</b> ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЭГОИСТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ В СУПРУЖЕСКИХ ОТНОШЕНИЯХ.....	9
4.	<b>Алексеева О.Н.</b> ПРОБЛЕМА РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ В ПЕРИОД ПОЗДНЕЙ ЗРЕЛОСТИ.....	12
5.	<b>Алмаева Я.С.</b> ОБРАЗ ФИЗИЧЕСКОГО «Я» В СТРУКТУРЕ САМОСОЗНАНИЯ И САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ.....	17
6.	<b>Арсланова Э.А.</b> ОСОБЕННОСТИ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНОГО И ТЕХНИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ.....	20
7.	<b>Ахмадуллина Г.Н.</b> ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СПОРТСМЕНОВ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА.....	23
8.	<b>Ахметзянов А.А., Курунов В.В.</b> ВЛИЯНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ НАВЫКОВ ОСОЗНАННОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ЛИЧНОСТИ НА ЕЁ УСПЕШНОСТЬ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	25
9.	<b>Ахмедшина А.Н.</b> МЕСТО «ЭНЕРГИИ» В КЛАССИЧЕСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ.....	27
10.	<b>Балтабаева С.К.</b> АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ МАТЕМАТИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ.....	31
11.	<b>Башмакова Р.Р.</b> ПРОБЛЕМА ВЗАИМОСВЯЗИ ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА.....	35
12.	<b>Баширова А.З.</b> ПРОБЛЕМЫ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ БРАКОМ У СЕМЕЙ С РАЗНЫМ СТАЖЕМ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ.....	36
13.	<b>Борщова Н.А.</b> ОБРАЗ ФИЗИЧЕСКОГО «Я» В СТРУКТУРЕ САМОСОЗНАНИЯ И САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ.....	40

14.	<b>Булатова Д.Г.</b> СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УКРЕПЛЕНИЮ БАЛАНСА РАБОТЫ И ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ У РАБОТНИКОВ ПРЕДПРИЯТИЯ.....	42
15.	<b>Ваченко Е.И.</b> ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕВУШЕК И ЮНОШЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА.....	45
16.	<b>Володичева Е.В., Валитова А.И.</b> ВЗАИМОСВЯЗЬ КОЖНЫХ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ И ДЛИТЕЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ.....	48
17.	<b>Габдрахманова А.А.</b> ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ В ИЗУЧЕНИИ КОПИНГ- СТРАТЕГИЙ РОДИТЕЛЕЙ ИМЕЮЩИХ ДЕТЕЙ С ОВЗ.....	54
18.	<b>Галямутдинова А.М.</b> НАРУШЕНИЯ ПАМЯТИ ПРИ ИНСУЛЬТАХ.....	56
19.	<b>Гибадулина Л.Р., Нугаева А.Н.</b> ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ПОЖАРНЫХ.....	59
20.	<b>Гильманова А.Р.</b> ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ У ПОДРОСТКОВ, СОСТОЯЩИХ В ГРУППАХ АГРЕССИВНОГО СОДЕРЖАНИЯ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ.....	62
21.	<b>Гиниятова А.И.</b> ЗРИТЕЛЬНОЕ ВОСПРИЯТИЕ В НЕЙРОПСИХОЛОГИИ.....	65
22.	<b>Гнездилова К.С.</b> ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО И ГУМАНИТАРНОГО ПРОФИЛЯ.....	67
23.	<b>Давлетбаева Ю.В.</b> ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭГО-ИДЕНТИЧНОСТИ И ГОТОВНОСТИ К БРАКУ.....	70
24.	<b>Давлетшина Л.Ф.</b> ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЖЕНЩИН В УСЛОВИЯХ МАТЕРИНСТВА.....	74
25.	<b>Давлиева А.Г.</b> ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ.....	78
26.	<b>Дунюшкина С.В., Нухова М.В.</b> ВЛИЯНИЕ ОТНОШЕНИЙ С РОДИТЕЛЯМИ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ СЕПАРАЦИЮ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ.....	80
27.	<b>Еремишкина А.Р.</b>	

	СТРАХИ У ЖЕНЩИН С ПЕРВИЧНЫМ БЕСПЛОДИЕМ.....	84
28.	<i>Загидуллина Д.А.</i> ОСОБЕННОСТИ ОБЩИТЕЛЬНОСТИ У КУРЯЩИХ И НЕКУРЯЩИХ СТУДЕНТОВ.....	81
29.	<i>Зайнуллина А.М., Митина Г.В., Бикбов М.М., Зайнуллин Р.М.</i> ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ СТАТУС У ПОЖИЛЫХ ПАЦИЕНТОВ С ДЕФЕКТАМИ ЗРЕНИЯ.....	89
30.	<i>Захарова Ю.А., Нухова М.В.</i> ОСОБЕННОСТИ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С РАЗНЫМИ ТИПАМИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ПРИВЯЗАННОСТИ К МАТЕРИ.....	92
31.	<i>Иванова В.Н.</i> ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПЕДАГОГОВ, РАБОТАЮЩИХ С ДЕТЬМИ С ОВЗ.....	95
32.	<i>Имамутдинова А.Ф., Валитова А.И.</i> ПОВЕДЕНИЕ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ.....	97
33.	<i>Ишниязова З.И.</i> ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ СТУДЕНТОВ К БРАКУ....	100
34.	<i>Исхакова А.И.</i> АГРЕССИВНОСТЬ В КОНТЕКСТЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКИ.....	103
35.	<i>Качкаев Т.Р.</i> ОСОБЕННОСТИ ОБЩИТЕЛЬНОСТИ И МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА У СТУДЕНТОВ ПЕРВЫХ И ВЫПУСКНЫХ КУРСОВ.....	105
36.	<i>Касич В.А.</i> ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ НА ВСТУПЛЕНИЕ В БРАК У СТАРШЕКЛАССНИКОВ.....	109
37.	<i>Карамова Э.И., Нуркаева М.К.</i> СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ У СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ ТИПОМ ТЕМПЕРАМЕНТА.....	113
38.	<i>Каримова Д.Р.</i> ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ РОДИТЕЛЕЙ В НЕПОЛНЫХ СЕМЬЯХ.....	116
39.	<i>Кирсанова А.В.</i> ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛИЗИРОВАННОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПРИ РАЗНЫХ СТИЛЯХ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ.....	119
40.	<i>Клемент Н.А.</i> РОЛЬ ОБЩЕНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА МЛАДШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА.....	123

41.	<b>Кудай-Мерген Д.В.</b> ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ.....	127
42.	<b>Кудрявцева Д.В.</b> ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЗАВИСИМОЙ ЛИЧНОСТИ.....	130
43.	<b>Мазитова А.Р.</b> ВЗАИМОСВЯЗЬ ТИПА ЛОКУСА КОНТРОЛЯ С ОСОБЕННОСТЯМИ САМООТНОШЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ.....	133
44.	<b>Муллагаева А.А.</b> ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ К СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ.....	136
45.	<b>Нафиков Р.Р.</b> ОСНОВНЫЕ ПОДХОДЫ К ПОНИМАНИЮ ВНУТРЕННЕЙ КАРТИНЫ ЗДОРОВЬЯ.....	138
46.	<b>Никитина О.В.</b> ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ ВРАЧА-ПЕДАГОГА В УСЛОВИЯХ СМЕНЫ ПРОФЕССИИ.....	140
47.	<b>Николаева А.Р., Лямина Л.В.</b> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СТРАТЕГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ В УПРАВЛЕНИИ СЕЛЬСКОЙ ШКОЛОЙ.....	143
48.	<b>Нуриханова Н.К., Попова И.В.</b> ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ.....	146
49.	<b>Орлова И.А.</b> АГРЕССИВНОСТЬ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.....	148
50.	<b>Петрова А.А.</b> АУТОАГРЕССИЯ ЗАКЛЮЧЕННЫХ, НАХОДЯЩИХСЯ В МЕСТАХ ЛИШЕНИЯ СВОБОДЫ.....	150
51.	<b>Плеханова Н.А.</b> СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ.....	152
52.	<b>Сафин Р.М.</b> МНЕНИЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ О КАЧЕСТВЕ ИХ ЖИЗНИ.....	155
53.	<b>Сеилханова С. Е., Урмурзина Б. Г.</b> АНАЛИЗ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ КУРСАНТОВ В УСЛОВИЯХ ИЗМЕНЕННОЙ СОЦИАЛЬНОЙ СРЕДЫ.....	157
54.	<b>Султанишина Г.А.</b> БЫВШИЙ СУПРУГ/ БЫВШАЯ СУПРУГА НЕ ДАЕТ ОБЩАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ. ЧТО ДЕЛАТЬ?.....	161
55.	<b>Стрельникова А.А.</b> ОСОБЕННОСТИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ МОЛОДЫХ ЖЕНЩИН.....	165

56.	<b>Сычева А.В., Шарафутдинова Э.Р.</b> СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ ОДИНОЧЕСТВА В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ.....	169
57.	<b>Тажетдинова Р. М.</b> ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА НЕБЛАГОПОЛУЧНЫХ СЕМЕЙ.....	173
58.	<b>Тимошенко Е.Н.</b> АНАЛИЗ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ РАЗЛИЧНЫХ УРОВНЕЙ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИХ ПРОЯВЛЕНИЯ АКТИВНОСТИ ЧЕЛОВЕКА.....	176
59.	<b>Тлявгулова Э.А.</b> СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ(ДОУ).....	180
60.	<b>Трушкина Е. А.</b> СОЦИАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ В КОНТЕКСТЕ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ.....	182
61.	<b>Уразаев Н.В., Нухова М.В.</b> ВЛИЯНИЕ ОБРАЗА РОДИТЕЛЯ ПРОТИВОПОЛОЖНОГО ПОЛА НА ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О БУДУЩЕМ СУПРУГЕ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК.....	184
62.	<b>Утемисова Г.У.</b> ПОИСК И РЕАЛИЗАЦИЯ ОСНОВНЫХ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ МЕХАНИЗМОВ ДЕЙСТВИЯ ВЕРБАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ УСТАНОВОК В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ.....	188
63.	<b>Фахертдинова Л.Р., Нухова М.В.</b> АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ И ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО ОТЦОВСТВА.....	193
64.	<b>Хамматшина Э.Ф.</b> ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПОДРОСТКОВ, СКЛОННЫХ К ЗАВИСИМОСТИ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ.....	196
65.	<b>Хачатрян Р.Г.</b> СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ РАБОТНИКОВ МЕДИЦИНСКОЙ СЛУЖБЫ В КОНТЕКСТЕ СТАЖА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....	200
66.	<b>Хайруллина Г.Г.</b> ОСОБЕННОСТИ ПРОКРАСТИНАЦИИ И ПЕРФЕКЦИОНИЗМА В ЗРЕЛОМ ВОЗРАСТЕ.....	203
67.	<b>Фаттахова Г.Р., Султанова Р.Р.</b> ФОРМИРОВАНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ПОДРОСТКОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИГРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.....	206

68.	<b>Чуйкова Т.С.</b> ИЗМЕНЕНИЯ БАЗИСНЫХ УБЕЖДЕНИЙ ЛИЧНОСТИ В КОНТЕКСТЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ НЕГАРАНТИРОВАННОСТИ РАБОТЫ.....	210
69.	<b>Шаяхметова Т.О., Валишина А.М.</b> ТИП СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРОСТКА, КАК ФАКТОР ЕГО ПОВЕДЕНИЯ.....	216
70.	<b>Шишкова К. А.</b> ОСОБЕННОСТИ УВЕРЕННОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ С РАЗНОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ В ОБУЧЕНИИ.....	219
71.	<b>Шурухина Г.А., Кудинова А.О.</b> ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ЖЕНЩИН- АВТОЛЮБИТЕЛЕЙ	222
72.	<b>Юзлекбаева З.З.</b> ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ОТВЕТСТВЕННОСТИ В ПСИХОЛОГИИ.....	224
73.	<b>Ятокина А.С.</b> ОСОБЕННОСТИ ВНУТРИСЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ В МОЛОДОЙ СЕМЬЕ.....	227

Научное издание

ЧЕЛОВЕК В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ  
сборник научных статей очной Международной  
научно-практической конференции  
«Человек в условиях социальных изменений»

Редакционная коллегия:

Нухова М.В., канд. пс. наук, доцент

Шаяхметова Э.Ш., д-р биол. наук, профессор

Ответственная за выпуск: Шаяхметова Э.Ш.

Компьютерная верстка Шаяхметовой Э.Ш.

В авторской редакции

Лиц. на издат. деят. Б848421 от 03.11.2000. Подписано в печать  
20.04.2019

Формат 60x84/16. Компьютерный набор. Гарнитура Times.

Отпечатано на ризографе. Усл. печ. л. – 14,8

Тираж 300 экз. Заказ № \_\_\_\_\_

ИПК БГПУ им. М. Акмуллы, 450000, г. Уфа, ул. Октябрьской