

Учреждение образования  
«Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина»

# **ПСИХОЛОГИЯ ТРУДА И ЗДОРОВЬЯ**

## **ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ**

Электронный сборник материалов  
II региональной научно-практической конференции  
студентов и магистрантов

Брест  
БрГУ имени А. С. Пушкина  
2021

**ISBN 978-985-22-0309-8**

© УО «Брестский государственный  
университет имени А. С. Пушкина», 2021

Об издании – 1, 2

1 – сведения об издании

УДК 159.9(082)  
ББК 88я431

*Редакционная коллегия:*

кандидат психологических наук, доцент **А. В. Северин**  
кандидат психологических наук, доцент **С. Л. Ящук**

*Рецензенты:*

доцент кафедры иностранных языков УО «Брестский государственный технический университет», кандидат педагогических наук, доцент **П. Н. Резько**

доцент кафедры социальной работы УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина», кандидат психологических наук, доцент **Е. И. Медведская**

**Психология** труда и здоровья: проблемы и перспективы [Электронный ресурс] : электрон. сб. материалов II регион. науч.-практ. конф. студентов и магистрантов, Брест, 28 апр. 2021 г. / Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина ; редкол.: А. В. Северин, С. Л. Ящук. – Брест : БрГУ, 2021. – 65 с. – Режим доступа: <http://rep.brsu.by:80/handle/123456789/7109>.

ISBN 978-985-22-0309-8.

Представленные в сборнике материалы посвящены решению актуальных проблем в области психологии труда и здоровья личности.

Издание адресовано студентам высших учебных заведений, аспирантам, специалистам системы образования.

**УДК 159.9(082)**  
**ББК 88я431**

Текстовое научное электронное издание

*Системные требования:*

тип браузера и версия любые; скорость подключения к информационно-телекоммуникационным сетям любая; дополнительные надстройки к браузеру не требуются.

Регистрационное свидетельство № 2142125778 от 04.06.2021

© УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина», 2021

2 – производственно-технические сведения

- Использованное ПО: Windows 10, Microsoft Office Word 2013;
- ответственный за выпуск Ж. М. Селюжицкая, технический редактор А. В. Северин, компьютерный набор и верстка А. В. Северин;
- дата размещения на сайте: 19.05.2021;
- объем издания: 653 КБ;
- производитель: учреждение образования «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина», 224016, г. Брест, ул. Мицкевича, 28. Тел.: 8(0162) 21-70-55. E-mail: rio@brsu.brest.by.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Асеева К. Е.</b> Взаимосвязь эмпатии с уровнем эмоционального интеллекта .....	6
<b>Богданович М. А.</b> Эмоционально-волевые особенности старших подростков с разным уровнем академической успеваемости .....	7
<b>Богунь И. Д.</b> Проявления вины как эмоции и чувства у современного человека .....	8
<b>Болденко В. В.</b> Психологическое сопровождение велосипедистов с ограниченными возможностями .....	9
<b>Бурдина О. С.</b> Представления современных студентов о родительской и собственной семье .....	10
<b>Викторенко Е. В.</b> Представления младших школьников о правилах ведения здорового образа жизни .....	11
<b>Ганусевич В. А.</b> Особенности восприятия юношами и девушками сцен насилия в современных СМИ .....	12
<b>Гапонюк Е. В.</b> Личностные особенности современных подростков .....	16
<b>Головко Н. В.</b> Половые особенности переживания одиночества в раннем юношеском возрасте .....	18
<b>Головня С. В.</b> Особенности локуса контроля в подростковом и юношеском возрастах .....	19
<b>Дымар А. Н.</b> Агрессивное поведение мальчиков и девочек подросткового возраста .....	20
<b>Жук Р. В.</b> Практика обращения детей 9–10 лет с мобильным телефоном ..	22
<b>Казарян А.</b> Особенности ценностных ориентаций студенческой молодежи .....	23
<b>Китель О. А.</b> Характеристика проблемной озабоченности подростков ....	24
<b>Клюка Н. Н.</b> Интернет-зависимость и саморегуляция современных подростков .....	26
<b>Козак А. С.</b> Особенности временной перспективы в юношеском возрасте .....	28
<b>Кондратюк Д. Г.</b> Проявления прокрастинации у юношей и девушек .....	30
<b>Косик А. В.</b> Особенности самоактуализации студентов гуманитарного профиля .....	31
<b>Крейдич М. В., Викторенко Е. В.</b> Стили семейного воспитания и благополучие ребенка в семье .....	32
<b>Лесько А. В., Галах В. А.</b> Способность студентов к самопознанию .....	34
<b>Лойко О. А.</b> Развитие творческих способностей учащихся на занятиях по интересам .....	35
<b>Локун Д. А.</b> Проблема одиночества юношей и девушек – активных пользователей социальных сетей .....	36

<b>Лопата И. С.</b> Особенности выбора копинг-стратегий у военнослужащих срочной службы .....	38
<b>Лящук А. И.</b> Последствия несформированности целеполагания у студентов .....	41
<b>Мамедова К.</b> Досуг туркменских студентов .....	42
<b>Миронюк А. А.</b> Уровень стрессоустойчивости у студентов разных специальностей.....	43
<b>Мищук А. М.</b> Проявления эмпатии у студентов-психологов разного года обучения .....	44
<b>Наумова Ю. А.</b> Особенности смысложизненных ориентаций у артистов танцевального жанра .....	45
<b>Новик Х. М., Гец А. А.</b> Возможности использования чат-ботов в оказании психологической помощи .....	47
<b>Пахачук Д. В.</b> Проявление синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников хирургического отделения.....	48
<b>Ратюк А. С.</b> Преобладающий тип мотивации у студентов с разным локусом контроля .....	50
<b>Ровнейко М. А.</b> Триггер как способ рекламы и маркетинга .....	51
<b>Севрюкова Д. Д.</b> Особенности агрессивности у подростков .....	53
<b>Семянникова А. О.</b> Содержание образа «я» у девушек в студенческой молодежной среде .....	54
<b>Сидоренко В. П.</b> Особенности гуманистической направленности личности у студентов .....	56
<b>Синюк Е. А.</b> Влияние стресса на формирование личности спортсменов ..	57
<b>Смирнова У. А.</b> Параметры жизнестойкости у пожилых людей.....	59
<b>Строкач В. И.</b> Общение подростков со сверстниками как ресурс развития.....	60
<b>Трофимов С. И.</b> Представления в сети Интернет о здоровом образе жизни студентов.....	61
<b>Шулаков Г. А.</b> Психобиологические аспекты этологии на примере дрессировки собаки.....	62
<b>Юматова С. И.</b> Причины деструкции детско-родительских отношений в многодетных семьях.....	63

**К. Е. АСЕЕВА**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. Л. Ящук, канд. психол. наук, доцент

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМПАТИИ С УРОВНЕМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА**

В настоящее время важным компонентом индивидуальности является эмоциональный интеллект, который во многом определяет способность человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивации и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других для решения практических задач.

Эмоциональный интеллект – способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческой жизни: понимать эмоции и эмоциональную подоплеку отношений, использовать свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией.

В ходе анализа работ психологов разных направлений были выявлены структурные компоненты эмоционального интеллекта: распознавание собственных эмоций, самоконтроль, понимание эмоций, самомотивация. Все они взаимосвязаны, и их тесная взаимозависимость способствует эффективному межличностному взаимодействию.

Эмпатия является одним из важных структурных компонентов эмоционального интеллекта и в самом общем виде определяется как способность индивида эмоционально отзываться на переживания других людей. Она предполагает субъективное восприятие другого человека, проникновение в его внутренний мир, понимание его переживаний, мыслей и чувств.

Исследование проводилось на базе УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина», в нем приняли участие 30 студентов. В исследовании применялись методики «Тест эмоционального интеллекта» Н. Холла и «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбяна и Н. Эпштейна. Результаты, полученные в данных методиках, использовались для выявления уровня связи между эмоциональным интеллектом и эмпатией с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена. Коэффициент равен 0,87, следовательно, связь между эмоциональным интеллектом и эмпатией сильная и прямая. Данный вывод свидетельствует о том, что эмпатия действительно является структурным компонентом эмоционального интеллекта.

**К содержанию**

**М. А. БОГДАНОВИЧ**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. Л. Ящук, канд. психол. наук, доцент

## **ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ АКАДЕМИЧЕСКОЙ УСПЕВАЕМОСТИ**

Целью эмпирического исследования являлось выявление взаимосвязи личностных особенностей и уровня успеваемости у старших подростков. Выборку исследования составили 75 учащихся подросткового возраста. В исследовании был использован «16-факторный личностный опросник», разработанный Р. Кеттеллом. Исходя из академической успеваемости, были выделены три группы: 1-я группа – подростки с баллом 3–5; 2-я группа – с баллом 6–8; 3-я группа – 9–10.

Анализ эмоционально-волевых особенностей личности показал расхождения в показателях факторов трех групп.

Подростки 2-й и 3-й групп характеризуются как физически и умственно устойчивые, склонные к рефлексии, задумываются над своими ошибками и путями избегания таковых – фактор I «жесткость-чувствительность» ( $M_e = 6,4; 7,7$ ).

Самоконтроль, чувство долга и ответственности, эмоциональная дисциплинированность характерны для подростков 2-й ( $M_e = 6,3$ ) и 3-й групп ( $M_e = 7,7$ ) – фактор Q3 «низкий-высокий самоконтроль». Подростки 1-й группы ( $M_e = 5,6$ ) характеризуются низкой дисциплинированностью, неумением контролировать свои эмоции и поведение.

Высокие показатели по фактору Q2 «конформизм-нонконформизм» свидетельствуют о том, что подростки 3-й группы чаще самостоятельно принимают решения. Независимы, ориентируются на собственные решения, находчивы ( $M_e = 6,0$ ). Подростки 1-й и 2-й групп более конформны: зависят от мнения и требований группы ( $M_e = 5,3; 5,8$ ).

Более высокие показатели по фактору Q «спокойствие-тревожность» отличают подростков 3-й группы ( $M_e = 7,1$ ) от подростков 1-й ( $M_e = 6,8$ ) и 2-й групп ( $M_e = 6,4$ ). Испытывая волнения в ситуациях контроля, успешные подростки стремятся своевременно подготовиться к занятиям.

Подросткам с высокой академической успеваемостью присущи общительность, самостоятельность, ответственность, они эмоционально дисциплинированы. Подросткам с низким уровнем академической успеваемости характерны эмоциональная стабильность, решительность, проницательность. Они отличаются практическим интеллектом, но при этом обладают меньшими адаптационными возможностями к новым условиям среды.

**К содержанию**

**И. Д. БОГУНЬ**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, канд. психол. наук, доцент

**ПРОЯВЛЕНИЯ ВИНЫ КАК ЭМОЦИИ И ЧУВСТВА  
У СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА**

Согласно К. Изарду, Э. Эриксону, З. Фрейдю, Э. Эйдемиллеру и другим ученым, вина рассматривается как негативная отрицательная эмоция, как неблагоприятное для личности психическое состояние. При этом очень важным является период развития ребенка до 5–6 лет. Именно в этот период возможны нарушения развития, которые провоцируют формирование такого негативного состояния у человека.

Постоянное переживание вины ребенком за свое поведение, мысли и увлечения приводит к формированию психологических комплексов: «застенчивости», «нереализованности», «фрустрации». Все это накладывает отпечаток на будущую жизнь ребенка, на процессы его обучения в школе, на развитие его личности.

Однако в научной литературе существует понимание вины как эмоции и чувства. В первом случае проявление вины носит случайный характер в зависимости от неблагоприятных жизненных ситуаций и событий в жизни человека. Вина как чувство рассматривается тогда, когда ее проявление носит частый и сильно выраженный характер, который предусматривает обязательную направленность переживаний на какой-то социальный объект (если на самого себя, то это переживание чувства вины, самообвинение, критика своих действий, снижение своей значимости, деморализация поступков; если направленность на других, то это обвинение других, чрезмерная их критика и порицание, снижение их социальной значимости).

Взрослый человек может не осознавать постоянные переживания вины, которые свидетельствуют о нарушенном взаимодействии его в детстве с собственными родителями. Вина мешает испытывать радость и наслаждение жизнью, выдвигать и реализовывать цели, посвятить свою жизнь творчеству, продуктивно работать, любить, личностно и духовно развиваться и др.

В связи с этим становится очевидным, что необходимо прорабатывать проявления вины как эмоции и чувства. Все это будет способствовать самораскрытию человека, обретению им внутренней свободы и психологической устойчивости к сложным жизненным обстоятельствам, приобретению энергии для жизни и переживаний позитивных состояний и ощущению полноты жизни, достижению успехов в разных видах деятельности.

**К содержанию**



**В. В. БОЛДЕНКО**

Брест, велоклуб «Радея», Институт третьего возраста

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ**

Движение на велосипеде представляет собой тренировку кардиосистемы человека и оптимальную физическую нагрузку, особенно для людей пожилого возраста. Вместе с тем при несоблюдении правил дорожного движения и отсутствии «заметности», т. е. обозначения себя и велосипеда светоотражающими элементами и одеждой со специальными полосами (жилетами), нередки ситуации получения травм и совершения столкновений с пешеходами или другими участниками движения.

Существуют специальные велотренажеры и велосипеды для людей с ограниченными физическими и умственными возможностями. Однако самостоятельные поездки инвалидов чрезвычайно опасны, поэтому требуют обязательного сопровождения в лице волонтеров, психологов и других специалистов.

Очень важной для велосипедистов с ограниченными возможностями является организация систематического психологического сопровождения, в процессе которого они:

- 1) получают хорошую физическую нагрузку под присмотром специалистов;
- 2) расширяют свой кругозор и улучшают пространственную ориентировку в городе, местности;
- 3) узнают и, возможно, частично запоминают правила дорожного движения;
- 4) получают заряд бодрости и оптимизма от общения с другими людьми;
- 5) социализируются, становясь членами импровизированной социальной группы в рамках велофестивалей и велопоездок велоклубов, велопутешествий;
- 6) изменяют к себе отношение населения от жалостливо-отвергательного до принимающего позитивного;
- 7) развивают в себе волевые качества и личностные, приобретают смысл жизни.

**К содержанию**

**О. С. БУРДИНА**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, канд. психол. наук, доцент

**ПРЕДСТАВЛЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ  
О РОДИТЕЛЬСКОЙ И СОБСТВЕННОЙ СЕМЬЕ**

Психологи и педагоги (Ю. Е. Алешина, И. В. Гребенников и др.) отмечают, что в современном мире существенно изменяются представления молодежи о семье и браке. Этому во многом способствует доступность информации, которая, будучи размещенной в свободном доступе в Интернете, не всегда соответствует возрасту ребенка и нравственным нормам.

Ю. Лавряшина и Н. Трубиновская выделяют два основных типа молодых людей, не стремящихся к созданию семьи: молодежь, которая ненавидит и агрессивно относится к детям, и молодежь, которая желает жить в свое удовольствие, без социальной ответственности и соблюдения нравственных норм и правил взаимоотношений с лицами противоположного пола. В этой связи особого внимания заслуживает изучение представлений современных студентов о семье. Исследование было проведено среди 100 обучающихся БрГУ имени А. С. Пушкина, из которых 50 туркменских и 50 белорусских студентов, с помощью анкетирования. Пол студентов не учитывался.

Анализ полученных результатов позволил сделать определенные выводы. Так, на вопрос «Как бы вы охарактеризовали родительскую семью, в которой растете?» 87 % туркменских студентов ответили «хорошая, большая», 13 % опрошенных назвали ее «обычной, традиционной». 20 % белорусских студентов считают родительскую семью гармоничной, 57 % назвали ее «ужасной, деспотичной», 23 % затруднились дать ответ. На вопрос «Планируете ли вы в будущем создание собственной семьи и рождение детей?» 70 % туркменских студентов ответили, что «да», 30 % респондентов указали, что «на первом месте карьера, а потом семья через пару лет». 86 % белорусских студентов высказались, что «нет этого в планах», 10 % затруднились ответить, 4 % опрошенных сказали, что «иногда думают об этом по наказу их родителей».

Таким образом, проведенная диагностика свидетельствует о наличии негативного отношения к созданию семьи и рождению детей у значительного числа опрошенных белорусов и, наоборот, положительного, традиционного отношения к семье и рождению у детей у студентов-туркмен. Ввиду этого становится очевидным, что для осознания и решения указанной проблемы необходимо сделать акцент на воспитании молодежи в духе семейных традиций, своевременном выявлении и коррекции агрессии

в детско-родительских отношениях, повышении приоритета «позитивного и любящего родителя» в обществе, вооружении студентов психолого-педагогическими знаниями о семье и воспитании.

### **К содержанию**

**Е. В. ВИКТОРЕНКО**

Брест, СШ № 9 г. Бреста

## **ПРЕДСТАВЛЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ О ПРАВИЛАХ ВЕДЕНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

В современных условиях обучение и воспитание детей необходимо осуществлять с опорой на медико-психологические и педагогические знания о сохранении и укреплении здоровья обучающихся. Этому способствует целый комплекс мероприятий, реализуемых в системе школы и медицинских учреждений, внешкольной системы воспитания и социальных служб.

При этом важное значение приобретает воспитание у учащихся потребности в здоровом образе жизни, что предполагает ежедневное выполнение детьми норм и правил, сберегающих здоровье, умение предвидеть влияние результатов своих действий на собственное здоровье и здоровье окружающих людей, правильное проявление эмоций, оптимальное увеличение двигательной активности, развитие психологических умений по сохранению здоровья и др.

Нами проводилось анкетирование младших школьников ГУО «СШ № 9» с целью выявления их представлений о здоровом образе жизни. Было опрошено 40 обучающихся. Применялась анкета «Здоровый образ жизни школьника» (К. Коджаспиров), включающая в себя вопросы о нормах, правилах здорового образа жизни, гигиенических мероприятиях и др.

Полученные результаты показали, что у большинства (67 %) опрошенных детей преобладает средний уровень представлений о здоровом образе жизни. Они осведомлены об основных правилах и принципах здорового образа жизни, требованиях к их соблюдению, факторах риска. У 13 % детей выявлен высокий уровень представлений о здоровом образе жизни, обусловленный принципами и правилами, а также приемами по поддержанию физической и умственной активности, гигиеническими правилами профилактики заболеваний. У 20 % опрошенных детей выявлен низкий уровень представлений о здоровом образе жизни.

Таким образом, результаты анкетирования указывают на необходимость профилактической и просветительской работы с детьми и их родителями. Возможной областью дальнейшего анкетирования может выступить

изучение представлений о здоровом образе жизни и способах профилактики заболеваний школьников у родителей и педагогов, практических психологов.

### **К содержанию**

**В. А. ГАНУСЕВИЧ**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – И. В. Павлов, канд. психол. наук

### **ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ ЮНОШАМИ И ДЕВУШКАМИ СЦЕН НАСИЛИЯ В СОВРЕМЕННЫХ СМИ**

Одной из значимых характеристик современного общества является расширение технологических возможностей и сферы влияния СМИ. Массовая информация по своей сути – информация социальная. Она имеет широкую аудиторию, рассредоточенную во времени и пространстве, и распространяется с помощью технических средств. В соответствии с техникой и технологией передачи информации выделяют ее главные средства: прессу, радио, телевидение. Отдельно можно выделить Интернет – открытую информационную среду социальных коммуникаций. Именно в сети Интернет сейчас можно найти наибольший объем информации о чем бы то ни было. Однако многие тексты, фотографии и видеофильмы на новостных и развлекательных порталах могут выступать в качестве стрессогена, влиять на личность человека, провоцируя у него различные, в том числе негативные, эмоции, а также вызывать «медиастресс» – стресс, вызванный информацией, демонстрируемой в СМИ. Стресс традиционно рассматривается как состояние психического напряжения, возникающее у человека в наиболее сложных условиях повседневной жизни и трудовой деятельности или при особых (экстремальных, травмирующих, нетипичных) обстоятельствах. Стрессорами являются неблагоприятные, значительные по силе и продолжительности внешние и внутренние воздействия, ведущие к возникновению стрессовых состояний. Медиастресс возникает в результате воздействия на читателя и (или) зрителя стрессогенного контента СМИ.

Актуальность рассматриваемой темы обусловлена тем, что с каждым днем объем информации в Интернете увеличивается, следовательно, увеличивается и объем потенциально стрессовой для потребителя информации. Представленное далее исследование направлено на то, чтобы изучить психологические аспекты восприятия аудиторией СМИ потенциально стрессовой и неприятной информации, в качестве которой выступают демонстрируемые сцены насилия. Исследование было проведено на базе Брестского государственного университета имени А. С. Пушкина. Выборку

составили 50 человек в возрасте от 17 до 19 лет – студенты 1–2 курсов психолого-педагогического факультета, из которых 43 девушки и 7 юношей.

В ходе исследования респондентам демонстрировались три фотографии, на которых изображены практически идентичные по сюжету и композиции сцены насилия: один взрослый мужчина наносит удары кулаками другому взрослому мужчине, лежащему на земле на городской улице. На двух фотографиях изображены реальные сцены насилия, взятые из современных СМИ, одна фотография представляла собой кадр из художественного фильма и демонстрировала постановочную сферу насилия. Каждая из трех фотографий была промаркирована таким образом: А – кадр из художественного фильма, В – ситуация на улице в городе Потсдам (Германия), С – ситуация на улице в городе Бресте (Беларусь). Далее мы предлагали участникам исследования ответить на вопросы по поводу того, что происходит на демонстрируемых фотографиях и какие эмоции у них вызывают данные сцены. Также мы попросили респондентов проранжировать фотографии в зависимости от вызываемого у них страха и объяснить свой выбор.

Таким образом мы выявили ряд субъективных критериев, в соответствии с которыми респондентами были проранжированы фотографии. Меньше всего при аргументации своего варианта ранжирования респонденты прибегали к *ориентации на возможные для очевидца последствия* – к такому объяснению прибегло только 2 % из опрошенных. 6 % респондентов расставили фотографии, опираясь на *эмоции участников ситуаций*, демонстрируемых на фотографиях. Для 12 % выборки наиболее важными критериями для ранжирования фотографии были *место, где происходит демонстрируемая ситуация, и вероятность повторения подобной ситуации в реальной жизни* (непосредственно в жизни самого респондента). 14 % респондентов расставили фотографии, руководствуясь тем, *какими предположительно могут быть последствия для участников ситуаций* на фотографиях. И наибольшее количество респондентов – 35 % – при ранжировании фотографий опирались на *собственное восприятие степени жестокости* демонстрируемых на фотографиях действий. Интересно при этом отметить, что между полученными вариантами ранжирования фотографий и используемыми для их обоснования субъективными критериями не обнаружено прямых взаимосвязей: руководствуясь одинаковыми или похожими критериями, участники исследования расставляли фотографии в различных вариациях. Однако были выявлены и общие для значительного числа респондентов тенденции в оценке фотографий с точки зрения их эмоциональной нагрузки. Так, 76 % респондентов поставили фотографию В на первое место: изображенная на ней сцена вызвала наибольший страх. В таких ответах чаще всего отмечалось, что ранжирование производится в соответствии с оценкой уровня демонстрируемой

жестокости, но были и другие обоснования такого выбора. 18 % респондентов ставили на первое место фотографию С и аргументировали свой выбор, ссылаясь на место происшествия. Фотографию А (кадр из художественного фильма) поставили на первое место всего 6 % респондентов, ссылаясь при этом на различные варианты обоснования своего выбора.

Если двигаться в обратном направлении, т. е. анализировать, как часто данные фотографии помещались респондентами на третье место по степени вызываемого страха, то мы имеем следующие данные: фотографию А – 70 %, В – 6 % и С – 24 % респондентов определили на третье место.

Объяснить полученные результаты относительно того, почему фотография В чаще всего ставится на первое место, а фотография А – на последнее, можно с двух точек зрения.

Во-первых, на фотографии В человек, который подвергается прямым насильственным действиям, лежит в наиболее закрытой и беспомощной позе – позе «эмбриона». Данное положение человека указывает на наибольшую его уязвимость. Возможно, респонденты на бессознательном уровне ассоциируют позу «эмбриона» с беззащитным ребенком, что влияет на большее проявление сочувствия к человеку, который подвергается насильственным действиям, и вызывает у самих респондентов наиболее сильный страх. Также на данном кадре человек, совершающий насильственные действия, при предполагаемом нанесении следующего удара сильно отводит руку, сжатую в кулак, т. е. мы видим сильный замах, что воспринимается респондентами как наиболее жестокие действия в отношении человека, который не может защищаться. Эту гипотезу подтверждают и остальные варианты ранжирования: на кадре С люди также дерутся и виден определенный уровень проявляемой жестокости, однако люди сопротивляются друг другу, не видно объективной «жертвы» и «обидчика» (примеры ответов респондентов: *«На фотографии В видно больше всего жестокости»*, *«На фото 2 видно страх, потому что человек аж скручивается»*, *«Человек боится и закрывается, он не может ответить на атаку, ему очень страшно, он весь сжался»*, *«Человек беззащитен как ребенок, никак не отвечает на агрессию»*). Во-вторых, стоит обратить внимание на сам формат фотографии В: она имеет вертикальный формат, т. е. выглядит как скриншот из документального видео, снятого на телефон, что придает ему наибольшую реалистичность в восприятии респондентов. Учитывая современные реалии культуры, можно сказать, что вертикальный формат демонстрируемых аудитории СМИ новостей кадров имеет значение, так как люди предположительно более доверяют кадрам, снятым непосредственно очевидцами происшествий на собственные мобильные телефоны. Примеры ответов респондентов косвенно эту мысль подтверждают: *«Потому что на фото В человек получает наибольший*

*ущерб, там все реально, а вот А вообще искусственное», «Фото В как будто посторонний человек просто делает или это вообще из видео скрин, а А просто киношная постановка», «Фото В, мне кажется, там больше жестокости по сравнению с А, где просто сцена из художественного фильма», «Фото А взяли из фильма, сразу видно, что драка постановочная, человеку ничего, по сути, не угрожает, на двух других фотографиях все наоборот, потому что они реальные и сняты на телефон», «Потому что на фото 1 это роль людей и они просто ее выполняют, на втором же фото видна ярость человека и неизвестно, что может произойти дальше, потому что это уже не роль». Фотография А, которая является кадром из кинофильма, воспринимается людьми как постановочная сцена и вызывает значительно меньше эмоций страха в отличие от реальных фотографий происшествий.*

Таким образом, в результате проведенного исследования мы смогли обнаружить, что демонстрируемые в СМИ сцены насилия действительно могут являться стрессогенной информацией для читателей и зрителей, так как вызывают у них негативные эмоции (страх, отвращение, неприязнь, чувство небезопасности). Сила этих эмоций может зависеть от различных факторов: формат демонстрируемого кадра, тип информационных материалов (документальные или постановочные), воспринимаемой степени жестокости, в наименьшей степени – место происшествия. Также мы выяснили, что внешне похожие по содержанию сцены насилия, демонстрируемые в СМИ, субъективно оцениваются зрителями по-разному. Опираясь на полученную нами информацию, можно сказать, что наиболее сильные негативные эмоции вызывают изображения, которые воспринимаются более реалистично, т. е. выглядят как кадры из видео, снятых очевидцами: они вызывают больший страх, чем постановочные кадры из художественного фильма. Это можно объяснить тем, что человек больше сочувствует другим, когда понимает, что угроза жизни и здоровью реальная, а не является постановочной игрой актеров на съемочной площадке. Реальность демонстрируемой ситуации заставляет задуматься об угрозе, которая может коснуться непосредственно самого человека или его близких, что предположительно оказывает дополнительное влияние на человека и провоцирует возникновение более сильной эмоции страха.

**К содержанию**

**Е. В. ГАПОНЮК**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина.

Научный руководитель – Д. Э. Синюк, канд. психол. наук, доцент

**ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СОВРЕМЕННЫХ  
ПОДРОСТКОВ**

Проблема изучения личностных особенностей, способствующих успешной адаптации и самореализации личности, приобретает особое звучание и актуальность для подростков. Так, с одной стороны, формирование собственной активной и ответственной позиции является для подростка важнейшей задачей возраста, а с другой – за ним еще закреплён социальный статус «ребенка», ограничивающий проявление самостоятельности.

Отметим, что подростковый возраст большинством русскоязычных (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, И. С. Кон, Д. И. Фельдштейн, Д. Б. Эльконин и др.) и зарубежных (Ш. Бюлер, К. Левин, Ж. Пиаже, Ст. Холл, Э. Шпрангер, Э. Эриксон и др.) авторов рассматривается как противоречивый и критический этап развития личности, а личностные особенности, связанные с ответственностью, рефлексивностью, целостностью я-концепции, – как важные качества, закладывающиеся в подростковом возрасте.

Для определения личностных особенностей подростков мы использовали следующие методики: опросник «Стиль саморегуляции поведения» (В. И. Моросанова), методику диагностики самооценки Дембо – Рубинштейн (модификация А. М. Прихожан), методику «Диагностика силы мотивационной установки к достижению успеха» Т. Элерса. Эмпирическое исследование проводилось на базе ГУО «Средняя школа № 29 г. Бреста». Выборку составили 60 учеников 8-х классов.

В первую очередь охарактеризуем общий уровень саморегуляции респондентов. Мы выяснили, что большинство обследованных подростков (83,3 %) обладают средним уровнем саморегуляции: они стремятся быть самостоятельными, независимыми, проявляют гибкость в быстроменяющихся условиях, однако испытывают сложности в планировании, постановке целей, характеризуются малой осознанностью и адекватностью действий и поведения. У 6,7 % опрошенных выявлены высокие показатели общего уровня саморегуляции: они самостоятельны, гибко и адекватно реагируют на изменение условий, выдвижение и достижение цели у них в значительной степени осознанно. У десятой части респондентов обнаружены низкие показатели саморегуляции. Данный факт свидетельствует о том, что у этих подростков потребность в осознанном планировании и программировании своего поведения еще не сформирована, они более зависимы от ситуации и мнения окружающих людей.



Далее выясним общий уровень самооценки обследованных подростков. Неадекватно заниженная самооценка выявлена примерно у четверти респондентов (у 26,7 %). Средние показатели общей самооценки обнаружены у пятой части учащихся, что говорит об адекватной самооценке и соответствует норме. У 16,7 % опрошенных наблюдается высокая самооценка – адекватная с тенденцией к завышенной. У 36,7 % респондентов выявлена очень высокая – неадекватно завышенная самооценка. Такие данные свидетельствуют о том, что среди учащихся подросткового возраста наблюдаются разнообразные уровни самооценки. Чаще обследованные подростки характеризуются неадекватным оцениванием себя в худшую либо в лучшую стороны (возможно, завышенная самооценка как защитная реакция).

На заключительном этапе настоящего анализа охарактеризуем особенности потребностно-мотивационной сферы подростков. Мы выяснили, что низкий уровень мотивации к успеху не наблюдается ни у одного опрошенного. Среди респондентов практически в равной степени представлены средний (35 %), умеренно высокий (35 %) и слишком высокий (30 %) уровни мотивации к успеху. Умеренно высокий уровень мотивации к успеху свидетельствует о сильном стремлении к успеху и достаточно большой активности, упорстве и настойчивости школьников. Эти подростки стремятся к достижению чего-то конструктивного, положительного. Они склонны планировать свое будущее на далекую перспективу, проявляя тенденцию к адекватному уровню притязаний и адекватной самооценке. Предпочитают выбирать средние по трудности или слегка завышенные, но достижимые цели. Подростки со средним уровнем мотивации к успеху характеризуются невысокой активностью, однако достаточной для достижения минимальных поставленных целей. Слишком высокий уровень мотивации к успеху свидетельствует о чрезмерной устремленности респондентов к победе, что чревато при недостижении целей сильными расстройствами и даже депрессией.

Таким образом, большинство обследованных подростков обладают средним уровнем саморегуляции. Они стремятся быть самостоятельными, независимыми, проявляют гибкость в быстро меняющихся условиях, однако испытывают сложности в планировании, постановке целей, характеризуются малой осознанностью и адекватностью действий и поведения. Чаще у данных подростков обнаруживается неадекватное оценивание себя в худшую сторону либо в лучшую. В большинстве случаев респонденты имеют адекватные мотивационные установки к достижению; треть подростков ситуации даже незначительного неуспеха переносят болезненно, могут впадать в отчаяние, бояться риска, неодобрения, могут чувствовать себя тревожно.

**К содержанию**

**Н. В. ГОЛОВКО**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. Л. Ящук, канд. психол. наук, доцент

**ПОЛОВЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ  
ОДИНОЧЕСТВА В РАННЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

В немногочисленных исследованиях, посвященных проблеме одиночества в раннем юношеском возрасте, определяется наличие значимых различий в проявлениях одиночества: выраженность одиночества у девушек значительно выше, чем у юношей. Этот факт может выступать свидетельством большей предрасположенности к переживанию всех видов одиночества у девушек, а также развитию невроза или тревожности. И это веская причина, по которой изучение половых особенностей переживания одиночества в раннем юношеском возрасте является перспективной областью исследования.

В нашем исследовании приняли участие 60 респондентов (30 юношей и 30 девушек) в возрасте 15–17 лет. Исследование проводилось в марте 2021 г. на базе ГУО «Средняя школа № 32 г. Бреста».

При обработке результатов, полученных по методике субъективного ощущения одиночества (Д. Рассел и М. Фергюсон), была выявлена следующая картина. У 10 % старшеклассников высокий уровень одиночества, у 25 % респондентов – средний уровень одиночества, у 65 % респондентов – низкий уровень одиночества.

Затем нами был проведен сравнительный анализ уровней выраженности одиночества у юношей и девушек.

Результаты измерения показали, что у пятой части девушек (20 %) высокий уровень одиночества, что указывает на погруженность этих девушек в себя.

У пятой части юношей (20 %) и трети девушек (30 %) средний уровень одиночества, т. е. этим юношам и девушкам не хватает общения, близких друзей, понимания, откровенности в общении, помощи, близости и общности интересов и идей, иногда они чувствуют себя отверженными.

У большинства юношей (80 %) и половины девушек (50 %) низкий уровень одиночества, т. е. у этих юношей и девушек отсутствует субъективное ощущение одиночества, они не чувствуют себя одинокими.

Полученные результаты показали, что высокий уровень одиночества у юношей не зафиксирован, а у девушек отмечается высокий уровень одиночества и что юноши склонны к переживанию субъективного ощущения одиночества меньше, чем девушки.

**К содержанию**

**С. В. ГОЛОВНЯ**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Д. Э. Синюк, канд. психол. наук, доцент

**ОСОБЕННОСТИ ЛОКУСА КОНТРОЛЯ В ПОДРОСТКОВОМ И ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТАХ**

Локус контроля является одной из фундаментальных индивидуально-психологических характеристик личности. Данное понятие было введено в научный обиход в 1954 г. Дж. Роттером. При этом, согласно автору теории данного феномена, локус контроля определяется как свойство личности приписывать свои успехи или неудачи только внутренним либо только внешним факторам. В литературе по проблеме исследования выделяют две разновидности локуса контроля: экстернальный – склонность приписывать результаты деятельности внешним факторам; интернальный – склонность приписывать результаты деятельности внутренним факторам.

Для нас особый интерес представляет вопрос о наличии каких-либо различий между доминирующим локусом контроля в подростковом и юношеском возрастах. Для достижения поставленной цели мы провели исследование на базе ГУО «Гимназия № 2 г. Бреста» и УО «БрГУ имени А. С. Пушкина». Общую выборку составили 100 человек в возрасте от 14 до 20 лет. Среди них 50 подростков и 50 юношей. Нами была использована методика исследования локуса контроля (Дж. Роттер).

Результаты исследования локуса контроля явно демонстрируют то, что у респондентов чаще обнаруживается интернальный локус контроля (56 %), нежели экстернальный (44 %). При этом у половины подростков мы обнаружили экстернальный локус контроля, а у второй половины респондентов – интернальный локус контроля. У представителей юношеского возраста наблюдается несколько иная тенденция: 38 % опрошенных составляют студенты с экстернальным локусом контроля, а большая часть респондентов (62 %) характеризуются интернальным локусом контроля. Выясним статистическую достоверность различий среди опрашиваемых юношеского возраста. Результаты расчета полученных данных с помощью критерия углового преобразования Фишера показали, что подтверждается гипотеза о значимости различий:  $\phi^*_{эмп} = 2,42$  (при  $p \leq 0,01$ ). Доля лиц среди представителей юношеского возраста с интернальным локусом контроля больше, чем доля лиц с экстернальной направленностью.

Таким образом, в юношеском возрасте количество респондентов с интернальным локусом контроля превышает количество респондентов с экстернальным локусом контроля. В подростковом же возрасте среди опрошенных в равной степени представлены как экстерналы, так и интерналы.

**К содержанию**

**А. Н. ДЫМАР**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. А. Гузюк, старший преподаватель

## **АГРЕССИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ МАЛЬЧИКОВ И ДЕВОЧЕК ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

Проблема агрессивного поведения подростков – одна из значимых проблем нашего общества. Далеко не все дети могут контролировать свое поведение. Часто у них формируются враждебные намерения по отношению к другим, проявляющиеся в агрессивном поведении. Неконтролируемое агрессивное поведение приводит к конфликтным ситуациям и неблагоприятным последствиям. Именно поэтому дети с таким поведением нуждаются в помощи педагогов, психологов, родителей. Подросток начинает ориентироваться на взрослую жизнь. Этот процесс нередко проявляется в форме агрессивного поведения. Влияние внешних и внутренних факторов на подрастающего ребенка, его соприкосновение с миром взрослых и других детей, а также с различными жизненными явлениями могут привести к искажению его представлений о жизни, к изменению желаний и ценностей. Озлобленность современного общества, его эгоизм и агрессивность приводят к формированию у подрастающего поколения враждебных по отношению к окружающим внутренних взглядов, недоверия к другим людям. Это и приводит к принятию агрессивного поведения как приемлемого, как нормы из-за отсутствия положительного поведенческого опыта. Все вышеперечисленное позволяет говорить о том, что проблема агрессивного поведения особенно актуальна на сегодняшний день, хотя изучение ее началось давно.

Цель нашего исследования – выявить особенности агрессивного поведения мальчиков и девочек подросткового возраста. Гипотеза – различие в агрессивном поведении мальчиков и девочек подросткового возраста существует.

Для проверки гипотезы было проведено эмпирическое исследование, которое включало три этапа. На первом этапе были проанализированы особенности агрессивного поведения у подростков мальчиков и девочек. На данном этапе была использована методика «Личностная агрессивность и конфликтность» (Е. П. Ильин, П. А. Ковалев). На втором этапе было проведено исследование на выявление агрессии и враждебности у подростков. На данном этапе проведена методика агрессивности А. Басса и А. Дарки (адаптация А. К. Осницкого). Количественный анализ результатов на первом и втором этапах проводился с помощью методов описательной статистики (среднее арифметическое, частота встречаемости признака). На тре-

твом этапе был проведен сравнительный анализ агрессивного поведения у подростков. Для проведения сравнительного анализа были сформированы группы, критерием для выделения которых стала половая принадлежность.

В группах мальчиков и девочек было исследовано проявление агрессивного поведения в подростковом возрасте. Исходя из полученных данных, можем сказать, что с помощью первой методики «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева мы узнали о том, что в обеих группах позитивная агрессия превышает негативную агрессию. Для групп в целом характерна склонность к наступательности и неуступчивости, менее характерна склонность к мстительности и нетерпимости к мнению других. В группе мальчиков средний уровень обидчивости 5,9, когда в группе девочек этот уровень составляет 5,5. Бескомпромиссность у двух групп имеет одинаковое значение. Также конфликтность в группах не превышает средний уровень и имеет различие в 0,4 балла. Подозрительность в группе мальчиков превышает среднее значение, а в группе девочек находится в верхней границе среднего значения. Исходя из этого, можно сделать вывод, что по первой методике агрессия и конфликтность у мальчиков и девочек подросткового возраста не имеет отличий и не превышает средние значения, характерные для их возраста.

По методике агрессивности Баса – Дарки высокий индекс агрессивности нами выявлен не был. В одной из групп мы также выявили, что у девочек и мальчиков преобладает низкий уровень агрессивности (девочки 90 %, мальчики 55 %), при этом средний уровень агрессивности в группе сильно отличается (девочки 10 %, мальчики 45 %). Это говорит о том, что мальчики в данной выборке наиболее склонны к проявлению физической, вербальной агрессии, а также более раздражительны.

Высокий индекс враждебности в группах не выявлен. Показатели среднего индекса враждебности в группах имеют различие 5 % и преобладают у девочек (у девочек 75 %, у мальчиков 70 %). Низкий индекс преобладает в группе мальчиков, также имея различие с группой девочек 5 % (девочки 25 %, мальчики 30 %).

На основе сравнения мы можем сделать вывод о том, что:

1. Все показатели находятся в пределах возрастной нормы.
2. Для мальчиков-подростков данной группы характерен более высокий уровень вспыльчивости, наступательности, обидчивости, бескомпромиссности, мстительности, нетерпимости к мнению других, также уровень косвенной физической и вербальной агрессии. Все эти качества в меньшей степени характерны для девочек-подростков. Следовательно, наша гипотеза о том, что существуют различия в агрессивном поведении мальчиков и девочек подросткового возраста, подтвердилась.

**К содержанию**

**Р. В. ЖУК**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. И. Медведская, канд. психол. наук, доцент

**ПРАКТИКА ОБРАЩЕНИЯ ДЕТЕЙ 9–10 ЛЕТ  
С МОБИЛЬНЫМ ТЕЛЕФОНОМ**

Мобильный телефон является одним из самых популярных гаджетов у пользователей разных возрастов. С учетом полифункциональности он потенциально содержит в себе риски возникновения довольно широкого спектра аддикций, симптоматика и профилактика которых неоднократно становились предметом изучения специалистов (С. А. Ахметова, 2020; Е. Б. Кудинова, 2017; В. Ю. Редьковская, 2006 и др.). Однако существующие исследования в основном относятся к подросткам и молодым людям, хотя младшие школьники становятся все более активными пользователями этого устройства.

1. Дефицит научных данных о формирующихся у начинающих пользователей привычек обращения к мобильному телефону обуславливает актуальность настоящего исследования, в котором принимали участие 30 учащихся 4-х классов ГУО «Средняя школа № 15 г. Бреста». Основным инструментом сбора данных выступала беседа.

2. Результаты показали, что большинство младших школьников считают сотовый телефон абсолютно полезным устройством (73 %), почти четверть (23 %) полагают, что наряду с пользой существуют и риски. Большая половина детей «проводит в телефоне» более двух часов в день (57 %), пятая часть младших школьников проводят в телефоне 1 час в день.

3. Обработка данных продемонстрировала, что значительная часть младших школьников общаются по мобильному телефону чаще всего с друзьями (67 %), существенно реже с родителями (20 %), еще реже с братьями/сестрами (10 %) и фактически на уровне случайности (3 %) с другими родственниками (бабушка, дедушка, тетя и др.).

4. Большинство опрошенных приписывают мобильному телефону в качестве основной функцию связи (30 %), затем выход в Интернет (23 %) и развлечения (20 %). Десятая часть младших школьников описывают мобильный как фотоаппарат/видеокамеру. И только незначительное число учащихся (7 %) отмечают в качестве основного его предназначения поиск информации.

Таким образом, результаты проведенного исследования говорят о доминировании у младших школьников положительного отношения к мобильному телефону, о превышении детьми рекомендуемых временных лимитов обращения с аппаратом и о формировании тенденции использо-

вать его в качестве средства общения и развлечения. Подобная стихийная практика свидетельствует о необходимости организации активной профилактической работы как с обучающимися, так и с их родителями.

### **К содержанию**

#### **А. КАЗАРЯН**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Даниленко, канд. психол. наук, доцент

### **ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

Проблема ценностей человека, их формирования и трансформации была и остается актуальной и значимой. Именно ценности определяют многие процессы в обществе. Современный этап человеческого развития характеризуют глобальные процессы, быстрые темпы технического и информационного развития, трансформация социальных отношений, системные кризисы, перемены, охватывающие все слои современного общества. Молодежь – самая чувствительная, активная, инициативная, гибкая, динамичная, критически и творчески мыслящая часть общества. В этом возрасте активно формируются и заканчивают формирование многие ценности. Их правильная закладка определяет будущее больших социальных групп и человечества в целом. Мы постоянно стоим перед выбором ценностей, какой бы области интересов ни касался этот выбор.

Актуальность проблемы определяется и тем, что ценности учащейся молодежи сильно трансформируются в условиях экономической и социально-политической неустойчивости, глобализационных и информатизационных процессов, быстрых темпов социокультурных изменений. Размываются основы культуры, традиций, морали, ослабевает преемственность между поколениями, часто исследователи ссылаются на заимствование несвойственных данной культуре ценностей.

Цель работы – анализ общего состояния проблемы и междисциплинарных теоретических подходов к ее изучению, проведение эмпирического исследования особенностей ценностных ориентаций студенческой молодежи. Объект исследования – ценностные ориентации. Предмет исследования – особенности ценностных ориентаций и ценностных установок студенческой молодежи на базе УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина».

Система ценностей отражает особенности поведения и мотивацию молодых людей, их профессиональные и личностные качества. Нравствен-

ные и культурные ценности формируются продолжительно, под влиянием жизненного уклада, идеологических влияний, исторических и экономических условий. Понимание особенностей ценностных ориентаций современной молодежи позволяет не только понимать ее поведение, но также прогнозировать его на перспективу.

### **К содержанию**

#### **О. А. КИТЕЛЬ**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Д. Э. Синюк, канд. психол. наук, доцент

### **ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОБЛЕМНОЙ ОЗАБОЧЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ**

Систематизация имеющихся в литературе данных об особенностях развития в подростковом возрасте позволяет утверждать, что на данном возрастном этапе происходит бурное физическое развитие и половое созревание, а важными моментами становления личности подростка являются развитие самосознания и самооценки. Для данного возраста характерна социальная ситуация развития, которая представляет собой переход от детства к самостоятельной взрослой жизни. В развитии подрастающих детей наступает кризис, который характеризуется стремлением к самоутверждению и демонстрацией независимости, поэтому можно заметить эмоциональную неустойчивость и резкие колебания настроения детей, вспыльчивость, чрезмерную обидчивость, критичность к самим себе. Почти каждый подросток во время переходного возраста сталкивается с особыми трудностями, пытается найти себя, многие испытывают острый кризис в процессе формирования их жизненных ориентаций. У одних подростков есть понимание, что все проблемы решаемы, и они стараются просто работать над собой, не впадая в панику или депрессию, у других возникают серьезные проблемы, которые вызывают еще более острые эмоциональные реакции. Эти подростки оказываются самыми социально неустойчивыми, незащищенными. Более того, возникшие проблемы подростки не всегда могут разрешить сами или же делают это деструктивным путем, еще больше усугубляя процесс формирования личности.

Для характеристики проблемной озабоченности подростков была использована методика «Психологические проблемы подростков» (Л. А. Регущ, Е. В. Алексеева, А. В. Орлова, Ю. С. Пежемская). Выборка была составлена из 50 подростков 14–15 лет (25 девочек и 25 мальчиков). Исследование проводилось на базе ГУО «Малоритская средняя школа № 2».



В первую очередь мы выяснили, что большая часть современных подростков озабочена психологическими проблемами, связанными с самими собой (66 %), с развитием общества (64 %), со школой (62 %), с общением со сверстниками (62 %) и со здоровьем (60 %). Кроме того, фактически у половины подростков отмечается озабоченность проблемами, связанными с проведением досуга (58 %). Чаще встречается у подростков озабоченность проблемами, связанными с родительским домом (40 %), а примерно у трети подростков отмечается озабоченность проблемами, связанными с будущим (38 %). У большей части подростков не выявлена озабоченность психологическими проблемами, связанными с будущим (62 %) и с родительским домом (60 %). Чаще подростки не озабочены психологическими проблемами, связанными с проведением своего досуга (42 %), и проблемами, связанными со здоровьем (40 %). У трети подростков не отмечается озабоченность психологическими проблемами, связанными со школой (38 %), с общением со сверстниками (38 %), с развитием общества (36 %), а также проблемами, связанными с самими собой (34 %). Обобщив полученные эмпирические данные, мы выяснили, что у большей части обследованных подростков отмечается высокий уровень проблемной озабоченности (64 %), а треть респондентов характеризуются низким уровнем проблемной озабоченности (36 %).

На следующем этапе мы осуществили сравнительный анализ озабоченности психологическими проблемами девочек и мальчиков подросткового возраста. Обнаружено, что у большей части современных девочек-подростков (68 %) высокий уровень проблемной озабоченности, у трети девочек-подростков (32 %) низкий уровень проблемной озабоченности. Большей части современных мальчиков-подростков (60 %) характерен высокий уровень проблемной озабоченности, при этом у 40 % у мальчиков-подростков отмечается низкий уровень проблемной озабоченности.

Также сравнительный анализ показал, что верхние строчки в рейтинге проблем современных девочек подросткового возраста занимают проблемы, связанные со школой и с общением со сверстниками. Наиболее значимыми проблемами современных мальчиков-подростков являются проблемы, связанные со здоровьем и с развитием общества. Большей части мальчиков и девочек подросткового возраста свойственна проблемная озабоченность, они охвачены мыслями о своих проблемах, склонны к беспокойству и тревоге. При этом полученные данные позволяют говорить о наличии различий в содержании психологических проблем девочек и мальчиков и сходстве высокого уровня проблемной озабоченности современных девочек и мальчиков подросткового возраста.

Итак, полученные результаты показали, что наиболее проблемными являются такие области жизни современных подростков, как сфера собственного «я», общество, школа и сверстники. Причем наибольшую озабо-

ченность у девочек, находящихся на данном возрастном этапе, вызывают школьные проблемы и проблемы в общении со сверстниками, тогда как наибольшую озабоченность у мальчиков-подростков вызывают проблемы здоровья и развития общества.

### **К содержанию**

#### **Н. Н. КЛЮКА**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, канд. психол. наук, доцент

### **ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ И САМОРЕГУЛЯЦИЯ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ**

Актуальность исследования проблемы интернет-зависимости школьников определяется тем, что чрезмерное пристрастие к интернету разрушающе действует на психику современных подростков, задерживает развитие личности, разрушает психологическое благополучие, приводит к нарушению психического и физиологического здоровья. Интернет-зависимость деформирует деятельность процессов саморегуляции, что негативно сказывается как на поведении, так и на мотивации подростков. Нарушенная саморегуляция может также влиять на характер и не позволяет контролировать его проявления, препятствует достижению целей, связанных с направленностью личности. Все это приводит к появлению у современных подростков плохого самоконтроля и трудностей планирования своей деятельности.

Более того, у подростков с интернет-зависимым поведением и неадекватной саморегуляцией отмечается упрямство и склонность к депрессивным состояниям. Такие подростки часто переживают конфликты, тревожны и агрессивны. Эти качества способны препятствовать установлению удовлетворительных социальных связей, что нередко приводит к преступной деятельности. Неадекватная саморегуляция и интернет-зависимость могут указывать на слабые места характера и тем самым способны вызвать у подростков психогенные реакции, ведущие к нарушению норм поведения. И это серьезная причина, по которой психологическое изучение особенностей саморегуляции интернет-зависимых подростков является перспективной областью исследования.

Изучению проблемы саморегуляции посвящены труды ученых А. И. Алехина, М. Ф. Бакунович, В. П. Боярницева, Г. Ш. Гарбдеевой, А. О. Грицайя, Б. В. Зейгарник, А. А. Кацера, Г. С. Никифорова, Т. М. Панкратовой, И. Г. Шульца и др. Также изучение проблемы саморегуляции

подростков с интернет-зависимостью нашло отражение в трудах ученых А. Е. Войскунского, И. М. Захаровой, В. Л. Малыгина, А. Г. Тулегановой и многих других исследователей. Несмотря на это, особенности саморегуляции подростков с разным уровнем интернет-зависимости остаются еще недостаточно изученными в психологической науке.

Исследование проводилось в марте 2021 г. на базе ГУО «Средняя школа № 1 г. Каменца». Выборка была составлена из 60 подростков. Возраст респондентов составлял 13–15 лет. Методики исследования – тест «Исследование волевой саморегуляции» (А. В. Зверьков, Е. В. Эйдман), тест-опросник «Стиль саморегуляции поведения» (В. И. Моросанова), тест на интернет-зависимость (В. А. Лоскутова).

Сравнительный анализ результатов, полученных по всем использованным методикам в ходе проведенного исследования, подтвердил выдвинутое нами предположение о том, что проявления саморегуляции у подростков с высоким и средним уровнем интернет-зависимости будут отличаться от проявления саморегуляции у подростков с низким уровнем интернет-зависимости. У половины подростков с наличием высокого уровня интернет-зависимости отмечается низкий уровень саморегуляции, средний уровень настойчивости и средний уровень самообладания. У большей части подростков с наличием среднего уровня интернет-зависимости средний уровень волевой саморегуляции, фактически у половины подростков средний уровень настойчивости и фактически у большей части подростков средний уровень самообладания. Фактически у половины подростков с низким уровнем интернет-зависимости выражен высокий уровень волевой саморегуляции, высокий уровень настойчивости и средний уровень самообладания. Более того, у подростков с высоким и средним уровнем интернет-зависимости волевая саморегуляция значительно ниже, чем у подростков с низким уровнем интернет-зависимости.

Анализ результатов показал, что общий уровень саморегуляции у подростков с высоким и средним уровнями интернет-зависимости ниже, тогда как у подростков с низким уровнем интернет-зависимости общий уровень саморегуляции выше. Применение статистического метода Н-критерий Крускала – Уоллиса для методики исследования интернет-зависимости позволило выявить, что наличие значимых различий между подростками с высоким, средним и низким уровнями интернет-зависимости статистически значимо ( $h_{ЭМП} = 45,8$  при критическом  $\chi^2 = 9,2$  при  $p \leq 0,01$ ).

Применение статистического метода Н-критерий Крускала – Уоллиса для методики исследования волевой саморегуляции по шкалам «волевая саморегуляция» и «настойчивость» позволило выявить, что наличие значимых различий между подростками с высоким, средним и низким уровнями интернет-зависимости статистически значимо ( $h_{ЭМП} = 10,0$ ;  $h_{ЭМП} = 9,4$  при критическом  $\chi^2 = 9,2$  при  $p \leq 0,01$ ).

Применение статистического метода Н-критерий Крускала – Уоллиса для методики исследования волевой саморегуляции по шкале «самообладание» позволило выявить, что наличие значимых различий между подростками с высоким, средним и низким уровнями интернет-зависимости также статистически значимо ( $h_{Эмп} = 8,0$  при критическом  $\chi^2 = 6,0$  при  $p \leq 0,05$ ).

Применение статистического метода Н-критерий Крускала – Уоллиса для методики исследования стиля саморегуляции поведения по шкале «общий уровень саморегуляции» также позволило выявить, что наличие значимых различий между подростками с высоким, средним и низким уровнями интернет-зависимости также статистически значимо ( $h_{Эмп} = 6,5$  при критическом  $\chi^2 = 6,0$  при  $p \leq 0,05$ ).

Таким образом, результаты проведенного исследования убедительно показали, что у подростков с высоким и средним уровнями интернет-зависимости происходит снижение саморегуляции. Такие подростки с трудом овладевают новыми видами активности и неуверенно чувствуют себя в незнакомых ситуациях, их успехи в привычных видах деятельности абсолютно не стабильны, они не способны к самостоятельному выбору линии поведения, целеустремленному осуществлению тех или иных действий, принятию на себя ответственности за их результаты. Можно только предполагать, к чему в дальнейшем может привести низкая осознанность и устойчивость целей деятельности.

И в этой связи сегодня очевидна необходимость консультирования родителей специалистами и разработки психолого-педагогических рекомендаций по профилактике возникновения интернет-зависимости у подростков и развития навыков саморегуляции у подростков (например, комплекс мероприятий, направленный на формирование у подростков привычки к планированию своей деятельности, определенности и постоянству планов, самоорганизации учебной или другой деятельности, обеспечивающий развитие у подростков действенной установки на постановку жизненных целей, развитие воли и повышение саморегуляции и др.).

#### **К содержанию**

#### **А. С. КОЗАК**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. Л. Ящук, канд. психол. наук, доцент

#### **ОСОБЕННОСТИ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

По Д. Б. Эльконину и В. В. Давыдову, период юности личности определяется возрастом от 16–17 и до 24 лет. Также ученые выделяют два

этапа юности: раннюю (16–17 лет) и позднюю (18–24 лет), но мы предполагаем, что временная перспектива и самоотношение личности могут быть связаны не только с возрастом, но и с типом основной деятельности, которую реализует личность на определенном этапе юношеского возраста.

В юношеском возрасте в самосознании человека закрепляется однозначное восприятие фактора времени. В этом возрасте заметно ускоряется субъективная скорость течения времени. Изменение представлений о времени связано с умственным развитием. «Я» все больше опирается на прошлое устремление в будущее.

С возрастом (особенно это заметно в период между отрочеством и юношеством) в сознании человека происходят изменения в отношении будущего, в то время как подростки оценивают будущее с позиции настоящего. Подростки воспринимают время дискретно, для них оно ограничено прошлым и настоящим, а будущее кажется продолжением настоящего. В юности временные рамки расширяются, охватывая отдаленное прошлое и будущее (вглубь) и включая личные и социальные перспективы (вширь). Это является итогом перестройки юношеского сознания с внешнего контроля на внутренний самоконтроль, а также роста потребностей в достижениях.

Расширение временной перспективы означает сближение личного и исторического времени. Историческое время детьми и подростками воспринимается как нечто обезличенное, объективное.

Л. И. Божович при характеристике социальной ситуации развития в юношеском возрасте акцентирует внимание на том, что старшеклассник на пороге вступления в самостоятельную жизнь, когда обращенность в будущее становится основной направленностью личности и проблемы выбора профессии превращаются в «аффективный центр» жизненной ситуации, вокруг которой начинает вращаться вся деятельность.

Среди основных новообразований юношеского возраста большинство авторов называют жизненные планы и жизненную перспективу, само-refлексию, готовность к самоопределению, расширение сфер жизни, в которых участвует юноша (Л. Божович, Л. Выготский, В. Слободчиков, Н. Палагина, Е. Шпрангер).

Среди новообразований этого возраста отмечают также ощущение молодым человеком собственной индивидуальности, самоопределения в обществе, расширение круга общения, осознание своего предназначения в жизни, стабильный образ «я». Важным новообразованием когнитивных процессов юношей и девушек является способность к осмыслению окружающей реальности и пониманию индивидуального опыта с помощью смысловых символов, благодаря чему в ранней юности формируется такой признак образа мира, как символичность.

В своем исследовании И. Демина изучала субъективно оцениваемую вероятность жизненных целей на выборке старшеклассников. На основе полученных результатов она установила следующую иерархию субъективно достижимых жизненных целей в юношеском возрасте: получение профессии (27 %), окончание школы (24 %), создание семьи (14 %), поступление в вузы (11 %), хорошая работа (8 %).

В данной работе жизненная перспектива рассмотрена как образ будущего, сформированный установками и ожиданиями, который имеет основание в виде реальных жизненных достижений. Жизненная перспектива выстраивается в виде упорядоченного жизненного плана, содержание которого составляют жизненные задачи. Личностные ценности являются стойкими ориентациями личности, обеспечивающими преемственность будущего относительно настоящего. Исследование проблемы образа будущего в юношеском возрасте свидетельствует, что этот период является наиболее благоприятным для формирования жизненной перспективы личности. В юности образ «я» охватывает принадлежащее ему прошлое и устремляется в будущее.

### **К содержанию**

**Д. Г. КОНДРАТЮК**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Д. Э. Синюк, канд. психол. наук, доцент

### **ПРОЯВЛЕНИЯ ПРОКРАСТИНАЦИИ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК**

Феномен прокрастинации стал широко известен относительно недавно. В настоящее время имеется достаточное количество теорий прокрастинации, но ни одна из них не является единственно верной. Изучением прокрастинации в своих работах занимались такие исследователи, как Steel, Ellis, Knaus, Burka, Yuen, Я. И. Варвичева, В. С. Ковылин, Е. И. Сибирцева, О. С. Виндекер, М. В. Останина, Н. А. Чернышева, В. В. Барабанщикова и др.

Основная проблема прокрастинации заключается в ее негативном влиянии на жизнедеятельность человека. Оттягивание выполнения дел до последнего вызывает тревожность, беспокойство, повышенную нервозность, напряжение. К тому же страдает само качество выполнения работы. Современные исследования говорят, что каждый третий человек на планете сталкивается с проявлением данного феномена в своем поведении, и с каждым годом этот показатель растет. Для молодых людей, чья энер-

гичность и активность, целеустремленность и результативность деятельности обуславливает всю дальнейшую жизнь и от чего впоследствии зависит профессиональный и личностный рост, прокрастинация представляет собой проблемное явление, препятствующее достижению успехов в учебе, налаживанию личной жизни. Поэтому мы решили изучить проявления прокрастинации у современных юношей и девушек.

При проведении эмпирического исследования была использована шкала общей прокрастинации С. Лэй. В исследовании приняли участие 30 девушек и 30 юношей – студенты психолого-педагогического и исторического факультетов УО «БрГУ имени А. С. Пушкина».

Рассмотрим средние значения прокрастинации у юношей и девушек. Мы выяснили, что у девушек прокрастинация незначительно выше, чем у юношей: у девушек средние значения составляют 56,17, у юношей – 55,93. Далее охарактеризуем уровни прокрастинации у юношей и девушек. Низкий уровень прокрастинации был выявлен только у 3 % девушек и 6 % юношей, средний уровень прокрастинации характерен для 53 % опрошенных девушек и юношей, высокий уровень прокрастинации обнаружен у 43 % девушек и 40 % юношей.

Таким образом, мы выяснили, что как юноши, так и девушки зачастую намеренно и сознательно откладывают выполнение необходимых дел на потом, что негативно влияет на уровень их обучения и жизни в целом.

### **К содержанию**

#### **А. В. КОСИК**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – В. Ю. Москалюк, канд. психол. наук, доцент

### **ОСОБЕННОСТИ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНОГО ПРОФИЛЯ**

Одной из главных задач, стоящих перед высшей школой, считается полноценное раскрытие внутреннего потенциала студентов, способствующего их самоактуализации. В ходе обучения в вузе студенты должны не только получить необходимые для дальнейшей деятельности знания, умения и навыки, но и научиться ставить цели и достигать их, брать на себя ответственность, самореализоваться и самоорганизоваться в учебно-профессиональной деятельности.

Впервые в научный оборот термин «самоактуализация» ввел К. Гольдштейн. Основываясь на теории когнитивной реабилитации, он объяснял некоторые изменения, происходящие в поведении больных

людей с повреждениями мозга, используя понятия «самоактуализация» и «самореализация». При этом термин «самоактуализация» обозначал способность перестройки организма под воздействием травмы. Более детально проблема самоактуализации была изучена А. Маслоу и К. Роджерсом. В сформулированной А. Маслоу иерархической теории потребностей, которая представляет собой пирамиду, вершиной является потребность (стремление) в самоактуализации, которой каждый человек обладает с рождения. Это стремление ведет к раскрытию всех способностей и задатков человека, является наивысшей человеческой потребностью.

Е. Ф. Яценко, рассматривая самоактуализацию студентов, выделила три компонента в ее структуре: функционально-генетический (возрастно-половые особенности, задатки к конкретным видам деятельности, особенности реализации потребностей, уровень сформированности самосознания и специфика взаимодействия с людьми), личностно-деятельностный (наличие личностных качеств и особенностей, которые будут способствовать эффективному выполнению будущей профессиональной деятельности, а также уровень сформированности профессиональных компетенций) и ценностно-смысловой (ценностные ориентации, осмысленность жизни и т. д.).

Студенты гуманитарного профиля характеризуются особыми способностями мышления, а также набором определенных характеристик личности. Им присущи коммуникабельность, рефлексия и креативность, высокий уровень развития воображения, социальная адаптация и готовность к саморазвитию. В этой связи изучение самоактуализации студентов данного профиля видится актуальным, так как в настоящее время активно изучается самоактуализация в профессиональной сфере, а также рассматриваются возрастные ее особенности. Однако с появлением разнообразных теорий и подходов рассмотрения данной проблемы она все еще считается недостаточно исследованной.

### **К содержанию**

**М. В. КРЕЙДИЧ, Е. В. ВИКТОРЕНКО**

Брест, СШ № 9 г. Бреста

### **СТИЛИ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ И БЛАГОПОЛУЧИЕ РЕБЕНКА В СЕМЬЕ**

В современной педагогике и психологии многими авторами разделяется точка зрения на семью как важный фактор развития и социализации ребенка. Однако субъектами семейной системы выступают не только родители, но и их дети, бабушки и дедушки, ближайшее социальное окру-



жение ребенка. Ряд авторов (А. Н. Сизанов, И. А. Фурманов и др.) указывают на важность роли родителей и их стиля семейного воспитания, которые могут провоцировать развитие агрессивности и нарушений социализации ребенка или, наоборот, способствовать гармоничному и полноценному развитию ребенка и успешной его социализации в обществе.

Стиль семейного воспитания – это определенная предпочитаемая родителями система воспитательного воздействия на собственных детей. Поведение родителей может сильно варьироваться в зависимости от выбранного стиля (от жестких рамок и границ до абсолютной незаинтересованности в жизни детей). Также дети в семье могут быть свободными и приученными к диалогу, обсуждению спорных вопросов с родителями, или, наоборот, к беспрекословному подчинению взрослым и замалчиванию проблем, или к равнодушию со стороны взрослых и полному безразличию их к проблемам и жизни маленьких членов семьи.

Следует отметить, что от отношения родителей к детям во многом зависит и степень благополучия взаимоотношений ребенка со взрослыми в семье. В поведении детей и их эмоциях, действиях и высказываниях, подобно зеркалу, может отражаться вся палитра отношений и воспитательных воздействий в семье.

С целью определения стиля воспитания и степени благополучия отношений детей с родителями нами было проведено исследование. Было опрошено 10 семей, из которых 20 родителей и 40 детей. Методики – тест «Стратегия семейного воспитания» (И. М. Марковская), анкета для родителей «Степень благополучия взаимоотношений родителя с ребенком» (А. Ю. Рудакова).

Полученные результаты: у 60 % родителей преобладает авторитарный стиль воспитания, который проявляется в беспринципности и непреклонности требований к ребенку без учета его интересов и состояний. У 15 % родителей наблюдается авторитетный (гуманистический) стиль воспитания, когда они осознают важность развития личности ребенка и его определенной свободы, также установления с ним контакта, диалога. У 25 % родителей выявлен индифферентный стиль воспитания, который выражается в том, что ребенок неинтересен родителям и предоставлен самому себе, в отсутствии поддержки ребенку и заботы со стороны родителей.

Что касается степени благополучия взаимоотношений ребенка с родителями, то здесь получены такие результаты: у 20 % родителей благополучные взаимоотношения с детьми, которые построены на взаимном уважении, взаимном интересе и доверии. У 55 % родителей выявлены проблемы в отношениях с детьми, таким взрослым необходимо проявлять внимание к детям, вместе проводить свободное время, интересоваться их делами и увлечениями. У 25 % опрошенных родителей выявлено отсут-

ствие постоянных отношений с детьми, недостаток общения и внимания к ним. В связи с этим проблемы взаимоотношения в семье, обеспечения благополучия детей в семье остаются по-прежнему актуальными и требуют дальнейшего изучения.

### **К содержанию**

**А. В. ЛЕСЬКО, В. А. ГАЛАХ**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, канд. психол. наук, доцент

### **СПОСОБНОСТЬ СТУДЕНТОВ К САМОПОЗНАНИЮ**

Самопознание – это воспроизведение и понимание того, что мы сделали, как мы это сделали и почему мы это сделали, как мы относились к другим и как они относились к нам и почему. Другими словами, самопознание можно понимать как процесс познания себя, своих свойств, характеристик, качеств, черт характера, своих отношений с другими людьми. Согласно В. Г. Маралову, с помощью самопознания человек может рационально и иррационально, зачастую неосознанно понять свое поведение во внешнем мире и жизнь в мире внутреннем.

Развитие самопознания позволяет человеку познать свой внутренний мир и испытать внутренние состояния, мотивы, цели, ценности, понять их и определенным образом относиться к себе. Самопознание приводит к новым знаниям. В гуманистической психологии самопознание признается необходимым условием саморазвития личности, ее самореализации, т. е. способность стать тем, чем он может стать, а не тем, что ему навязывают другие, социальное окружение.

Навыки самопознания человека положительно влияют на развитие его самосознания и самооценки. Процесс самопознания играет важную роль в выборе профессиональной деятельности, поэтому особенно важно, чтобы у студентов было не только желание познать себя, но и понимание того, что такое процесс самопознания. Для того чтобы узнать, способны ли обучающиеся вуза к самопознанию, нами был проведен опрос студентов физико-математического факультета БрГУ имени А. С. Пушкина. В нем приняли участие 60 студентов разных курсов. Им был предложен опросник на изучение способности к самопознанию «Что значит познать себя?» (А. И. Красило). Отвечая на вопросы, большинство студентов предпочитали вариант ответов «б» – 36 студентов (60 %); у 18 студентов преобладал вариант ответов «а» (30 %), вариант ответов «в» выбрали 6 студентов (10 %), вариант «г» не был выбран респондентами.

После обработки результатов и согласно ключу методики можно сделать следующие выводы:

1) студенты, давшие больше ответов «б», способны систематически работать над самопознанием, которое они могут успешно совмещать с практической работой. Они профессиональные преподаватели или имеют склонность к преподаванию. Эти люди достаточно зрелые и ответственные, они стараются смотреть на свою жизнь и все, что с ними происходит;

2) студенты, которые дали больше ответов «а», скорее всего, чувствуют себя человеком, у которого еще все впереди. В этом случае нужно использовать свои сильные стороны – оптимизм и непосредственность восприятия – для углубления самопознания, тогда вы добьетесь успеха;

3) студенты, которые дали больше ответов на «в», как правило, изучают психологию и вынуждены совмещать самопознание, которое постоянно занимает большую часть их свободного времени, с работой и обучением по другой специальности. Лучше серьезно заняться психологией и профессионально изучить волнующие вас проблемы.

Таким образом, исходя из полученных результатов проведенного исследования, видно, что 60 % студентов не только склонны к самопознанию, но еще и, возможно, верно выбрали род будущей профессиональной деятельности.

### **К содержанию**

#### **О. А. ЛОЙКО**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. И. Медведская, канд. психол. наук, доцент

### **РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ УЧАЩИХСЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ИНТЕРЕСАМ**

Проблема развития творческих способностей, как наиболее ценных человеческих качеств, на протяжении многих десятилетий интересует представителей разных наук. Однако в современных условиях все большей стандартизации содержания и методов образования педагог имеет недостаточно возможностей для их проявления у учащихся. Существенно более широкий спектр таких развивающих возможностей присутствует на занятиях по интересам.

Нами было проведено исследование по развитию творческого воображения детей 7–12 лет во внеурочной деятельности в ГУО «Перковичская средняя общеобразовательная школа» в рамках кружка по интересам «Волшебный клубочек» (вязание и вышивка). Исследование представляло

собой формирующий эксперимент, в котором принимали участие 48 учащихся в возрасте от 7 до 12 лет – по 24 ребенка в контрольной и в экспериментальной группах. Участники последней посещали занятия по интересам в течение двух месяцев (16 занятий). Оценка творческих способностей детей осуществлялась посредством методики Е. Е. Туник.

Анализ результатов контрольной группы на констатирующем и контрольном этапах не выявил у них каких-либо сдвигов в уровне выраженности творческих способностей. Данные экспериментальной группы представлены в таблице.

Таблица – Результаты констатирующего и контрольного замеров творческих способностей в экспериментальной группе (в %)

Уровень выраженности	Констатирующий этап	Контрольный этап	φ-критерий Фишера
Низкий	29	21	0,641
Средний	58	50	0,554
Высокий	13	29	0,3

Данные таблицы демонстрируют, что рост творческих способностей у участников экспериментальной группы присутствует на уровне тенденций. Статистически значимые различия не выявлены, что можно объяснить небольшой по объему выборкой участников, а также относительной непродолжительностью проведенного формирующего эксперимента.

#### **К содержанию**

**Д. А. ЛОКУН**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – В. Ю. Москалюк, канд. психол. наук, доцент

### **ПРОБЛЕМА ОДИНОЧЕСТВА ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК – АКТИВНЫХ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ**

В современном мире люди все чаще испытывают чувство одиночества, но каждый человек переживает его по-разному. Современный человек все больше и больше закрывается в свою «скорлупу», даже ведя активную социальную жизнь и интенсивно взаимодействуя с другими людьми, при этом его контакты большей частью становятся вынужденными и поверхностными.

Интерес к изучению одиночества связан с отсутствием четкого понимания причин его возникновения у субъекта. Это чувство знакомо

каждому, воспринимается вполне естественно. Но иногда оно принимает хроническую форму, перерастая в тяжелое, длительное, деструктивное состояние, с которым человек пытается справиться порой очень радикальными способами.

Чувство одиночества – это переживание личности, которое обусловлено конкретными особенностями социальной ситуации развития и индивидуально-возрастными особенностями человека. Большинство тех, кто исследовал одиночество (О. В. Данчева, О. Н. Кузнецов, В. И. Лебедев, А. Маслоу, К. Мустакас, Ю. М. Швалб, И. Ялом, Дж. Янг), выделяют общее свойство, присущее данному переживанию: индивид испытывает изолированность.

Неоднозначным является вопрос, как же все-таки социальные сети влияют на общение в юности. С одной стороны, становится легче поддерживать отношения, расширяются возможности знакомства, поиска друзей, старых знакомых, а иногда и поиска работы. С другой стороны, электронная коммуникация порождает ряд проблем: отрыв от реальности, от общения с близкими людьми. Человек буквально «зависает» в социальных сетях, все свое свободное время проводит в интернете, забывая об учебе, работе, важных делах. «Живое общение» заменяется виртуальным. Юноши и девушки растрачивают свою эмоциональную энергию на общение с людьми, часть из которых они никогда и в глаза не видели.

Создавая аккаунт и ожидая найти единомышленников, друзей или получить помощь, человек не всегда гарантированно сможет достичь желаемого результата. Анонимность пользователя, помогающая ему скрывать истинные желания и намерения, мешает найти среди миллионов участников сети или группы, в которой он состоит, человека, с которым он смог бы поделиться своими истинными проблемами, попросить о помощи и получить ее. Анонимность предполагает возможность обмана, искажения правды, поэтому не каждый пользователь откликнется на призыв. Американские исследователи У. Снетдер и Т. Джонсон в своих психологических исследованиях отмечали, что одиночество становится всепроникающим явлением в обществе. Несмотря на все развитые, постоянно совершенствующиеся, новые возможности общения, человеку этого все равно может оказаться недостаточно, чтобы не попасть под угрозу поглощения одиночеством.

### **К содержанию**

**И. С. ЛОПАТА**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. А. Гузюк, старший преподаватель

**ОСОБЕННОСТИ ВЫБОРА КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ  
У ВОЕННОСЛУЖАЩИХ СРОЧНОЙ СЛУЖБЫ**

Для прохождения действительной военной службы призывается самый здоровый контингент молодых людей Республики Беларусь. Это предполагает несение службы не только в обычных, но и в экстремальных условиях жизнедеятельности. Современное представление о психологических и социально-психологических последствиях экстремального воздействия на военнослужащих срочной службы традиционно рассматривается в двух направлениях: во-первых, с точки зрения их влияния на эффективность боевой деятельности; во-вторых, с точки зрения сохранения психически здоровых солдат.

Экстремальный характер деятельности военнослужащих срочной службы, связанный с условиями повышенного риска, нервно-психической нагрузкой, обуславливает посттравматические стрессовые расстройства (ПТСР), деформацию личности в виде агрессивности, обеднения эмоциональной сферы, смещения мотивационных и морально-нравственных ценностей. В деятельности военнослужащих срочной службы возникают два типа условий, с высокой вероятностью вызывающих различные формы психической дезадаптации: напряженная деятельность, в которой опасность представлена как потенциально возможное событие, и инциденты, при которых военнослужащие сталкиваются с реальной опасностью для собственной жизни, здоровья, а также с угрозой жизни, здоровью, благополучию окружающих.

Состояния, возникающие под действием экстремальных факторов, помимо угрозы здоровью и жизни военнослужащего, существенным образом снижают успешность и качество выполнения деятельности, увеличивают уровень психофизиологической «цены» деятельности, а также часто имеют целый ряд неприятных социально-психологических последствий, например дезадаптацию личности, деформацию ее психологических качеств.

Комплекс проблем военнослужащих срочной службы обусловлен возложенными на них обязанностями по вооруженной защите государства, связанными с необходимостью выполнения задач в любых поставленных условиях, в том числе с имеющими риск для жизни. Это описывает своеобразие той социально-ролевой системы, в которой они действуют. Особую роль в жизни молодых призывников играет способ адаптации к усло-

виям службы. Очень важно вырабатывать у военнослужащих такое поведение, которое поспособствует совладанию с трудными ситуациями. Таким образом, актуальность исследования обусловлена необходимостью изучения особенностей тех или иных выбираемых копинг-стратегий и их влияния на личность у военнослужащих срочной службы.

Теоретический обзор проблемы копинг-стратегий и совладающего поведения помог выявить две группы проблем. Во-первых, совладающее поведение – это целенаправленное действие, особый вид социального поведения человека, призванный обеспечить изоляцию негативного влияния испытываемых переживаний вследствие воздействия стрессоров из внешней среды, сохраняя здоровье и благополучие личности человека. Во-вторых, природа и действие совладающего поведения лежат в использовании защитных механизмов иного рода, осознаваемых индивидом и создаваемых на основе ценностных ориентаций и личностных представлений об окружающем его мире.

В соответствии с выявленными проблемами эмпирическое исследование включало в себя диагностику преобладающих способов совладающего поведения и наиболее выраженных механизмов психологической защиты. Для диагностики психического состояния респондентов и способов совладающего поведения были использованы следующие психодиагностические методики: тест-опросник механизмов психологической защиты «Индекс жизненного стиля» (адаптация Е. С. Романова), тест-опросник «Способы совладающего поведения» (адаптация Т. Л. Крюкова).

Рассмотрев копинг-поведение как устойчивый репертуар преодоления стресса, который формируется и закрепляется в процессе жизни, мы предположили, что должны существовать различия в предпочитаемом совладающем поведении при различных сроках службы в армии.

В ходе эмпирического исследования нами определено, что респонденты первой группы предпочитают такие копинг-механизмы, как поиск социальной поддержки и конфронтационный копинг, так как военная служба является стрессующим психику фактором. Еще одной предпочитаемой в выборе стратегией является бегство-избегание. Такие военнослужащие стараются избежать контакта с окружающими, уйти от решения проблемы, не используя имеющиеся личностные ресурсы. Не хотят принимать ответственности за свой выбор и свои поступки. Особенности респондентов первой группы выражены в выборе механизмов вытеснения и отрицания, так как все факторы, вызывающие тревогу и беспокойство, вытесняются в область бессознательного или характеризуются отказом в осознанном восприятии (рисунок 1, 2).

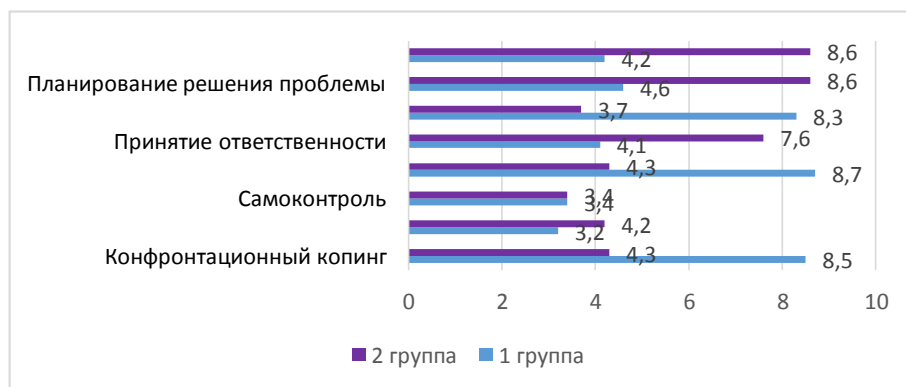


Рисунок 1 – Сравнительная характеристика результатов преобладающих способов совладающего поведения респондентов обеих групп (в баллах)

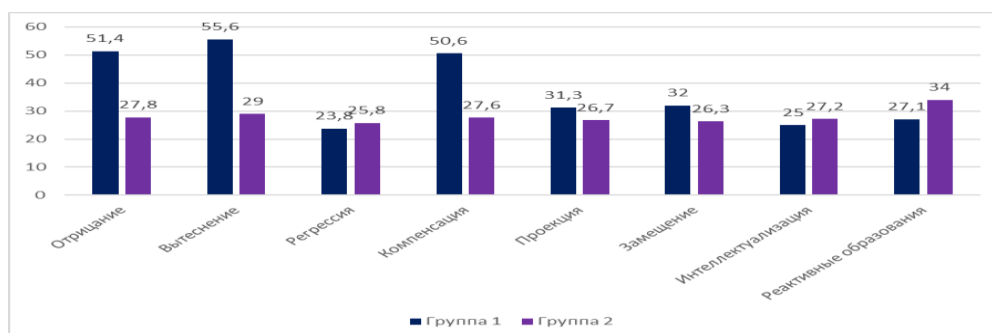


Рисунок 2 – Сравнительная характеристика результатов выраженности механизмов психологической защиты у респондентов обеих групп

В результате применения U-критерия Манна – Уитни нами доказано, что в группах респондентов двух выборок существуют достоверные (при  $p \leq 0,01$ ) различия по следующим параметрам: конфронтационный копинг, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, бегство-избегание, планирование решения проблемы, положительная переоценка. Респонденты первой группы склонны думать, что успехи и неудачи зависят от внешних факторов, и уклоняются от самостоятельного решения проблем. Им сложно принимать на себя ответственность за изменения качества жизни. Они находятся в состоянии необходимости постоянной поддержки от окружающих.

Проведенное исследование показало, что военнослужащие первого и второго года службы отличаются выраженностью компенсаторных механизмов защиты. Военнослужащие первого года жизни склонны выбирать менее конструктивные стратегии совладания в трудных ситуациях и вытеснять в область бессознательного травмирующие психику события.

**К содержанию**



**А. И. ЛЯЩУК**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Д. Э. Синюк, канд. психол. наук, доцент

## **ПОСЛЕДСТВИЯ НЕСФОРМИРОВАННОСТИ ЦЕЛЕПОЛАГАНИЯ У СТУДЕНТОВ**

Целеполагание рассматривается в психологии как процесс постановки целей и организации собственной активности по достижению этих целей. Мы провели исследование, направленное на определение особенностей целеполагания у студентов 1–2 курсов УО «БрГУ имени А. С. Пушкина», и выяснили, что лишь у десятой части опрошенных сформированы навыки целеполагания (эти студенты характеризуются сочетанием высокого и среднего уровней сформированности умений ставить цели, планировать и добиваться их). У 73 % респондентов целеполагание сформировано лишь частично. При этом у 17 % студентов навыки целеполагания не сформированы. Следовательно, мы обнаружили, что большинство студентов, участвующих в настоящем исследовании, испытывают затруднения при постановке целей и самоорганизации при их достижении.

Отсутствие навыка целеполагания, на наш взгляд, может привести к формированию у молодых людей позиции выученной беспомощности. Впервые беспомощность как психологический феномен описал З. Фрейд. Концепция выученной беспомощности была предложена в начале 70-х гг. XX в. американским психофизиологом М. Селигманом. Основными вариантами поведения при беспомощности являются: псевдоактивность; отказ от деятельности; ступор; перебор стереотипных действий в попытке найти одно действие, адекватное ситуации, при постоянном напряженном контроле результатов; деструктивное поведение; смещение на псевдоцель.

Выученная беспомощность – это очень сложный многослойный феномен. Независимо от того, какую «маску» на себя надевает беспомощность и в какой форме она выражается, есть некоторые направления, опорные точки, с которыми необходимо работать, чтобы выйти из этого состояния. К ним относятся: признание наличия проблемы и обращение за необходимой помощью; преодоление эмоционально тяжелого состояния; активизация желаний и потребностей; повышение самооценки; осознание своих прав; осознание имеющегося ресурса (собственных возможностей); актуализация опыта побед и преодолений трудностей; формирование позитивного прогноза; постановка целей и принятие на себя ответственности за их достижение; создание новой стратегии преодоления препятствий и разработка пошагового поведения достижения поставленных целей; реа-

лизация конкретных шагов в жизни; обращение за необходимой помощью и поддержкой в преодолении возникающих трудностей.

### **К содержанию**

#### **К. МАМЕДОВА**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, канд. психол. наук, доцент

### **ДОСУГ ТУРКМЕНСКИХ СТУДЕНТОВ**

Второй год, как люди начали беспокоиться о здоровье своем и близких. Covid-19 уже повлиял на образ жизни студентов: студенты стали чаще мыть руки, пользоваться антисептиками и перестали посещать большие мероприятия, отложили или отменили поездки/путешествие, стали использовать маски в общественных местах, чаще заказывать товары онлайн. Иностранцы студенты не могут возвращаться домой, несмотря на то что в Беларуси открыты дороги. Конечно же, все верят, что вирус закончится и все будет хорошо.

Основная часть жизни студента состоит из учебы, но в ней присутствуют и другие аспекты: развлечения, хобби, саморазвитие, полезная деятельность. Большинство учащихся университетов жалуются на нехватку времени, что связано с неправильным его распределением. Если в школьные годы не удалось сформировать навык соблюдения режима дня, то стоит почитать книги и запоминать по тайм-менеджменту. Личная продуктивность заметно возрастет, а опыт самоорганизации пригодится для будущей профессиональной деятельности.

Большая часть дня учащихся уходит на написание курсовых, эссе или подготовку к экзаменам. Самые загруженные учебной работой студенты – это студенты первого и второго курсов. Адаптационный период отнимает все силы и время. Первые несколько месяцев обучения направлены на то, чтобы зарекомендовать себя с наилучшей стороны и успешно сдать сессию. В связи с этим студентам первого и второго курсов лучше тратить свободное время на изучение учебников.

В свободное время студенты занимаются спортом, йогой, слушают музыку, отдыхают, читают книги, играют в компьютерные игры. Студенческая жизнь насыщена событиями до предела, поэтому важно уметь правильно отдыхать и учиться, с пользой для ума и тела.

Несмотря на трудности и Covid-19, необходимо продолжать жить и учиться, беречь себя и окружающий мир, природу.

### **К содержанию**

**А. А. МИРОНЮК**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. Л. Ящук, канд. психол. наук, доцент

## **УРОВЕНЬ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ**

Особую актуальность проблема повышения стрессоустойчивости приобретает в связи с социальной, экономической, политической и практической значимостью обеспечения должного уровня стрессоустойчивости в общественно необходимых видах деятельности. Причина пристального внимания к проблеме стрессоустойчивости связана с особенностями перехода к информационному обществу, ростом научно-технического прогресса, повышением конкуренции и требований к профессиональной деятельности.

Анализ литературы по проблеме показал, что к настоящему времени накоплено значительное количество результатов многоплановых исследований, однако многие авторы отмечают сложность и противоречивость данного психологического феномена. Исследователи связывают стрессоустойчивость со способностью быть эмоционально стабильным или психически устойчивым (К. К. Платонов, А. Г. Маклаков, Я. Рейковский, Н. Д. Левитов), с сопротивляемостью, с творческим поведением (К. Роджерс, А. Маслоу, Г. Олпорт) и др. Нет единого понимания содержания стрессоустойчивости, следовательно, нет единого определения этого понятия.

В работе психолога проблема преодоления стресса – одна из ключевых: необходимо быть способным самостоятельно находить оптимальные приемы и стратегии выхода из травмирующих ситуаций, а также готовым работать со стрессом в процессе консультирования. В. А. Бодров пишет, что стрессоустойчивость есть свойство личности, способствующее высокой продуктивности деятельности в экстремальном пространстве.

Исследование, в котором принимали участие 36 студентов УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина», при помощи теста самооценки стрессоустойчивости С. Коухена и Г. Виллиансона, теста на учебный стресс Ю. В. Щербатых показало, что различия уровня признака в сравниваемых группах статистически не значимы (U-критерий Манна – Уитни).

На основе вышеописанного можно предположить, что уровень стрессоустойчивости у студентов не зависит от того, на какой специальности они обучаются.

**К содержанию**

**А. М. МИЩУК**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, канд. психол. наук, доцент

**ПРОЯВЛЕНИЯ ЭМПАТИИ У СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ  
РАЗНОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

Важность и актуальность изучения эмпатии состоит в том, что она является профессионально необходимым качеством будущего психолога, специалиста по работе с внутренним миром другого человека. Согласно К. Роджерсу, эмпатия означает войти во внутренний мир другого человека, но помня, что это другой человек, а не «я».

В исследовании принимали участие 16 студентов 1-го курса (50 % выборки) и 16 студентов 3-го курса (50 % выборки), обучающиеся в Брестском государственном университете имени А. С. Пушкина на психолого-педагогического факультете по специальности «Психология». В качестве методики использовался тест «Диагностика уровня эмпатии» (И. М. Юсупов). Полученные результаты показали следующую картину.

1. Высокие показатели проявления эмпатии по таким каналам, как «эмпатия с родителями» (19,6 % – 3-й курс и 18,6 % 1-й курс) и «эмпатия с незнакомыми или малознакомыми людьми» (19,3 % у 3-го курса и 18,9 % у 1-го курса), могут свидетельствовать о том, что большая часть студентов проживает с родителями, а также зависит от них эмоционально и финансово. Высокие данные по каналу эмпатии к незнакомым или малознакомым людям свидетельствуют о том, что эта категория студентов легко входит в контакт с незнакомыми людьми, умеет слушать, слышать и сопереживать. Эти умения в дальнейшем будут влиять на качество учебы и работы.

2. Высокие показатели по каналу эмпатии к детям у 3-го курса (15,3 %) и низкий показатель у 1-го курса (13,6 %) указывают на то, что часть студентов-психологов чаще встречаются и взаимодействуют с данной возрастной категорией.

3. Выявлены невысокие результаты у 1-го (15,7 %) и 3-го курсов (15,4 %) по каналу эмпатии к людям преклонного возраста. Это можно объяснить тем, что студенты тесно не взаимодействуют с данной возрастной группой, а находятся в окружении сверстников и имеют свой возрастной круг общения.

4. Проявление очень высокого и высокого уровня эмпатии на 3-м курсе составило 43,75 %, что говорит о достаточно высоком потенциале эмпатии у студентов, который позволит им в будущем реализовать себя в профессиональной деятельности. На 1-м курсе данный показатель составил 18,75 %. Можно предположить, что данный показатель будет повышаться у студентов по мере их обучения.

5. Проявление среднего уровня эмпатии выявлено у большинства респондентов. На 1-м курсе данный показатель составил 81,25 % и на 3-м 56,25 %, что может быть обусловлено различными причинами, в том числе возрастными особенностями, особенностями эмоционального развития и др.

6. Низкий и очень низкий уровни эмпатии у студентов-психологов не были обнаружены, что, возможно, позитивно скажется в дальнейшем на процессе профессионального становления студентов в ходе их обучения.

Для оценки достоверности различий уровней эмпатии по методике И. М. Юсупова был использован Q-критерий Розенбаума. В данном варианте использования критерия сравнивались общие баллы испытуемых в одной выборке, характеризующихся особенностью уровня эмпатии, с баллами испытуемых, характеризующихся той же особенностью. Выявлены значимые различия в проявлении эмпатии у студентов разного года обучения (курсов) ( $Q_{кр} = 5$ , при  $p \leq 0,01$ ).

Таким образом, полученные результаты позволяют сделать вывод, что уровень эмпатии у студентов 3-го курса выше, чем у студентов 1-го курса. Эта может говорить о том, что студенты-психологи, обучающиеся на 3-м курсе, имеют больше теоретических и практических знаний и умений в области эмпатии и ее проявлений, а также вероятно высоко оценивают необходимость развития у себя этого качества для реализации в будущей профессиональной деятельности.

### **К содержанию**

**Ю. А. НАУМОВА**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Н. В. Былинская, канд. психол. наук, доцент

### **ОСОБЕННОСТИ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ У АРТИСТОВ ТАНЦЕВАЛЬНОГО ЖАНРА**

Представление о том, что осмысленная жизнь есть залог духовного равновесия, душевного благополучия в широком смысле слова, а отсутствие смысла жизни приводит к формированию особого типа заболевания ноогенного невроза, благодаря работам В. Франкла, прочно укоренилось в современной психологии и породило многочисленные и многоаспектные исследования, в которых основное внимание уделяется связи наличия или отсутствия смысла жизни с различными аспектами человеческой жизнедеятельности в различные возрастные периоды.

Особый научный интерес представляет изучение смысложизненных ориентаций представителей разных профессий. Каждой профессиональной группе присущ свой смысл деятельности, своя система ценностей, которые

определяются прежде всего направленностью деятельности на объект труда. В этой связи особый интерес представляют творческие профессии, в которых трудовая деятельность обусловлена наличием развитой креативной направленности, гуманистическими принципами по отношению к своему объекту.

Целью настоящего исследования являлось выявление особенностей смысложизненных ориентаций у артистов танцевального жанра. Выборку исследования составили 100 респондентов в возрасте 20–45 лет: из них 50 молодых танцоров в возрасте 20–25 лет и 50 танцоров в возрасте 40–45 лет. В качестве диагностического инструментария были использованы методика смысложизненных ориентаций (СЖО, Д. А. Леонтьев), методика изучения смысложизненных ориентаций П. Иберсола.

В ходе эмпирического исследования смысложизненных ориентаций артистов танцевального жанра разного возраста – 20–25 лет и 40–45 лет – было установлено, что у артистов танцевального жанра независимо от возраста доминирует позитивное отношение к собственной жизни. Однако в старшем возрасте большую актуальность приобретает поиск смысла жизни, а в более молодом возрасте – постановка целей жизни. Для артистов танцевального жанра 20–25 лет характерны наличие целей в будущем, придающих жизни направленность и осмысленность, четкая временная перспектива. Артистам танцевального жанра 40–45 лет присуща более высокая удовлетворенность своей жизнью в настоящем, чем их более молодым коллегам. Среди полученных данных по шкале «управляемость жизни» большая часть испытуемых 40–45 лет убеждены в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь. Данная категория полагает, что жизнь в их руках и они сами способны ею управлять. Фатализм, убежденность в том, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю, что свобода выбора иллюзорна и бессмысленно что-либо загадывать на будущее, характерна для испытуемых 20–25 лет. По общему показателю образа жизни большинство испытуемых (90 %) видят свою жизнь осмысленной и целенаправленной. Низкие результаты по данному показателю получили 10 % молодых артистов 20–25 лет. В результате изучения эмпирической типологии смыслов жизни у артистов танцевального жанра установлено, что наиболее значимыми источниками являются семья и учеба (работа); менее количественно выраженными, но столь же устойчивыми и инвариантными выступают смыслы роста (саморазвития), служения людям. Смыслы жизни, связанные с гедонистическими основаниями, обнаруживают больший разброс как в количественных показателях, так и в содержательных определениях (обобщенная категория личного благополучия), однако процесс жизни как источник смысла выделяется весьма отчетливо.

**К содержанию**

**Х. М. НОВИК, А. А. ГЕЦ**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. Е. Марченко, канд. психол. наук

## **ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЧАТ-БОТОВ В ОКАЗАНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ**

В условиях пандемии Covid-19, с одной стороны, возрос спрос на психологическую помощь, а с другой – предъявлены новые условия: социальная самоизоляция, соблюдение дистанции. Все это привело к повышению заинтересованности пользователей в приложениях, ориентированных на оказание психологической помощи. Среди множества существующих программ отдельный интерес представляют чат-боты.

Чат-боты могут использовать искусственный интеллект (ИИ) для выявления потенциальных моделей общения. Благодаря анализу поступающего от пользователей контента, такие приложения способны моделировать «реальные» разговоры, реагируя на устные и (или) письменные запросы. В некотором смысле после каждого диалога с пользователем они становятся «умнее». Помимо чат-ботов с ИИ, есть программы, которые работают на основе заранее прописанных алгоритмов. Данные варианты характеризуются большей механистичностью. В любом случае чат-боты представляют собой диалог программы и клиента, максимально моделирующий форму переписки/общения с реальным человеком.

Особый интерес представляет чат-бот «Moodmate: тренер по настроению» в приложении Telegram, созданный командой белорусских разработчиков (основатель краудфандинговой платформы Talaka.by и медиаплатформы «Имена» Е. Клишевич, психолог и коуч О. Турцевич и разработчик Google Ян Бабицкий). В качестве экспертов выступили такие известные персоны, как врач А. Беловешкин и бизнес-ментор А. Сорокоумов.

Ежедневно пользователи, которые подписаны на канал Moodmate, получают задания, выполнение которых занимает всего несколько минут. Чат-бот предлагает описание ситуации, в которой необходимо выбрать планируемую стратегию поведения. В зависимости от того, какой вариант выбирает пользователь, бот дает обратную связь, характеризуя меру конструктивности выбранного поведения, и предлагает выполнить определенные задания-упражнения, направленные на тренировку позитивного мышления, эмоциональную саморегуляцию и т. д.

В перспективах разработчиков – создать тематические задания, например: как оставаться в хорошем настроении во время новогодней суматохи, как сохранить эмоциональное благополучие в кризисной ситуации.

Несмотря на все достоинства представленного приложения, следует помнить, что чат-бот является лишь вспомогательным средством, а не полноценной заменой квалифицированной психологической помощи.

### **К содержанию**

**Д. В. ПАХАЧУК**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Н. В. Былинская, канд. психол. наук, доцент

## **ПРОЯВЛЕНИЕ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ ХИРУРГИЧЕСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ**

Актуальность исследования синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников обусловлена возрастающими требованиями со стороны общества к личности медицинских работников, социальной значимостью профессии, так как на медицинского работника ложится большая ответственность за физическое здоровье пациента, доверившего ему свою жизнь, психическое здоровье и социально-психологическую адаптацию пациента. Медицинские работники, страдающие от синдрома выгорания, часто переживают стрессы, конфликты, имеют плохой характер. Синдром эмоционального выгорания негативно сказывается на выполнении трудовой деятельности и отношениях с пациентами, приводит к эмоциональной и личностной отстраненности, неудовлетворенности собой, тревоге, депрессии, апатии, вызывает всевозможные психосоматические нарушения и неадекватное эмоциональное реагирование. И это серьезная причина, по которой изучение синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников является перспективной областью исследования.

Целью исследования выступает выявление синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников. Выборку составили 60 медицинских работников отделений хирургического отделения учреждения здравоохранения «Брестская областная клиническая больница». Исследование осуществлялось посредством методики «Диагностика уровня эмоционального выгорания» (В. В. Бойко).

Результаты исследования показали, что у пятой части медицинских работников (20 %) отмечается сложившийся симптом «переживания обстоятельств». Данный симптом проявляется у медицинских работников усиливающимся осознанием психотравмирующих факторов профессиональной деятельности, которые трудно или вовсе неустранимы. Раздражение у медицинских работников постепенно растет, накапливается отчаяние



и негодование, неразрешимость ситуации приводит к развитию у медицинских работников прочих явлений «выгорания».

У незначительного количества медицинских работников (10 %) выявлен сложившийся симптом «неудовлетворенности собой». В результате неудач или неспособности повлиять на психотравмирующие обстоятельства медицинские работники обычно испытывают недовольство собой, избранной профессией, занимаемой должностью, конкретными обязанностями. В этом случае действует механизм «эмоционального переноса» – энергетика направляется не только и не столько вовне, сколько на себя, возникает замкнутый энергетический контур «я и обстоятельства», впечатления от внешних факторов деятельности постоянно травмируют личность и побуждают ее вновь и вновь переживать психотравмирующие элементы профессиональной деятельности. В этой схеме особое значение имеют внутренние факторы, способствующие появлению у медицинских работников эмоционального выгорания: интенсивная интериоризация обязанностей, роли, повышенная совесть и чувство ответственности. На начальных этапах «выгорания» медицинские работники нагнетают напряжение, а на последующих провоцируют психологическую защиту.

У незначительного количества медицинских работников (10 %) обнаружен сложившийся симптом «расширения сферы экономии эмоций». Такое доказательство эмоционального выгорания имеет место тогда, когда данная форма защиты осуществляется вне профессиональной области – в общении с родными, друзьями и знакомыми. На работе медицинские работники до того устают от контактов, разговоров, ответов на вопросы, что им не хочется общаться даже с близкими людьми, часто именно домашние становятся первой «жертвой» эмоционального выгорания. На службе медицинские работники еще держатся соответственно нормативам и обязанностям, а дома замыкаются или готовы проявить гнев по отношению к близким людям.

У незначительного количества медицинских работников (10 %) зафиксирован сложившийся симптом «редукции профессиональных обязанностей». Редукция проявляется у медицинских работников в попытках облегчить или сократить обязанности, которые требуют эмоциональных затрат. По пресловутым «законам редукции» субъектов сферы обучения и воспитания обделяют элементарным вниманием. Одним словом, редукция профессиональных обязанностей – это привычная спутница бескультурья в деловых контактах.

У пятой части медицинских работников (20 %) отмечается сложившийся симптом «эмоциональной отстраненности». Личность медицинских работников почти полностью исключает эмоции из сферы профессиональ-

ной деятельности, их почти ничто не волнует, почти ничто не вызывает у медицинских работников эмоционального отклика – ни позитивные обстоятельства, ни отрицательные. Реагирование без чувств и эмоций наиболее яркий симптом эмоционального выгорания. Он свидетельствует о профессиональной деформации личности медицинских работников и наносит ущерб их общению.

Полученные эмпирические результаты показали, что эмоциональному выгоранию особенно подвержены медицинские работники, которые легко поддаются влиянию психотравмирующих факторов, испытывают недовольство профессией, а также медицинские работники, которым свойственно чрезмерное стремление делать все очень хорошо или не стараться вовсе. Медицинские работники нуждаются в оказании психологической помощи, которая заключается в устранении эмоционального выгорания.

### **К содержанию**

#### **А. С. РАТЮК**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. Л. Ящук, канд. психол. наук, доцент

### **ПРЕОБЛАДАЮЩИЙ ТИП МОТИВАЦИИ У СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ ЛОКУСОМ КОНТРОЛЯ**

Психология мотивации и связанные с ней проблемы стали привлекать внимание ученых с 1930-х гг. Эта тема явилась одной из основных в психологических исследованиях личности и представлена многими известными теориями личности (Г. Оллпорт, А. Маслоу, Ф. Герцберг, Р. Кеттел и др.).

Выделяют внешнюю (экстринсивную) и внутреннюю (интринсивную) мотивацию. При внешней мотивации поведения факторы, которые его инициируют и регулируют, находятся вне личности и вне поведения. В случае внутренней мотивации инициирующие и регулирующие факторы поведения, напротив, находятся внутри самого поведения. Что касается локуса контроля, он является качеством, характеризующим склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности внешним силам либо собственным способностям и усилиям. Выделяют интернальный и экстернальный тип локуса контроля. Интерналы предрасположены к независимости, более политически активны, владеют большим ощущением личной силы. Экстерналы более внушаемы, значительно чаще курят и идут на высокий риск в азартных играх.

В исследовании принимали участие 32 студента. Исследование проводилось на базе УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина». В исследовании применялись методики «Мотивация учебной деятельности» (разработана по аналогии методики К. Замфир) и тест-опросник субъективной локализации контроля (СЛК) С. Р. Пантилеева и В. В. Столина. Результаты, полученные в данной методике, использовались для выявления преобладающего типа мотивации у студентов с разным типом локуса контроля с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена: коэффициент равен 0,77, следовательно связь между внешней мотивацией и интернальным типом локуса контроля прямая и сильная. Данный вывод позволяет говорить о том, что у студентов с интернальным типом локуса контроля преобладает внешняя мотивация, такие студенты более успешны в своих начинаниях и ориентированы на успех в своей деятельности.

### **К содержанию**

**М. А. РОВНЕЙКО**

Брест, БрГТУ

Научный руководитель – А. В. Северин, канд. психол. наук, доцент

### **ТРИГГЕР КАК СПОСОБ РЕКЛАМЫ И МАРКЕТИНГА**

Механизмы продаж бывают разными: снижение цены, качественное обслуживание. Но существуют еще и эффективные психологические приемы получения заказов, основанные на особенностях работы эмоций и инстинктов человека и побуждающие его принять решение о покупке. К таким методам относятся триггеры (англ. *trigger* – спусковой крючок) – современное инновационное и активно развивающееся направление в маркетинге.

Истоки применения триггеров в маркетинге лежат в бихевиоральном дизайне (дизайне поведения) – инновационном направлении психологической науки, основателем которого является доктор Стэнфордского университета Б. Дж. Фогг, руководитель лаборатории психологического влияния. Из его бихевиоральной модели следует, что триггер наряду с мотивацией и умением выступает как слагаемое к инициированию действий. Б. Дж. Фогг надеялся, что бихевиоральный дизайн сделает мир лучше, но пришел к выводу, что коммерция вывернула его идеи наизнанку и зарабатывает на них деньги, превратив пользователей в пленников собственных продуктов. Н. Эяль считает, что триггеры, которые эффективно влияют

на потребителя, – это прогресс, а не проблема, и не видит в этом инструменте маркетолога ничего негативного. Тристан Харрис, еще один студент Б. Дж. Фогга, придерживается точки зрения, что его учитель и Н. Эяль переоценивают возможность изменить человеческую жизнь к лучшему с помощью поведенческого дизайна. Он уверен в том, что производитель, желая навязать свои продукты, использует в маркетинге триггеры как манипуляторы поведением потребителя, которые основаны на эксплуатации психологической уязвимости человека. Т. Харрис считает, что триггеры ущемляют возможность свободного выбора и являются мощной силой в масштабах глобальной экономики и рекламы товаров.

Основные правила применения триггеров в том, что их нельзя использовать одновременно в большом количестве (пользователя отпугнет навязчивость), их надо комбинировать.

В результате обобщения данных из разных источников нами выделены виды триггеров по принципу антагонистичности: внешние и внутренние; прямые и косвенные; предсказуемые и неожиданные; продуктивные и непродуктивные; простые и сложные.

Различают триггеры по характеру раздражителей. По этому признаку они бывают следующих разновидностей: 1) предметы и жизненные ситуации, вызывающие эмоциональный отклик, который основан на событиях прошлого; 2) раздражители, оказывающие воздействие на органы чувств: запахи, музыка, оттенки, тактильные ощущения, зрительные образы; 3) влияние посредством слов: некоторые словосочетания способны сильно повлиять на человеческое поведение; 4) глубоко подсознательные триггеры: сны, желания, воспоминания и мечты.

Психологические триггеры в маркетинге разделяют и по критерию эмоциональной окраски. Как правило, триггерная реклама действует по принципу «раздражитель – реакция на раздражитель», поэтому реакции по воздействию на человека могут быть следующие: 1) отрицательные; 2) положительные; 3) нейтральные.

В маркетинге триггеры используются на сайтах, в рекламе, постах. Область их применения – рекламные тексты, изображения, видео, аудио, графические элементы.

В маркетинге активно используется термин «продающие триггеры» – это стимулы, которые побуждают выполнить действие, вызывая у потребителя разнообразные эмоции (жадность, гнев, радость, страх, удивление и др.).

**К содержанию**

**Д. Д. СЕВРЮКОВА**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. А. Гузюк, старший преподаватель

## **ОСОБЕННОСТИ АГРЕССИВНОСТИ У ПОДРОСТКОВ**

В настоящее время проблема агрессии рассматривается с двух сторон – агрессия как поведение и агрессия как личностное свойство. В своих работах Х. Хекхаузен рассматривал агрессию как личностную и ситуативную диспозицию, А. А. Реан – как личностное свойство, а Т. Н. Курбатова рассматривала в трех аспектах: как процессы регуляции, как стили поведения и как мотивационную сферу, самосознание.

Изучая детскую агрессивность, И. А. Фурманов выделил два вида агрессии – социализированную и несоциализированную. Дети с социализированной агрессией часто проявляют агрессивные эмоции с целью привлечения внимания. Когда цель достигнута, то агрессивные эмоции прекращаются и поведение становится обычным. У таких детей обычно не выявляются психические нарушения. У детей с несоциализированной агрессией часто прослеживается тревожность, импульсное поведение, спонтанность возникновения эмоций на какую-либо ситуацию, причиной которой является стресс или психотравмирующая ситуация. У таких детей выявляются психические расстройства.

Агрессивность рассматривается как интегральное свойство личности и состоит из таких характеристик, как наступательность, неуступчивость, мстительность, нетерпимость к мнению других и т. д. На формирование агрессивности в подростковом возрасте влияют следующие причины: стили семейного воспитания, нарушение общения со сверстниками, самоутверждение, страх, внешние факторы и др.

Большинство подростков в процессе социализации делают вывод, что взрослые решают проблемы с помощью агрессии, и не предполагают, что есть другие возможности повлиять на ситуацию мирным путем.

Цель нашего исследования – определить особенности агрессивности у подростков. Использовалась методика определения интегральных форм коммуникативной агрессивности. В исследовании принимали участие 44 учащихся средней школы в возрасте 14–16 лет. Опросник позволяет вывести «индекс агрессии» с учетом 10 параметров: спонтанность агрессии, неспособность тормозить агрессию, неумение переключать агрессию на деятельность или неодушевленные объекты, анонимная агрессия, провоцирование агрессии у окружающих, склонность к отраженной агрессии, аутоагрессия, ритуализация агрессии, расплата за агрессию, удовольствие от агрессии. Полученные данные представлены в таблице.

Таблица – Показатели агрессии у подростков

Параметры	Результаты, max 5 баллов
Спонтанность агрессии	2,18
Неспособность тормозить агрессию	1,36
Неумение переключать агрессию на деятельность или неодушевленные объекты	3,02
Анонимная агрессия	0,77
Провоцирование агрессии у окружающих	2,13
Склонность к отраженной агрессии	2,52
Аутоагрессия	2,61
Ритуализация агрессии	0,81
Расплата за агрессию	2,25
Удовольствие от агрессии	1,31

По данным исследования, учащиеся показали высокие результаты по параметру «неумение переключать агрессию на деятельность или неодушевленные объекты».

Таким образом, проведенное эмпирическое исследование показало, что подростки не способны переключать свою агрессию на какую-либо деятельность.

### **К содержанию**

#### **А. О. СЕМЯННИКОВА**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Н. В. Былинская, канд. психол. наук, доцент

### **СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗА «Я» У ДЕВУШЕК В СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ**

Понятие образа является одним из центральных понятий в психологии, так как именно образы составляют содержание психики субъекта. Часто образ рассматривается как промежуточный или конечный результат познавательной деятельности, как продукт восприятия, памяти, мышления и воображения. Образ современного человека формируется на основе представления о его личности, особенностях поведения, деятельности, о его физических, эмоциональных, познавательных особенностях.

Целью настоящего исследования стало изучение содержания образа «я» у девушек-студентов ( $n = 30$ ). Результаты исследования содержания образа «я» у респондентов посредством методики «20 “я”» показали, что

83,3 % девушек (25 человек) по локусным типам личности относятся к экстравертам, а остальные 16,6 % (5 человек) к интровертам. При этом большинство девушек заполнили 10 и более конвенциональных определений. Конвенциональных характеристик, определяющих статусно-ролевую составляющую (человек, сестра, гражданин и т.п.), у девушек зафиксировано в среднем на 97 баллов. Среди личностных характеристик у девушек наиболее часто встречается социальная категория – 141,6 балла. В этой личностной характеристике содержатся особенности поведения личности как субъекта взаимодействия (помощник, добрый и т. п.).

Категория, описывающая особенности поведения личности и проявляющаяся во взаимодействии и деятельности (игривый, шустрый, активный и т. д.), получила 21,7 балла. 19 баллов принадлежит интеллектуальной категории (любопытные, невнимательные, выдумщик и т. д.), а 14,6 балла относится к категории, обозначающей особенности поведения личности как субъекта деятельности (труженик, лентяй, аккуратный и т. п.). 9 баллов принадлежит эмоционально-личностным чертам (веселый, добрый), а 8,6 балла – волевым характеристикам (упорный, целеустремленный и т. д.).

В меньшей степени были оценены категории, отражающие наличие или отсутствие тех или иных материальных благ (богатый, жадный, бедный и т. д.), телесно-физические характеристики (толстый, худой, неряха и т. д.), уменьшительно-ласкательные характеристики (солнышко, лучик, березка и пр.).

В целом проведенное исследование показало, что содержание образа «я» у девушек включает следующие характеристики личности: трудолюбивые, ценят порядок, сдержанные, энергичные, чистоплотные, целеустремленные, доброжелательные. Девушки искренне заинтересованы в хороших межличностных отношениях, их высшей ценностью являются люди и их благополучие. Содержание образа «я» опосредуется ценностями, которые поддерживает и культивирует общество. Благодаря этому у человека развиваются и соответствующие устойчивые черты характера, которые определяют его поведение в типичных жизненных обстоятельствах.

Таким образом, образ является ценной частью действий человека, направляя его в определенных условиях жизни. При этом в процессе жизни человека исходный образ может видоизменяться, реорганизовываться и при этом вбирать в себя опыт взаимодействия с внешним миром.

### **К содержанию**

**В. П. СИДОРЕНКО**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. Л. Ящук, канд. психол. наук, доцент

**ОСОБЕННОСТИ ГУМАНИСТИЧЕСКОЙ  
НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ У СТУДЕНТОВ**

Изучение проблемы направленности личности нашло отражение в трудах как зарубежных, так и отечественных психологов. Б. И. Додонов представлял личностную направленность как систему потребностей. Направленность личности по К. К. Платонову представляет собой комплекс влечений, желаний, интересов, склонностей, идеалов, мировоззрения, убеждений. В исследованиях Л. И. Божович и Р. С. Немова она является «системой доминирующих у человека потребностей, мотивов, целей, интересов, направляющих его социальную активность». Но понимание направленности личности как совокупности или системы мотивационных образований всего лишь одна область ее сущности.

Другая область состоит в том, что данная система устанавливает направление поведения и деятельности индивида, направляет его, обуславливает тенденции поведения и действий и в результате устанавливает облик человека в социальном плане (В. С. Мерлин).

Существует несколько направленностей личности: гуманистическая, эгоцентрическая, негативистическая, социоцентрическая.

В проведенном нами исследовании соотношение направленностей личности в выборке следующее: гуманистическую направленность имеет 60 %, эгоцентрическая представлена у 32 %, негативистическая и социоцентрическая у 6 % и у 2 % соответственно. Результаты свидетельствуют о том, что в данной выборке преобладали студенты с гуманистической направленностью личности.

У студентов с гуманистической направленностью личности преобладает высокий уровень эмпатии, имеется, но в меньшем количестве, нормальный уровень эмпатии. Обращает на себя внимание факт присутствия только у них очень высокого уровня эмпатии.

При гуманистической направленности личность не стремится к автономии, она признает возможность любого человека на свободное самоопределение и в индивидуальной форме, и в границах определенной группы. Такой человек имеет определенный комплекс черт характера, к примеру доброта, понимание, альтруизм, уважение к другим, терпимость. Такой личности лучше всего подходит профессия системы «человек – человек», а все потому, что она будет связана с лечением, воспитанием, просвещением и просто с другими людьми. Люди с данной направленностью могут



сильно развить интуицию, смогут находить необычные методы и приемы работы, легко будут решать конфликты.

### **К содержанию**

**Е. А. СИНЮК**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – В. Ю. Москалюк, канд. психол. наук, доцент

## **ВЛИЯНИЕ СТРЕССА НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ**

Проблема стресса не случайно вызывает неугасающий интерес как ученых, так и практиков. В науке известны две основные формы влияния стресса. В первом случае речь идет о повышении функционального уровня деятельности человека, во втором – о понижении этого уровня под воздействием различных стрессоров. К. М. Гуревич получил факты, которые свидетельствуют о влиянии свойств нервной системы и темперамента в условиях стресса на динамику деятельности испытуемых и результативность их работы в целом. Было обнаружено, что те испытуемые, которые были квалифицированы как «несправляющиеся», обладали выраженной слабостью нервной системы. В. Д. Небылицын выяснил, что слабость нервной системы со стороны возбуждения и высокая тревожность являются теми факторами, которые оказывают негативное влияние на эффективность деятельности и дезорганизуют поведение человека в условиях стресса.

Наше внимание сосредоточено на вопросах влияния стресса на формирование и функционирование личности спортсменов. Наиболее стрессовой для спортсменов является, безусловно, ситуация спортивных соревнований. Главной причиной возникновения стресса, по мнению специалистов, становится вероятный итог предстоящих соревнований. При этом доказано, что эмоциональный стресс повышается в ситуации, когда спортсмен не уверен в точности своих предполагаемых результатов.

Среди факторов, которые определяют влияние стресса на спортсменов, ученые называют различные индивидуально-психологические и личностные особенности, отводя особую роль эмоциональной устойчивости. Эмоциональная устойчивость спортсменов в литературе по проблеме исследования определяется как их способность к сохранению высокой психической и физической работоспособности при воздействии сильных стрессоров. Специалисты природу стрессоустойчивости объясняют различиями в свойствах нервной системы и темперамента. Вместе с тем учены-

ми выявлены факты, доказывающие, что нейропсиходинамические процессы определяют влияние стресса на спортсменов в зависимости от их индивидуальных и личностных особенностей, к которым относятся потребностно-мотивационная и эмоционально-волевая сферы личности, социальный статус, особенности психических процессов и т. д.

А. Н. Капустин обнаружил, что стрессоустойчивые спортсмены, участвуя в соревнованиях, добиваются результатов, соответствующих их уровню притязаний. Следовательно, адекватность уровня притязаний спортсменов можно рассматривать как показатель их устойчивости к соревновательному стрессу. Полученные данные соотносятся с результатами исследования Я. Рейковского.

Б. А. Вяткин и М. М. Чериков выявили, что влияние стресса на волевою активность спортсменов неодинаково и зависит от типа нервной системы. У сильных, уравновешенных борцов не наблюдается существенной зависимости проявлений воли от степени стресса. У сильных неуравновешенных спортсменов была обнаружена криволинейная зависимость: волевая активность возрастает при среднем уровне стресса и падает при высоком. А у спортсменов со слабым типом нервной системы была выявлена отрицательная прямолинейная зависимость: по мере возрастания стресса количество проявлений воли уменьшается. При этом данные исследователи не обнаружили зависимости волевой активности обследованных спортсменов от свойств нервной системы в условиях обычной деятельности. При участии этих же спортсменов в соревнованиях такая зависимость уже возникает. Полученные данные свидетельствуют о том, что при стрессе волевая активность тем выше, чем сильнее и уравновешеннее нервная система спортсменов. Также в литературе по проблеме исследования утверждается, что одним из условий повышения эффективности спортивной деятельности в условиях соревнований является дозирование мотивации спортсменов по силе с учетом типологических свойств их нервной системы и темперамента.

Итак, проанализировав литературу по проблеме исследования, мы обнаружили, что ученые изучают в основном влияние стресса на функционирование личности и деятельность спортсменов, но не рассматривают вопросы, связанные с влиянием стресса на формирование личности людей, занимающихся спортом.

### **К содержанию**

**У. А. СМЕРНОВА**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. И. Медведская, канд. психол. наук, доцент

**ПАРАМЕТРЫ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ У ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ**

Жизнестойкость – это система убеждений о себе и мире, которые позволяют человеку выдерживать и эффективно преодолевать стрессовые ситуации. Понятие жизнестойкости, согласно концепции С. Мадди, аналогично понятию «отвага быть», что предполагает готовность «действовать вопреки» – вопреки тревоге, тревоге потери смысла, вопреки ощущению «заброшенности». Именно жизнестойкость позволяет человеку выносить тревогу, сопровождающую выбор будущего (неизвестности), а не прошлого (неизменности) в ситуации дилеммы. Подобные выборы возникают перед человеком на любых этапах его жизни, в том числе и в позднем онтогенезе.

В исследовании приняли участие 20 человек в возрасте от 60 до 73 лет. Для измерения выраженности жизнестойкости применялся тест С. Мадди, адаптированный Д. А. Леонтьевым. Обобщенные результаты обработки представлены в таблице.

Таблица – Показатели жизнестойкости в выборке пожилых людей

Показатели жизнестойкости	Уровень выраженности		
	высокий	средний	низкий
Вовлеченность	65	15	20
Контроль	55	25	20
Принятие риска	85	5	10
Общая жизнестойкость	55	35	10

Данные таблицы демонстрируют, что у большинства участников исследования наблюдается высокий уровень выраженности такого компонента жизнестойкости, как «принятие риска». Высокий уровень общей жизнестойкости присутствует только у половины пожилых людей.

Таким образом, в результате накопления жизненного опыта только у каждого второго человека формируется жизнестойкость как интегральная личностная характеристика, способствующая оптимальному проживанию собственной жизни на ее завершающем этапе. Поэтому многие пожилые люди объективно нуждаются в разнообразной помощи и поддержке со стороны как близких людей, так и сопровождающих специалистов.

**К содержанию**

**В. И. СТРОКАЧ**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, канд. психол. наук, доцент

**ОБЩЕНИЕ ПОДРОСТКОВ СО СВЕРСТНИКАМИ  
КАК РЕСУРС РАЗВИТИЯ**

Общение – это процесс, в ходе которого происходит взаимный обмен информацией, чувствами, эмоциями, устанавливается контакт между людьми, выстраиваются отношения друг к другу. В результате этого может возникать или не возникать взаимопонимание. Поэтому в процессе межличностного общения люди сознательно или неосознанно влияют на психическое состояние, мысли и поступки друг друга.

Согласно А. А. Бодалеву, взаимодействуя с другими людьми, человек может одновременно выступать в роли и субъекта, и объекта общения. Как субъект, он познает своего партнера, определяет к нему свое отношение, воздействует на него с целью решения определенных задач. В то же время он сам является объектом познания для того, с кем общается.

Теоретический анализ литературы показывает, что в возрасте 4–5 лет у детей возникает большая потребность общаться не только с родителями и вообще взрослыми, но и со сверстниками. Эта потребность значительно усиливается по мере роста и развития ребенка. И к подростковому возрасту (13–14 лет) возникает закономерная и полная переориентация ребенка со значимых взрослых на своих одноклассников, друзей, в целом на сверстников. Это связано с тем, что дети этого возраста ищут кого-то равного себе по положению, социальному статусу.

В подростковом возрасте общение со сверстниками активизируется и углубляется, при этом для мальчиков особенно важна групповая принадлежность, членство в какой-то группе или компании, тогда как девочки дружат парами, ценя в подруге прежде всего возможность делиться своими тайнами. Позднее появляется потребность в близком друге противоположного пола, желание нравиться друг другу. Взаимная привязанность может быть эмоциональной, занимать большое место в жизни.

Именно поэтому общение со сверстником противоположного пола является непосредственной причиной для оценки подростком собственных переживаний и получения информации о себе и мире, что приводит к накоплению личного и жизненного опыта. Общение со сверстниками выступает для подростка как ресурс для самопознания себя в отношении с другим человеком, как возможность саморазвития и самосовершенствования, социализации и индивидуализации.

**К содержанию**

**С. И. ТРОФИМОВ**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, канд. психол. наук, доцент

**ПРЕДСТАВЛЕНИЯ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ  
О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ**

Здоровый образ жизни – это образ жизни человека, направленный на сохранение здоровья, профилактику болезней и укрепление организма. Понятие «здоровый образ жизни» имеет несколько особенностей: здоровый образ жизни неразрывно связан с условиями деятельности человека, выходит за рамки деятельности, зачастую определяется этими условиями; для поддержания здорового образа жизни человеку необходимо проявлять активность, выполняя комплекс действий, направленных на сохранение и укрепление своего здоровья. В целом здоровый образ жизни подразумевает выработку умений и навыков здорового поведения и умственной деятельности, позволяющих человеку укрепить здоровье.

Именно в юношеском возрасте необходимо пропагандировать и формировать принципы и навыки здорового образа жизни, так как у студенческой молодежи в этом возрасте складываются устойчивые представления о себе как целостной личности, происходит осмысление жизни, потребность в активном созидании, утверждение самостоятельности, овладение наиболее сложными способами интеллектуальной активности, повышение уровня самоконтроля, устремленность в будущее, развитие рефлексии, а также потребность в самопрезентации, демонстрации своих позитивных качеств, самоуважение и стремление к самореализации и др.

Теоретический анализ информационных публикаций, размещенных в сети Интернет, показал, что существует множество точек зрения на представление современных студентов о формировании здорового образа жизни. Так, одни авторы высказывают мнение, что у современных студентов отмечается высокий уровень сформированности валеологических убеждений. Другие авторы придерживаются позиции, что у современных студентов нет явных представлений о валеологии, что свидетельствует о необходимости расширения знаний студентов в сфере здоровья. Также в интернет-публикациях присутствует и такая точка зрения: здоровый образ жизни у студентов сформирован, но требует принятия мер по его улучшению.

Следует отметить, что многими авторами публикаций в сети Интернет утверждается следующее: 1) важными мотивационными факторами формирования здорового образа жизни современных студентов являются пример окружения, поддержка друзей и наличие внешнего организатора; 2) к числу эффективных действий по формированию здорового образа

жизни студенты относят отказ от вредных привычек, правильное питание и занятия спортом; 3) юноши более склонны к занятиям спортом, а девушки не изъявляют большого желания заниматься спортом, т. е. девушки и юноши имеют разные предпочтения в проведении свободного времени.

### **К содержанию**

**Г. А. ШУЛАКОВ**

Брест, СШ № 28 г. Бреста

Научный руководитель – М. С. Роданич, канд. мед. наук

### **ПСИХОБИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЭТОЛОГИИ НА ПРИМЕРЕ ДРЕССИРОВКИ СОБАКИ**

Этология – это наука, которая занимается изучением биологических основ поведения животных, в том числе инстинктивных компонентов поведения и проблемами их эволюции. Зачастую предмет изучения пересекается с такой отраслью психологии, как зоопсихология. Рассмотрим это на примере дрессировки собаки.

В процессе дрессировки собаки необходимо учитывать как биологические, так и психологические аспекты. С одной стороны, учитывается порода собаки и ее интеллект, основные биологические потребности и тренировка ее поведенческих действий на основе основных инстинктов животного. С другой стороны, необходимо установить психологический контакт с домашним животным, обрести его доверие, узнать сильные и слабые стороны, привычки, нрав, т. е. в целом индивидуально-типологические особенности животного.

Когда кинолог продолжительно и целенаправленно работает с собакой, то он учитывает и применяет в работе психобиологические основы этологии с элементами зоопсихологии, в противном случае можно механически натренировать собаку выполнять основные команды человека. Но при отсутствии контакта с животным и его доверия этот процесс постоянно надо подкреплять и контролировать.

Когда установлен контакт с животным, тогда становится возможным проведение анализа его поведения и осуществление воздействия на эмоции, привычки, реакции собаки с целью изменения ее поведения в нужном направлении. Только тогда можно говорить о надежности питомца, его ответственности, о предсказуемости реакций и поведения в обычных и экстремальных ситуациях.

В связи с этим также следует подчеркнуть, что в процессе дрессировки собаки происходит и «психологическая дрессировка» самого чело-

века. Он обучает собаку необходимым действиям и выражению эмоций, т. е. как бы проецируя себя, свою личность окружающим через само животное. С другой стороны, человек сам научается у собаки терпению, доброте или агрессивности, целеустремленности, преданности и др.

### **К содержанию**

#### **С. И. ЮМАТОВА**

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, канд. психол. наук, доцент

### **ПРИЧИНЫ ДЕСТРУКЦИИ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ В МНОГОДЕТНЫХ СЕМЬЯХ**

Одним из наиболее актуальных направлений психолого-педагогических исследований последних лет является изучение внутрисемейных отношений, в том числе между родителями и детьми. Детско-родительские отношения являются одним из важнейших факторов, определяющих развитие ребенка, его самооценку и личностные качества. В связи с увеличением количества многодетных семей в Республике Беларусь возрастает и интерес исследователей к ним.

В Беларуси многодетной считается семья, воспитывающая троих и более детей. По данным на 14 октября 2020 г. в Беларуси проживает свыше 110 тыс. семей, в которых воспитываются почти 360 тыс. детей, что на несколько тысяч больше в сравнении с 2019 г.

В многодетных семьях с прочными, теплыми детско-родительскими отношениями у детей формируются такие качества, как доброжелательность, внимательность, способность к сопереживанию, самостоятельность, инициативность, умение разрешать конфликтные ситуации, коммуникабельность. Вместе с тем в семьях, где родители имеют затруднения во взаимодействии с детьми, формирование вышеназванных качеств затрудняется, сдерживается, а ряде случаев становится невозможным.

Результаты исследования Э. М. Аседовой (2015) показывают, что многодетные семьи вследствие недостаточности индивидуального общения матери и конкретного ребенка имеют общие социальные проблемы, специфически связанные с многодетностью. Дети из таких семей по сравнению со сверстниками из малодетных семей чаще демонстрируют заниженную самооценку, им присущи неадекватные представления о собственной значимости, что может отрицательно сказаться на всей последующей судьбе ребенка. Данная ситуация обуславливает необходимость более

тщательного изучения причин деструкции детско-родительских отношений в многодетной семье.

Согласно Г. Т. Хоментаскусу, от отношения родителей к детям зависит взаимоотношение детей. Ревность и соперничество между детьми за любовь родителей, конфликты и ссоры вследствие недостаточно развитых навыков конструктивного общения выступают типичными причинами нарушения или деструкции взаимоотношений не только между сиблингами в условиях многодетной семьи, но и между родителями и детьми. При неправильном поведении родителей у ребенка может проявиться ревность и агрессивное отношение даже к неродившемуся члену семьи как к воображаемому конкуренту. В этом случае положительно направленные детско-родительские отношения могут внести свой вклад в формирование у младших чувства защищенности, уверенности в себе, сопричастности и доверия, у старших – чувства заботы, собственного достоинства и ответственности.

Нехватку родительского внимания, по Ф. С. Махову, считают второй причиной деструкции детско-родительских отношений в многодетной семье. С появлением последующего ребенка увеличивается физическая и психическая нагрузка на родителей, особенно на мать. Она имеет меньше свободного времени и возможностей для развития детей и общения с ними, для проявления внимания к их интересам. К сожалению, дети из многодетных семей чаще становятся на социально опасный путь поведения, почти в 3,5 раза чаще, чем дети из семей других типов. С другой стороны, нехватка родительского внимания на каждого ребенка по отдельности приводит к тому, что дети начинают больше общаться друг с другом. Если правильно воспитать старших детей и объяснить им, что о младших нужно заботиться, они примут в этом активное участие и в этом процессе будут получать дополнительное внимание от родителей.

Следующей причиной деструкции детско-родительских отношений является выбранный стиль общения родителей и детей. При авторитарном стиле желание родителей – закон для ребенка. Такие родители подавляют своих детей. Дети при этом замыкаются, нарушается их общение с окружающими. При попустительском стиле (гипоопека) родители почти не обращают внимания на своих детей, ни в чем их не ограничивают, ничего не запрещают. К сожалению, такие многодетные семьи существуют в нашем обществе, причем чаще всего это неблагополучные семьи. Дети из подобных семей не получают должного воспитания, у них нет ценностей. Демократичный стиль общения является самым оптимальным. Демократичные родители ценят в поведении ребенка и самостоятельность, и дисциплину, поэтому без особых усилий ребенок приобретает необходимые качества: уважение мнения другого, гуманность, чувство собственного



достоинства. Формирование взрослости, которое у детей из многодетных семей происходит раньше, при демократическом стиле воспитания осуществляется без особых переживаний и конфликтов.

Таким образом, основными причинами деструкции детско-родительских отношений в многодетной семье являются ревность и соперничество между сиблингами, нехватка родительского внимания и неправильно выбранный стиль общения родителя и ребенка. Конфликты между родителями и детьми по своей значимости на формирование личности детей имеют противоречивый характер. С одной стороны, они закаливают характер, выступают как субъективный опыт детей, но с другой – негативные отношения между детьми при отсутствии правильной позиции родителей могут закрепиться и сопровождать их всю жизнь, вызывая различные внутренние конфликты личности и влияя на отношение с другими людьми. Многодетная семья может выступать в качестве как положительного, так и отрицательного фактора в социализации и воспитании детей. Если родители создают благоприятный климат для общения в семье, дети без особых проблем усваивают нравственные нормы поведения.

**К содержанию**