

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

**Психолого-педагогический факультет**

**Кафедра психологии**

## **«ПСИХОЛОГИЯ: ШАГ В НАУКУ»**

*Сборник материалов  
XI Республиканской  
научно-практической конференции студентов и магистрантов  
с международным участием*

**Брест, 16 октября 2024 года**

**Брест  
БрГУ имени А.С. Пушкина  
2024**

УДК 364.4-053.2+371  
ББК 74.71+74.6+88.8  
П 86

Рецензенты:

заведующий кафедрой профессионального развития  
работников образования ГУО «Брестский областной институт  
развития образования», кандидат педагогических наук, доцент

***И. Г. Матыцина***

профессор кафедры социальной педагогики и психологии УО «БрГУ  
имени А.С. Пушкина», кандидат психологических наук, доцент,

***Е. И. Медведская***

**Психология: шаг в науку: сб. материалов XI Республиканской науч.-**  
П 86 **практ. конф. студентов и магистрантов (с международным**  
**участием), Брест, 16 октября 2024 г. [Электронный ресурс] / Брест. гос.**  
**ун.-т имени А.С. Пушкина. – Брест : БрГУ, 2024. – 239 с.**  
ISBN

В сборник включены материалы, отражающие результаты теоретических и эмпирических исследований студентов и магистрантов, посвященные актуальным проблемам психологической науки и практики (личности особенности и специфика развития человека в разные возрастные периоды, психология профессиональной деятельности и спорта, супружеские, детско-родительские и сиблинговые отношения и др.).

Материалы могут быть использованы в образовательном процессе и научно-исследовательской работе студентами, магистрантами и преподавателями учреждений высшего образования; представляют интерес для психологов-практиков.

Ответственность за языковое оформление и содержание материалов несут их авторы и научные руководители.

УДК 364.4-053.2+371

ББК 74.71+74.6+88.8

П 86

ISBN

© УО «Брестский государственный  
университет имени А.С. Пушкина», 2024



## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Акуленок У. И.</b> Особенности подавленных эмоций и чувств современного общества .....	9
<b>Александрович А. А.</b> Личностные особенности подростков с девиантным поведением.....	10
<b>Андрейчикова Е. В.</b> Конфликтность студентов с разным уровнем эмоционального интеллекта.....	12
<b>Бабий Д. В.</b> Склонность к расстройствам пищевого поведения у девушек.....	14
<b>Баланович В. Н.</b> Особенности страхов у современных дошкольников ....	17
<b>Белозерова А. П.</b> Особенности ценностных ориентаций в подростковом возрасте .....	19
<b>Бобр К. С.</b> Представление о психологии в обыденном сознании молодежи .....	21
<b>Борель И. В.</b> Возрастные особенности реагирования на ситуацию в юношеском возрасте .....	22
<b>Брикун Д. А.</b> Особенности агрессивности у спортсменов разного пола ...	24
<b>Брынза А. А.</b> Феномен прокрастинации в психологии.....	26
<b>Будницкая А. М.</b> Теоретические представления об образе физического «Я» в психологии.....	28
<b>Виринская Д. Д.</b> Особенности переживания депрессии студентами .....	31
<b>Власюк А. С.</b> Особенности эмоциональной сферы дошкольников из полных и неполных семей .....	33
<b>Волосюк Е. В.</b> Взаимосвязь самооценки и эмпатии в подростковом возрасте .....	35
<b>Волосюк Е. В., Глуховская Е. В.</b> Значение стресса для эмоциональной сферы личности .....	37
<b>Гизун О. В.</b> Структурно-содержательная характеристика толерантности к неопределенности юношей и девушек .....	39
<b>Гиль М. В.</b> Различия стратегий совладающего поведения у девушек и юношей .....	41
<b>Готовчиц Д. Д.</b> Особенности прокрастинации студентов .....	43
<b>Гресик А. В.</b> Особенности проявления агрессии у подростков .....	46
<b>Гресик А. В.</b> Анализ проблемы психологических границ современных подростков.....	48
<b>Гриб А. А.</b> Особенности мотивации профессиональной деятельности у сотрудников ИТ-сферы с разным стажем работы.....	50
<b>Дмитрук В. В.</b> К проблеме профессиональной деформации личности специалистов профессии «человек-человек» .....	52

<b>Дорошук А. А.</b> Формирование экологической культуры на уроках химии на примере мониторинга содержания железа в питьевой воде.....	54
<b>Дуняк В. В.</b> Особенности виктимной деформации личности в юношеском возрасте .....	56
<b>Дыбаль Г. М.</b> Проявления кризиса среднего возраста у мужчин и женщин .....	58
<b>Евдокимова А. Д.</b> Влияние эмоционального интеллекта на преодоление негативных эмоциональных состояний .....	60
<b>Евдокимова А. Д.</b> Сравнительная характеристика малоадаптивных форм вины, механизмов психологической защиты и копинг-стратегий в различных возрастных группах .....	62
<b>Ермакович О. В.</b> Личностные ресурсы стрессоустойчивости педагогов..	64
<b>Жигар Е.В.</b> Психологические особенности деятельности психолога .....	66
<b>Жукович М. А.</b> Формирование экологического сознания учащихся на факультативных занятиях по химии .....	68
<b>Задаля О. Г.</b> Теоретические аспекты изучения личности спортсменов подросткового возраста .....	70
<b>Занько О. Л.</b> Социальное развитие детей дошкольного возраста .....	72
<b>Зенютич В. А.</b> Роль эмоционального интеллекта в политическом лидерстве.....	74
<b>Зинович И. В.</b> Темперамент и адаптационные возможности личности у студентов-первокурсников.....	76
<b>Иванюк П. В.</b> Взаимосвязь копинг-стратегий с личностной тревожностью у подростков.....	80
<b>Карпович Р. В.</b> Представления подростков о семейных ценностях.....	81
<b>Кирпич А. А.</b> Особенности конфликтного поведения у спортсменов разного пола.....	83
<b>Кислова В. А.</b> Страх как завершающий этап тревожности у детей старшего дошкольного возраста.....	85
<b>Козицкая А. А.</b> Взаимосвязь уровня агрессивности и поведения в конфликтной ситуации в юношеском возрасте .....	87
<b>Козулько С. В., Олесик К. В.</b> Эмоции и их роль в массовых явлениях ....	89
<b>Комарчук В. С.</b> Влияние родительских установок на формирование характера ребенка.....	91
<b>Конопацкая О. А.</b> Формирование экологического сознания учащихся на уроках химии с использованием данных мониторинга выбросов загрязняющих веществ .....	93
<b>Корнелюк Р. Д.</b> Представления о деятельности практического психолога студентов и слушателей института повышения квалификации и переподготовки.....	95
<b>Коротких Е. В.</b> Проблема конфликтного поведения студентов .....	97

<b>Коцуба А. В.</b> Психологические аспекты привязанности к моде .....	99
<b>Коцуба А. В.</b> Особенности типологии поведения индивида в период личностного кризиса .....	101
<b>Кравчук К. В.</b> Синдром эмоционального выгорания матерей, находящихся в отпуске по уходу за ребенком .....	103
<b>Кулич Т. Ю.</b> Ролевые ожидания и притязания в браке у мужчин и женщин .....	105
<b>Курилюк В. С.</b> Значение стресса в учебной деятельности студентов.....	107
<b>Ли М. А.</b> Психологические средства воздействия в массовой коммуникации.....	109
<b>Лобойко А. А.</b> Ответственность как социально-психологический феномен .....	111
<b>Лошкевич А. В.</b> Развитие памяти и внимания у детей дошкольного возраста.....	113
<b>Лупиш Э. С.</b> Теоретический анализ проблемы прокрастинации и тревожности в юношеском (студенческом) возрасте.....	115
<b>Лысюк П. Г.</b> Взаимосвязь учебно-профессиональной мотивации и особенностей личности таможенных декларантов.....	117
<b>Лякшева Е. А.</b> Идеалы и ценности в юношеском возрасте .....	120
<b>Макеева В. А.</b> Взаимосвязь акцентуаций характера и самоповреждающего поведения .....	122
<b>Маринчик О. В.</b> Особенности проявления страхов у детей младшего школьного возраста .....	124
<b>Мархель С. О.</b> Ценностно-смысловые ориентации онкологических больных .....	125
<b>Матвеева Д. А.</b> Роль педагога-психолога и учителя-логопеда в сопровождении обучающихся с особенностями психофизического развития .....	127
<b>Матвейчук М. В.</b> Особенности мотивации профессиональной деятельности студентов-психологов .....	129
<b>Меняйло А. С.</b> Взаимосвязь тревожности и стиля семейного воспитания у студентов .....	131
<b>Меняйло А. С.</b> Специфика сепарации от родителей в период юности ....	133
<b>Мупфурери Т. Р.</b> Проблемы и перспективы организации психологической поддержки детей с проблемами развития в Зимбабве..	135
<b>Мытько К. А., Пашкевич Е. В.</b> Особенности сепарации в юношеском возрасте .....	137
<b>Нахват А. В.</b> Особенности адаптации к профессиональной деятельности сотрудников производства .....	139
<b>Нигирыш О. В.</b> Внутренняя картина здоровья: сущность и содержание	141

<b>Палкина Ю. И.</b> Особенности ролевой структуры семей с разным стажем семейной жизни .....	144
<b>Панченко Е. А.</b> Склонность старшеклассников к агрессивному поведению .....	147
<b>Переходько А. С.</b> Направленность личности обучающихся в раннем юношеском возрасте .....	149
<b>Пивоваревич А. И.</b> Мотивация студентов педагогических специальностей к обучению в вузе .....	151
<b>Пстыга Я. И.</b> Посттравматический стресс и смысложизненный кризис у мужчин и женщин .....	153
<b>Пучик С. В.</b> К вопросу изучения проблемы Интернет-зависимости.....	155
<b>Пытлякова Д. А.</b> Психологические аспекты восприятия травматического опыта.....	156
<b>Ракунова К. А.</b> Проявление сверхценного или зависимого отношения к значимому другому в юношеском возрасте .....	158
<b>Рапина А. В.</b> Аутоагрессия как вид отклоняющегося поведения в юношеском возрасте .....	160
<b>Рыжикова А. А.</b> Коммуникативные и психофизиологические проявления ревности супругами с разным стажем брака .....	162
<b>Сабиров А. Д.</b> Жизненные ценности студентов-выходцев из межкультурных браков .....	164
<b>Сайко И. Т.</b> Коммуникативная компетентность работников с разным типом профессиональной мотивации: обоснование актуальности .....	166
<b>Сергеюк Е. В.</b> Особенности интеллектуального развития детей дошкольного возраста с ОПФР .....	168
<b>Сиренко Е. Ю.</b> Белорусские народные традиции в семейном воспитании .....	170
<b>Совенок Е. А.</b> Воспитательный потенциал экологического отряда СОВы БрГУ имени А. С. Пушкина.....	173
<b>Сымоник Н. В.</b> Проблема чувства взрослости в подростковом возрасте .....	175
<b>Сычева С. В.</b> Структура и содержание социальных представлений о зависти у людей молодого возраста .....	177
<b>Тварановіч К. В.</b> Уплыў гарадскіх палітык на псіхіку чалавека .....	181
<b>Томашук Д. А.</b> Развитие учебной мотивации у младших школьников ...	183
<b>Трубчик В. А.</b> Агрессивность и созависимость в юношеском возрасте ..	185
<b>Цанда М. В.</b> Самооценка личности и уровень тревожности у лиц с разным уровнем удовлетворенности жизнью .....	188
<b>Царикевич В. Ю.</b> Проблема чувства одиночества в юношеском возрасте .....	190

<b>Цыкман Н. Н.</b> Особенности ценностных ориентаций подростков, склонных к девиантному поведению .....	192
<b>Чумаков М. А.</b> Особенности мотивации профессиональной деятельности студентов разных специальностей .....	194
<b>Шакунова С. А.</b> Проблема межкультурного тестирования интеллекта ..	197
<b>Шакунова Ст. А.</b> Нейролингвистическое программирование как способ манипуляции.....	199
<b>Шакунова С. А., Шакунова Ст. А.</b> Тревожные маркеры в поведении подростка.....	201
<b>Шакунова С. А., Шакунова Ст. А.</b> Авторитарный стиль воспитания: эффективность и ограничения .....	203
<b>Шалбаев А.-Н. А.</b> Проблема стрессоустойчивости в юношеском возрасте .....	205
<b>Шалбаев А.-Н. А.</b> Стиль саморегуляции поведения у студентов с различной стрессоустойчивостью .....	207
<b>Шиманская К. А.</b> Особенности проявления самопрезентации и доверия в социальной сети у юношей и девушек .....	210
<b>Шисловский А. С.</b> Проблема личностной зрелости в юношеском возрасте .....	212
<b>Шишко А. А.</b> Теоретические основы изучения представлений о насилии у взрослых людей.....	214
<b>Шкулдыцкая Е. Д.</b> Когнитивные искажения у юношей и девушек .....	217
<b>Шкулдыцкая Е. Д.</b> Специфика «магического мышления» студентов-психологов.....	219
<b>Шмелева М. Ю.</b> Смысложизненные ориентации личности в юношеском возрасте .....	222
<b>Шпакова В. В.</b> Особенности образа «Я» у подростков .....	224
<b>Шульган В. Э.</b> Особенности влияния цвета на психологическое состояние студентов.....	226
<b>Юрковская Д. С.</b> Проблема исследования эмоционального выгорания педагогов .....	228
<b>Юрчак П. В.</b> Развитие творческого потенциала студентов в вокальной студии «Золак» БрГУ имени А. С. Пушкина.....	232
<b>Юхимук С. В., Якубович В. С.</b> Представления студентов об идеальном преподавателе и студенте.....	235
<b>Яскевич К. Г.</b> Особенности нарушений пищевого поведения и тревожности у девушек и юношей .....	237

*У. И. Акуленок (А. О. Семянникова)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ОСОБЕННОСТИ ПОДАВЛЕННЫХ ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА**

Подавление эмоций связано с активным воздействием на них с целью не допустить их проявления. При этом психологи склонны разделять такие понятия, как «подавление эмоций» и «сдержанность в эмоциях». Сдержанность в ситуациях, когда выраженное проявление эмоций неуместно, является признаком психологической зрелости и, как правило, развитых навыков психической саморегуляции. При этом сдержанность не связана с «блокированием» эмоций, а предполагает контроль из проявления. В случае подавления эмоций они в принципе не находят выхода даже в форме, приемлемой для той или иной ситуации.

Причинами подавленных эмоций и чувств могут быть: страх уязвимости; гиперконтроль эмоций и чувств из-за навязанных стандартов общества; страх отвержения и покинутости; страх осуждения и неприятия; психические травмы и переживания; сильный стресс и эмоциональное выгорание.

Для исследования данной темы был проведен анонимный опрос респондентов разного возраста (от 12 до 85 лет), проживающих в г. Бресте (n=41, 28 представителей женского пола, 13 – мужского). В опросе выяснялось, какие эмоции и чувства подавляют респонденты, причины их подавления и выражаемые опрошенными другие эмоции и чувства.

Результаты исследования показали, что большинство опрошенных (68,3 %) подавляют эмоции и чувства, при этом чаще так поступают респонденты женского пола (82 %) и лица в возрасте до 40 лет. Среди эмоций и чувств, которые опрошенные подавляют, следующие: гнев – 60,7 %, грусть – 32,1 %, обида – 25 %, тревога – 14,3%, страх – 10,7 %. Таким образом, именно сильные отрицательные эмоции «заставляют» подавлять их. Основными причинами подавления эмоций оказались: страх обидеть человека – 32,1 %, страх отвержения – 10,7 %, страх уязвимости – 10,7 %. Среди редких ответов – гиперконтроль, жизненные трудности, желание понравиться другим, требования общества, детская травма.

Респонденты, которые не подавляют эмоции и чувства, объяснили свое поведение тем, что не видят смысла в том, чтобы скрывать себя настоящего и свои эмоции, а также открытостью новому. Эти участники исследования проявляют эмоции и чувства невербально и вербально в любых ситуациях, в действиях, в спорте и в творчестве. В целом

респонденты, которые не проявляют свои чувства, редко говорят о них с близкими, внешне проявляют эмоции и чувства, не знают, как их выразить.

Таким образом, проблема подавления эмоций и чувств, особенно отрицательных, актуальна для лиц определенного пола и возраста. При этом важно помнить, что подавлять эмоции как минимум вредно для физического здоровья. Но и психологическое здоровье зависит от умения человека распознавать и контролировать свои эмоции, адекватно выражать их с учетом ситуации. Поэтому исследования в данном направлении следует продолжать как в части диагностики, так и в части помощи людям, испытывающим трудности в выражении эмоций.

К содержанию

*А. А. Александрович (Н. С. Зубарева)*

*Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ С ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ**

Актуальность проблемы обусловлена усугубляющейся тенденцией к увеличению количества контингента школьников, имеющих отклонения в поведении. Социально-кризисные процессы, происходящие в современном обществе, негативно влияют на психику людей, порождая тревожность и напряженность, озлобленность, жестокость и насилие. Согласно статистическим данным, в обществе фиксируется рост социально неодобряемого поведения среди лиц различных социальных и демографических групп. В особенно сложном положении в этот период оказались подростки. Исследователи отмечают, что отклоняющееся поведение в той или иной форме присуще 50 % учащихся начальной школы, наблюдается резкий рост бродяжничества, алкоголизации, наркомании, преступности среди подростков.

Анализ конкретного случая девиантного поведения подростка, определение мотива совершения им проступка невозможен без учета характерологических и личностных свойств, сопряженных с типом ситуации развития. Исследования психологов позволяют констатировать, что детерминирующими факторами отклоняющегося поведения являются личностные факторы, а ситуативные играют роль модулятора, определяя вариативность проявления личностных особенностей. Чтобы не допустить возникновения девиаций, необходимо раннее распознавание личностных изменений, ведущих к отклонениям в поведении. В психологии укоренилась традиция осуществления психологического анализа

сложившихся личностных особенностей в зависимости от условий развития личности. Запросы общества, науки, воспитательных систем свидетельствуют о необходимости продолжения работы по изучению личностных особенностей современных младших подростков в связи с характером их отношений к ближайшему окружению.

Цель исследования состоит в изучении и анализе личностных особенностей современных подростков с девиантным поведением. Выборка исследования – 36 подростков в возрасте 13–15 лет. Использовались следующие методики: «Самооценка психических состояний» Г. А. Айзенка, «Опросник акцентуаций личности Леонгарда-Шмишека», методика агрессивности в модификации Розенцвейга.

В целом, согласно полученным данным, подростки редко демонстрируют акцентуированные черты личности и выраженные агрессивные действия, но их самооценка часто является завышенной. Полученные результаты показали, что подросткам с девиантным поведением присущи физическая, вербальная и косвенная агрессия, сниженная мотивационная и познавательная активность, низкий уровень адаптивности в социуме, низкий уровень толерантности и негативное отношение к окружающим, низкий уровень эмпатии, тенденция к нарушению норм и правил, эмоциональная неустойчивость и тревожность,

Подводя итоги, можно сказать, что подростковый возраст является переломным, кризисным в жизни человека. Так, чувство взрослости, присущее подросткам, очень часто является причиной как социальных, так и семейных конфликтов. Из-за многих противоречий подростковый возраст является фактором риска к отклоняющему поведению. Среди подростков широко распространены агрессия, низкий уровень эмпатии и толерантности, стремление нарушать правила. При этом отклоняющееся поведение подростков не всегда является осознанным. Среди причин, обуславливающих различные девиации, выделяют психобиологические, социально-психологические и психолого-педагогические факторы. При этом большую роль среди указанных причин играют характерологические особенности. Речь идет об акцентуациях характера, проявляющихся в подростковом возрасте и влияющих на поведение подростков. Закрепление некоторых черт характера мешает подростку адаптироваться в окружающей среде и может стать одной из причин его отклоняющегося поведения. В этой связи видится интересным изучить на расширенной выборке подростков, существует ли связи между девиантным поведением и определенными акцентуациями характера у современных подростков.

### Список литературы

1. Беличева, С. А. Этот опасный возраст: о психологических особенностях переходного подросткового возраста / С. А. Беличева. – М. : Знание, 1982. – 96 с.
2. Белкин, А. С. Отклонения в поведении школьников: учеб. пособие / А. С. Белкин. – Свердловск, 1973. – 327 с.
3. Бурлачук, Л. Ф. Словарь-справочник по психодиагностике / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов. – СПб. : Питер Ком, 1999. – 258 с.
4. Гальбук, Ю. З. Психодиагностика в школе / Ю. З. Гальбук. – М. : Знание, 1981. – 80 с.
5. Дольто, Ф. На основе подростка / Ф. Дольто. – СПб. : Петербург–XXI век, 1997.
6. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – М. : Прогресс, 1996. – 344 с.

К содержанию

*Е. В. Андрейчикова (С. Л. Ящук)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **КОНФЛИКТНОСТЬ СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА**

Жизнь человека – от рождения до смерти – представляет собой своеобразную цепную реакцию последовательно возникающих конфликтов, которые индивид вынужден так или иначе решать. Каждый из нас интуитивно понимает, что такое конфликт, однако от этого определение о его содержании не становится более простым для понимания. В психологии термин «конфликт» трактуется как столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов оппонентов или субъектов взаимодействия [1]. Тут же возникает вопрос, а как же управлять своим конфликтным состоянием, контролировать свои эмоции в конфликтных ситуациях.

В психологии выделяется такое понятие, как эмоциональный интеллект, который отвечает за саморегуляцию конфликтных проявлений личности. Эмоциональный интеллект подразумевает собой способность индивида осознавать, понимать, управлять и рефлексировать свои эмоции, распознавать и реагировать на эмоции других людей [2]. Через эмоции мы реагируем на события, слова и обстоятельства. Если их не понимать, происходящее будет искажаться, а наши ошибочные реакции будут провоцировать возникновение конфликтных ситуаций. Человек с развитым

эмоциональным интеллектом реагирует на причины, а не действия или эмоции, что повышает осознанность его действий, помогает ему правильно воспринимать критику, понимать других людей и отвечать им адекватной реакцией. По статистике, люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта гораздо реже вступают в конфликты, что свидетельствует о важности его развития, ведь конфликтные люди подвергаются гораздо большей вероятности появления различных психических заболеваний, а также заболеваний невротического спектра.

Особенно высокий уровень конфликтности наблюдается в студенческой среде, где пересекаются различные социальные, культурные и личностные особенности. В этом контексте проблема изучения связи между уровнем эмоционального интеллекта студентов и их склонностью к конфликтному поведению приобретает особую актуальность.

Цель проведенного исследования заключалась в выявлении взаимосвязи эмоционального интеллекта и стилей поведения в конфликтном взаимодействии. Исследование проводилось на базе БрГУ имени А. С. Пушкина. В исследовании приняли участие 30 респондентов в возрасте 17–20 лет.

В результате исследования выяснилось, что компромисс как стратегия поведения в конфликте связана с высоким уровнем эмоционального интеллекта, в частности, с эмоциональной осведомленностью. Таким образом, респонденты, которые лучше разбираются в эмоциональных состояниях собственных и окружающих, отдают предпочтение стратегии компромисса, которая позволяет частично разрешить проблемную для партнеров ситуацию. Стратегия сотрудничества положительно связана с эмоциональной осведомленностью, эмпатией и умением воздействовать на эмоциональное состояние других людей, но данная связь является слабой. Поэтому можно предположить, что лица с развитым эмоциональным интеллектом будут отдавать предпочтение стратегии сотрудничества в конфликте. Соперничество имеет положительную, но слабую корреляцию с эмоциональной осведомленностью и управлением эмоциями. Таким образом, респонденты, которые в конфликте настроены на борьбу, будут лучше разбираться в эмоциях своих и окружающих, лучше управлять ими. Избегание положительно связано только с управлением эмоциями, отрицательно – с другими показателями эмоционального интеллекта. Следовательно, опрошенные с низкими значениями эмоционального интеллекта будут отдавать предпочтение непродуктивной для решения конфликтов стратегии избегания.

Интересно, что управление эмоциями как составляющая эмоционального интеллекта может характеризоваться высокими значениями при выборе любой стратегии поведения в конфликте, а выбор

активной стратегии сопротивления связан с высокой эмоциональной осведомленностью. Таким образом, студенты с высоким уровнем эмоционального интеллекта отдают предпочтение стратегиям компромисса и сотрудничества, но при развитом умении управлять эмоциями и разбираться в них, высокой активности при разрешении конфликтов могут использовать стратегию соперничества

#### Список литературы

1. Зиньковский, Ю. Г. Конфликтология: учебник для бакалавриата и специалитета / Ю. Г. Зиньковский, Е. В. Землянская – СПб. : 2022. – 324 с.
2. Изард, К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард. – СПб. : Питер, 2000. – 464 с.

К содержанию

*Д. В. Бабий (О. В. Чумакова)  
Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина*

## **СКЛОННОСТЬ К РАССТРОЙСТВАМ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДЕВУШЕК**

С течением времени стандарты красоты меняются, влияя на индивидуальное эстетическое восприятие. Многие считают, что быть худым означает быть красивым, успешным и здоровым, в то время как лишний вес ассоциируется с ленью и непривлекательностью.

Повышенное внимание к внешности, стремление сделать ее привлекательной для окружающих провоцирует проблемы, связанные с пищевыми нарушениями и расстройствами. При этом особенному воздействию внешних факторов подвергаются люди молодого возраста.

В развитых и развивающихся странах число людей, страдающих расстройствами пищевого поведения, постоянно растет. Это обусловлено различными факторами, включая психологические, социокультурные, семейные и когнитивные факторы. Расстройство пищевого поведения – относительно новое психическое заболевание, о котором имеется мало достоверных сведений. Многие расстройства пищевого поведения еще не имеют статуса самостоятельного психиатрического диагноза – это вопрос будущего. Но, несмотря на это, они являются одними из самых распространенных и часто диагностируемых психических заболеваний в современном мире. Как и природа других душевных болезней, расстройства пищевого поведения остаются малопонятными и плохо поддающимися терапии нарушениями.

Под пищевым поведением понимается отношение к пище, стереотипы питания в обыденности и в стрессовых ситуациях, и деятельность по формированию образа тела. Оно включает в себя установки, привычки и эмоции, связанные с едой. Научные исследования в рамках темы работы представлены в трудах И. Г. Малкиной-Пых, В. Д. Менделевича, О. А. Скугаревского, С. В. Сивухи, А. В. Ротова и других авторов [1].

В современном мире отмечается рост аддиктивного поведения среди подростков и молодых людей. Это оказывает негативное влияние на их жизнедеятельность, препятствует самореализации личности и её гармоничному и эффективному развитию. Важно также помнить, что в возрасте ранней юности довольно напряженно происходит формирование нравственного сознания, осуществляется выработка и формирование ценностных ориентаций и идеалов, устойчивого мировоззрения, гражданских качеств личности. Интерес к противоположному полу, потребность в самоутверждении и самосовершенствовании в деятельности оказывают большое влияние на отношение к себе и своему телу, что в патологической форме часто приводит к нарушениям пищевого поведения. Стоит отметить, что у девушек с нарушениями пищевого поведения возникают психологические проблемы, такие как низкая самооценка, неуверенность, деструктивное поведение, зависимость и самокритичность.

Эмпирическое исследование проводилось с целью выявить склонность к расстройствам пищевого поведения у девушек старшего школьного возраста. Выборка составила 46 учащихся 10–11 классов «Средней школы № 2 г. Кобрин». Использовалась методика «Шкала оценки пищевого поведения (Д. Гарнер и др., адаптация О.А. Ильчик и О.А. Скугаревского) [2]. Согласно результатам проведенного исследования, степень склонности к расстройствам пищевого поведения у девушек выявилась следующим образом по предложенным показателям, таблица.

Таблица – Выраженность показателей склонности к расстройствам пищевого поведения

Показатели	% (кол-во человек)	
	< 7 (без отклонений)	≥ 7 (с отклонением)
Стремление к худобе	82,6% (38 чел.)	17,4% (8 чел.)
Булимия	76,1% (35 чел.)	23,9% (11 чел.)
Неудовлетворённость телом	91,3% (42 чел.)	8,7% (4 чел.)
Неэффективность	87% (40 чел.)	13% (6 чел.)
Перфекционизм	82,6% (38 чел.)	17,4% (8 чел.)
Недоверие в межличностных отношениях	80,4% (37 чел.)	19,6% (9 чел.)
Интероцептивная некомпетентность	82,6% (38 чел.)	17,4% (8 чел.)

Среди шкал методики мы выделили 4 шкалы, которые в совокупности в большей степени отражают особенности пищевого поведения и восприятие девушкой собственного тела – стремление к худобе, булимия, неудовлетворенность телом, перфекционизм (неадекватно завышенные требования к себе), что позволило обобщить полученные данные, выделив респондентов с реальными расстройствами пищевого поведения. Мы полагаем, что остальные характеристики – неэффективность, недоверие в межличностных отношениях, интероцептивная некомпетентность – не обязательно говорят о наличии отклоняющегося пищевого поведения и могут встречаться при неэффективных межличностных взаимоотношениях.

Анализ полученных результатов позволил разделить испытуемых на 2 группы:

– первая группа – 71,74 % респондентов (33 человека) – девушки, не имеющие выраженных особенностей пищевого поведения ни по одному из исследуемых критериев;

– вторая группа – 28,26 % респондентов (13 человек) – девушки, имеющие нарушения по одной или нескольким шкалам методики (неудовлетворенность телом, булимия, стремление к худобе, перфекционизм).

Девушки из первой группы не попадают в зону риска развития расстройств пищевого поведения, хотя отдельные показатели по шкалам могут иметь отклонения, не связанные с пищевым поведением, а потому не нуждаются в помощи специалиста. Результаты девушек из второй группы показывают чрезмерное беспокойство о весе и неудовлетворенность собственным телом, наличие эпизодов переедания и очищения. У троих девушек из этой группы имеются отклонения одновременно по 4 основным шкалам – это говорит о высокой вероятности прогрессии заболеваний и ухудшению дальнейшего состояния испытуемых, вплоть до серьезных проблем со здоровьем. Для них необходима помощь специалистов данного профиля (психиатра, психотерапевта и др.).

Таким образом, у большинства девушек по шкале оценки пищевого поведения отклонения не наблюдаются, что соответствует адекватному отношению к приему пищи и объективному принятию своей внешности. Однако у 28,26 % наблюдаются отклонения разной степени выраженности: стремление к худобе, компульсивные переедания и очищения, неудовлетворенность телом и высокий перфекционизм – это говорит о повышенной вероятности прогрессии заболеваний и ухудшению дальнейшего состояния девушек.

### Список литературы

1. Скугаревский, О. А. Классификационные критерии нарушений пищевого поведения и сопряженные поведенческие проявления // Психотерапия и клиническая психология. – 2003. – № 2 (7). – С. 25–29.
2. Скугаревский, О. А. Нарушения пищевого поведения и возможность их скрининговой оценки / О. А. Скугаревский, С. В. Сивуха // Вопросы организации и информатизации здравоохранения. – 2003. – № 3. – С. 41–44.

К содержанию

*В. Н. Баланович (А. В. Даниленко)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ОСОБЕННОСТИ СТРАХОВ У СОВРЕМЕННЫХ ДОШКОЛЬНИКОВ**

Тема детских страхов является довольно актуальной в современном мире, так как дети достаточно часто испытывают стрессы, которые потом являются источниками фобий [3].

Дошкольный возраст – важный этап в жизни каждого человека, на его протяжении идет формирование личности, которое часто сопровождается возникновением детских страхов. Страхи тормозят познавательное развитие детей, являются серьезными препятствиями для их гармоничного развития и затрудняют полноценную социализацию детей в обществе.

Ребенок дошкольного возраста – за несколько лет проходит колоссальный путь как в своем физическом, психологическом так и социальном развитии. У дошкольников активно развивается воображение и меняется тип мышления с наглядно-действенного (в 3–4 года – познание с помощью манипулирования предметами) на наглядно-образное (5–6 лет – познание с помощью представлений предметов, явлений), а к 7 годам мышление становится словесно-логическим (познание с помощью понятий, слов, рассуждений). Все это способствует тому, что дети начинают бояться абстрактных понятий и ситуаций.

Страх также является фактором развития разных девиантных отклонений в поведении детей. Актуальность темы исследования состоит в том, что детские страхи поддаются коррекции до десятилетнего возраста. Соответственно, при своевременном выявлении детских страхов, можно найти способ работы с ними. На данный момент нет унифицированного подхода ко всем детским страхам, необходимо работать с каждым

ребенком индивидуально, в соответствии с его возможностями, особенностями, темпераментом и интеллектом [1, с. 1–5].

Известный физиолог И. П. Павлов считал страх проявлением естественного рефлекса, пассивно-оборонительной реакцией с легким торможением коры больших полушарий. Страх, согласно его исследованиям, основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер и сопровождается определенными физическими изменениями в высшей нервной деятельности. Это выражается в частоте пульса, дыхания, показателях артериального давления, интенсивности выделения желчного сока. Другие исследователи выделяют общие проявления страха, которые подразделяют на физические и психологические. К физическим относят: расстройство желез внутренней секреции, покраснение или бледность лица, сильное расстройство речи и дыхания, судороги грудной клетки, напряженность голосовых связок, мускулатуры. К психологическим проявлениям страха относят: снижение ясности восприятия, поля сознания, заторможенность [4].

В целом понятие «страх» в психологии обозначает ряд эмоциональных состояний, которые могут быть как в пределах нормы (слабые или умеренные реакции, к примеру, это инстинкт самосохранения – он основан на страхе), сильный же страх без обоснованной причины является уже отклонением от нормы и требует серьезной коррекционной работы с ним [2].

Типичными страхами для детей являются страх темноты, войны, сказочных персонажей (список которых у современных дошкольников, подчас, нескончаем), замкнутых пространств, высоты, боязнь остаться одному и т. д. Если не работать со страхами, то они могут мешать не только ребенку, но и сопровождать человека всю жизнь.

Основными причинами детских страхов считаются индивидуальные особенности детей, огромное количество стрессовых ситуаций, недостаточную эмоциональную близость родителей и детей, межличностные конфликты в семьях, смешение семейных ролей, изолирование семьи от внешних контактов. Возникновение страхов обусловлено и тем обстоятельством, что большинство родителей неправильно реагируют на эмоциональное неблагополучие детей, у них отсутствует психолого-педагогическая грамотность. Страхи нарушают родительско-детские отношения, отрицательно сказываются на социальной активности, препятствуют позитивным взаимоотношениям дошкольников со сверстниками и взрослыми.

### Список литературы

1. Антонова, Е. В. Коррекция страхов у детей старшего дошкольного возраста методами артпедагогике / Е. В. Антонова, О. А. Томашевская // Теория и практика образования в современном мире : материалы VII Междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, июль 2015 г.). – СПб. : Свое издательство, 2015. – С. 1–5.
2. Вологодина, Н. Г. Детские страхи днем и ночью / Н. Г. Вологодина. – М. : Феникс, 2017. – 224 с.
3. Зубанова, С. Г. Детские страхи / С. Г. Зубанова. – М. : Научная книга, 2013. – 281 с.
4. Коненко, Е. А. Особенности содержания страхов у детей дошкольного возраста / Е. А. Коненко, Н. Н. Михайлова, С. И. Артемова // Молодой ученый. – 2015. – № 15 (95). – С. 547–549.

К содержанию

*А. П. Белозерова (А. О. Семянникова)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

Ценностные ориентации – это устойчивые, значимые для человека представления о том, что является ценным, важным, желательным. Они отражают его личные убеждения, идеалы, принципы, на которые он опирается в своей жизни. Системы ценностей, как правило, индивидуальны. Однако, эти системы индивидуальны лишь постольку, поскольку индивидуальное сознание отражает сознание общественное.

Формирование ценностей зависит от разных факторов. Может иметь место влияние разнообразных внешних ситуаций, событий, людей. Значимо и влияние семьи, так как впервые с ценностным отношением к жизни ребенок встречается в семье в процессе воспитания, отношений с членами семьи, на уровне традиций. Взаимодействие с обществом не может не оказывать влияние на формирование ценностей: культура, религия, законы, традиции, социальные нормы – все это способствует приобщению к определенным ценностям. В процессе образовательной деятельности, как направляемой (школа, вуз), так и самостоятельной (различные информационные ресурсы) человек также становится носителем определенных ценностей. Медиа-ресурсы, которые присутствуют в жизни каждого человека в форме СМИ, интернета, фильмов, музыки, игр транслируют свои ценности, которые могут влиять на

формирование личных ценностей. Не менее значим и личный опыт человека, его взаимодействие с окружающими, участие в событиях, трудовая деятельность, которые также формируют ценности.

Подростковый возраст характеризуется как период активного формирования системы взглядов на окружающую действительность, взглядов на самого себя и других людей, принятие себя в многогранном мире, что составляет мировоззренческую структуру человека. Формирование структуры ценностей у подростков определяется характерной для этого периода специфической ситуацией развития. К основным чертам развития ценностей в подростковом возрасте относятся:

1. Нестабильность и поиск. Подростковый возраст характеризуется как период активного формирования системы взглядов на окружающую действительность. Ценностная система подростка находится в постоянном движении, переоценке, испытаниях. Подросток ищет свои ценности, сравнивает их с ценностями семьи, сверстников, общества.

2. Влияние социума. Социальное становление человека происходит в течение всей жизни и в разных социальных группах. Сверстники, интернет, медиа, музыка, знаменитости оказывают сильное влияние на формирование ценностей, а также гражданских и личностных качеств.

3. Эгоцентризм. Особенно сильное влияние на развитие личности подростка оказывает совершенствование его самооценки и самосознания, где самооценка выступает центральным звеном в изменениях, происходящих в его психическом развитии. Подросток часто сосредоточен на собственных проблемах и желаниях, что может вести к конфликтам с родителями и учителями.

4. Идеализм. Подростковый возраст – важный период в развитии идеалов личности. Идеалы становятся образцом для подражания, правилом, в соответствии с которым подростки пытаются действовать. Подростки могут становиться сторонниками определенных идей, идеологий и движений, даже становиться радикальными в своих взглядах

5. Риск. Поиск собственной идентичности и место в жизни может привести к рискованному поведению, например, экстремальным хобби, конфликтам, проблемному поведению.

Таким образом, развитие ценностных ориентаций в подростковом возрасте – это сложный и динамичный процесс, который требует внимания и поддержки со стороны взрослых. Важно предоставить подростку возможность для самостоятельного формирования своей ценностной системы, основанной на моральных и этических принципах, которые помогут ему жить счастливо и гармонично.

К содержанию

*К. С. Бобр (Е. А. Гузюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ПСИХОЛОГИИ В ОБЫДЕННОМ СОЗНАНИИ МОЛОДЕЖИ**

Психология играет важную роль в жизни современного человека. Именно психологические знания помогают людям взаимодействовать друг с другом, развивать эмпатию и справляться с жизненными трудностями. Однако в нашем обществе представления о психологии как науке и о деятельности психологов все еще являются размытыми. Целью нашей работы стало выяснить, как выглядит психология в обыденном сознании молодежи. Для этого был проведен специальный опрос среди 25 студентов гуманитарных специальностей в возрасте от 17 до 20 лет.

Результаты проведенного опроса показали, что большинство молодых людей представляют себе психологию как науку, изучающую эмоциональную составляющую психики человека: его чувства, психологические травмы, привычки (44 % респондентов). Некоторые респонденты высказали мнение о том, что психология изучает поведение человека и обуславливающие его факторы (40 %). 8 % опрошиваемых считают, что психология – это наука, изучающая психику человека и животных и также 8 % опрошенных ответили, что психология изучает особенности строения человеческого мозга и нервной системы.

Отвечая на вопрос о том, что именно является предметом изучения психологии, большая часть респондентов ответила, что психология изучает чувства, эмоции, образы мышления (40 %). Так же молодые люди отвечали, что психология изучает виды и причины поведения человека (36%), взаимодействие человека с социумом (16 %) и особенности строения головного мозга и нервной системы человека (8 %).

Несколько по-разному молодежь понимает то, для чего людям нужна психология: 48 % респондентов считают, что психология должна помогать людям справляться с травмирующими событиями и трудными жизненными ситуациями; 40 % респондентов ответили, что психология необходима человеку для познания самого себя; 28 % опрошенных склоняются к тому, что психология должна способствовать улучшению навыков социализации человека и его взаимоотношений с другими людьми; 24 % респондента отметили, что психология нужна человеку для познания окружающего его мира.

Среди респондентов так же был поднят вопрос о том, обязательно ли психологу получать специальное образование по психологии. Большинство респондентов (80 %) считают, что получение психоло-

гического образования обязательно для грамотного специалиста. Лишь пятая часть респондентов уверены, что стать хорошим специалистом в области психологии можно и без получения соответствующего образования.

В заключении респондентам был задан вопрос о том, могут ли они назвать себя психологами. 56 % молодых людей ответили отрицательно, так как не могут считать психологом человека, не получившего соответствующее образование. 36 % опрошенных ответили, что могут назвать себя житейскими психологами: дать совет и оказать поддержку близким людям. Лишь 8 % респондентов считают, что могут назвать себя психологами.

Таким образом, психология в глазах молодежи является основным ключом к пониманию самих себя: своего поведения, чувств, эмоций. Также, по мнению респондентов, она помогает людям справляться с жизненными трудностями и развивать свои навыки социализации. Психология воспринимается молодыми людьми как сложная наука, требующая специальных знаний.

К содержанию

*И. В. Борель (В. Ю. Москалюк)  
Барановичи, БарГУ*

## **ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РЕАГИРОВАНИЯ НА СИТУАЦИЮ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Фрустрация – психическое негативное состояние, обусловленное неудовлетворения тех или иных личностных потребностей. Данное состояние чаще всего выражается в переживаниях тревоги, разочарования, раздражительности и отчаянии. Н. Д. Левитов в своей работе «Фрустрация как один из видов психических состояний» определяет фрустрацию как состояние человека, выражающееся в характерных особенностях переживаний и поведения и вызываемое объективно непреодолимыми (или субъективно так понимаемыми) трудностями, возникающими на пути к достижению цели [1]. Автор идентифицировал данные негативные проявления с депрессией, реакцией избегания и регрессией [1; 2]. Вместе с тем, С. Розенцвейг различает два типа фрустрации [3, с. 8]. Первичная фрустрация, или лишение. Она образуется в случае, если субъект лишен возможности удовлетворить свою первичную потребность. Пример: голод, вызванный длительным голоданием. Вторичная фрустрация. Она

характеризуется наличием препятствий или противодействий на пути, ведущем к удовлетворению потребности.

В юношеском возрасте проблема фрустрации является особенно острой, так как в этот период молодым людям предстоит решить много задач: планирование жизненного пути, выбор профессии, дальнейшее обучение, обретение независимости. Но экономическая нестабильность, отсутствие уверенности в завтрашнем дне и изменение ценностей осложняет процесс адаптации в современном мире.

Выборку исследования составили 100 респондентов: 50 студентов 1 курса и 50 студентов 4 курса, обучающихся на лингвистическом факультете и факультете педагогики и психологии в Барановичском государственном университете. В исследовании использованы: методика В. В. Бойко «Определение склонности к фрустрации»; методика «Диагностика уровня социальной фрустрированности» Л. И. Вассермана.

Согласно данным исследования, у 52 % студентов *первого курса* склонность к фрустрации не выявлена: они владеют навыками успешного преодоления фрустрирующих состояний и ситуаций. Устойчивая тенденция к фрустрации обнаружена у 44 % первокурсников: они склонны к внезапным переживаниям, разочарованиям, испытывают чувства неудовлетворенности, вины, раздражительны. Чрезмерно фрустрированы 4 % первокурсников. Таким образом, фактически каждый второй первокурсник не в состоянии удовлетворить свои потребности, переживает из-за этого. Значения социальной фрустрированности распределились следующим образом. Среди первокурсников две трети опрошенных характеризуются низкими значениями показателя (66 %), таким образом эти студенты удовлетворены своими достижениями и положением в системе социальных отношений. Социально благополучны в этом отношении и 18 % студентов-первокурсников, у которых зафиксирован пониженный уровень социальной фрустрации. Значения 12 % студентов являются неопределенными, таким образом, они испытывают некоторое напряжение в социально-значимых ситуациях. Повышенный уровень социальной фрустрированности выявлен у 4 % обследованных, которые слабо приспособлены к социальной реальности.

Для большинства студентов *четвертого курса* характерна устойчивая тенденция к фрустрации (52 %). Возможно, это связано с возникновением когнитивного диссонанса между возможностями и желаниями. Отсутствие фрустрации можно наблюдать у 42 % обследуемых, что является основой успешного обучения и профессионального становления личности. Очень фрустрированных студентов оказалось 6 %. Большинство четверокурсников характеризуются очень низкими, низкими и пониженными значениями социальной

фрустрированности – 58 %, 14 % и 12 % соответственно. Эти студенты удовлетворены своим успехами и местом в социальной иерархии. Значения 10 % являются умеренными и неопределенными, а у 6 % студентов уровень социальной фрустрированности является высоким и повышенным, таким образом они испытывают трудности при решении социальных вопросов и поиске конструктивного выхода из сложной ситуации.

Таким образом, студенты-четверокурсники более фрустрированы, чем первокурсники. Последние чаще используют все необходимые личностных ресурсы для саморазвития и преодоления жизненных трудностей. Студенты-четверокурсники часто болезненно воспринимают ситуации, когда их потребности не удовлетворены. Вместе с тем что студенты первого и четвертого курсов не испытывают социальную фрустрированность, их социальные потребности максимально удовлетворены.

#### Список литературы

1. Эрбегеева, А. Р. Психологическая поддержка студентов, находящихся в состоянии фрустрации : на примере студентов педагогического вуза : дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / А. Р. Эрбегеева; – Самара, 2009, – 192 с.

2. Левитов, Н. Д. Фрустрация как один из видов психических состояний / Н. Д. Левитов // Вопросы психологии. – 1967. – № 6. – С. 118–129.

3. Дементий, Л. И. Фрустрация: Понятие и диагностика: учеб.-метод. пособие : Для студентов специальности «Психология» / Л. И. Дементий. – Омск: Изд-во ОмГУ, 2004. – 68 с.

К содержанию

*Д. А. Брикун (А. А. Гаврилович)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ОСОБЕННОСТИ АГРЕССИВНОСТИ У СПОРТСМЕНОВ РАЗНОГО ПОЛА**

Проблема агрессии и агрессивности спортсменов не теряет своей актуальности для современного спорта высших достижений. Это находит отражение в ее разноплановых исследованиях в области спортивной психологии. Так, в работах Е. Н. Каспаровой, В. П. Малецкой изучается агрессивное поведение спортсменов-единоборцев, Р. К. Бикмухаметова,

Н. А. Серебренниковой – баскетболистов и волейболистов, А. Р. Ивановой – пловцов. А. Б. Крючкова исследовала специфику соотношения агрессивности и индивидуально-психологических особенностей личности спортсменов. Результаты кросскультурных исследований агрессивности представлены А. Алиайдарай, М. И. Галич. Сравнению проявлений агрессии и агрессивности у спортсменов и неспортсменов посвящены работы В. К. Сафонова.

Цель нашей работы – изучение особенностей агрессивности у спортсменов разного пола. Организованное нами исследование осуществлялось на базе факультета физического воспитания и спорта Брестского государственного университета имени А. С. Пушкина. Выборку составили 80 студентов-спортсменов ( $n = 80$ ) факультета физического воспитания 1–4 курсов дневной и заочной форм получения образования, из них 40 – юноши ( $n = 40$ ) и 40 – девушки ( $n = 40$ ). Участие в исследовании было добровольным.

В качестве психодиагностического инструментария использовалась методика «Опросник исследования уровня агрессивности» А. Басса и А. Дарки [1, с. 103-108], предназначенная для измерения склонности спортсменов к проявлению различных видов и компонентов агрессивности как спортивно важного качества.

Обобщенные результаты первичной обработки методики А. Басса и А. Дарки, полученные в выборках спортсменов разного пола представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Среднее значение (М) выраженности форм агрессии у спортсменов разного пола

Формы агрессии	Среднее значение (М)	
	девушки	юноши
Физическая агрессия	63,7	55,03
Вербальная агрессия	47,33	42
Косвенная агрессия	42,9	33,3
Негативизм	48,4	49,86
Раздражение	51,56	38,13
Подозрительность	61,23	54,26
Обида	166,93	156,23
Чувство вины	99,96	88

Результаты исследования агрессивных и враждебных реакций спортсменов разного пола подверглись первичной математической

обработке. Средний показатель индекса агрессивности составил 22,11 для выборки спортсменок и 16,19 – для выборки спортсменов-юношей.

В ходе исследования выявлено, что у спортсменов исследуемых групп значения индекса агрессивности не превышают допустимую норму, в тоже время у спортсменок он более высокий.

Схожая тенденция наблюдается и по параметру враждебности. Средние показатели индекса враждебности, полученные по методике Басса-Дарки, составляют 10,38 в выборке спортсменок и 8,72 – в группе спортсменов-юношей.

В ходе исследования также было установлено, что у спортсменов обеих выборок значения индекса враждебности не выходят за границы нормы, вместе с тем, у спортсменок он сравнительно выше.

Полученные результаты позволяют говорить скорее о тенденциях проявления агрессивности, как спортивно важного качества, у спортсменов разного пола. Более детальные выводы требуют дальнейшего изучения проблемы, в том числе, в разрезе тренировочной и соревновательной деятельности.

#### Список литературы

1. Практикум по спортивной психологии / под ред. И. П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002. – 288 с.

К содержанию

*А. А. Брынза (Д. Э. Синюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ФЕНОМЕН ПРОКРАСТИНАЦИИ В ПСИХОЛОГИИ**

Прокрастинация, или привычка откладывать дела на потом, давно перестала быть просто «ленивым» поведением. Она превратилась в феномен, который привлекает пристальное внимание ученых, изучающих человеческое поведение. В современной психологии прокрастинация рассматривается как сложный когнитивно-поведенческий паттерн, влияющий на множество аспектов жизни человека.

В научном мире до сих пор нет единого мнения о том, что такое прокрастинация. Хотя ее изучают уже не одно десятилетие, определение этого феномена остается предметом дискуссий. Разные авторы видят прокрастинацию по-своему. Я. И. Варваричева считает, что прокрастинация – это сознательное откладывание субъектом намеченных действий, подчеркивая роль осознанности в этом процессе [1]. Е. П. Ильин связывает

прокрастинацию с ленью [2], а Н. В. Боровская определяет ее как привычку откладывать необходимые дела [3].

Исследователи выделяют несколько ключевых характеристик прокрастинации: нерациональность (индивид осознает потенциально негативные последствия откладывания, но не предпринимает шагов для изменения ситуации); осознанность (человек намеренно отодвигает выполнение запланированных задач, даже если их нужно завершить срочно); а также негативные эмоциональные реакции, стресс и внутренний дискомфорт, которые помогают отличить прокрастинацию от лени [2].

N. Milgram и его коллеги первоначально выделили пять категорий прокрастинации: академическая, связанная с образовательной сферой и задержками в выполнении необходимых для учебы действий; прокрастинация в процессе принятия решений; компульсивная, чаще проявляющаяся как хроническое откладывание всего; невротическая, представляющая собой откладывание важных жизненных решений (например, выбор профессии или создание семьи); бытовая, касающаяся повседневных задач (уборка, покупки и т. д.). Однако позже N. Milgram совместно с R. Tenne упростил эту классификацию, оставив только два типа: откладывание выполнения заданий и задержка в принятии решений [4].

В области психологической практики исследования феномена прокрастинации можно выделить две ключевые тенденции: анализ данного явления в позитивном или негативном свете [2]. К негативным последствиям прокрастинации стоит, прежде всего, отнести низкие результаты достижения поставленных целей. Это связано с недостатком таких личностных качеств, как самоконтроль, адекватная самооценка и слабое развитие волевых способностей. Существует мнение, что прокрастинация истощает ресурсы человека, так как затрачивает много энергии на выполнение второстепенных задач и перестановку времени. Важно отметить, что прокрастинаторы могут справляться с множеством однотипных и несущественных дел, в ущерб важным и желаемым задачам. Однако, как подчеркивают исследователи, данная стратегия не решает проблемы прокрастинации и не способствует личностному росту [1]. К негативным проявлениям этого явления ученые также относят стресс; высокую тревожность в различных ситуациях и личностную, заниженную самооценку; перфекционизм; стремление избежать неудач; недостаток волевой саморегуляции; проблемы с постановкой приоритетов; низкую эффективность саморегуляции и реакцию сопротивления на внешнее давление [1–3].

В отношении позитивного аспекта феномена прокрастинации можно отметить следующие утверждения исследователей: ощущение психологической безопасности; получение удовольствия от бездействия; условное

переживание собственной свободы; наслаждение отсутствием активной деятельности; отдых; переключение с задач, требующих серьезной подготовки и волевых усилий; принятие ответственности за свои решения в процессе контроля времени; мобилизация внутренних ресурсов в условиях сжатых сроков [4].

Следовательно, прокрастинация – сложное и многогранное явление. Несмотря на множество исследований, посвященных этому феномену, еще много чего неизвестно о его причинах, структуре и механизмах. Необходимы дальнейшие исследования, которые помогут нам лучше понять прокрастинацию и разработать более эффективные стратегии ее преодоления.

#### Список литературы

1. Варваричева, Я. И. Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы исследования / Я. И. Варваричева // Вопросы психологии. – 2010. – № 3. – С. 121–131.
2. Ильин, Е. П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2011. – 224 с.
3. Боровская, Н. В. Психологические и психофизиологические предпосылки лени студентов : автореф. дис. канд. психол. наук по специальности : 19.00.07 / Н. В. Боровская. СПб., 2008. – 25 с.
4. Milgram, N. Correlates of academic procrastination / N. Milgram, G. Batori, D. Mowrer // Journal of School Psychology. – 1993. – vol. 31. – № 4. – P. 487–500.

К содержанию

*А. М. Будницкая (Н. Д. Джига)  
Барановичи, БарГУ*

### **ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ ОБ ОБРАЗЕ ФИЗИЧЕСКОГО «Я» В ПСИХОЛОГИИ**

Тематика Я-физического была предметом изучения во многих работах как отечественных, так и зарубежных психологов. Это свидетельствует о значимости данной психической реальности. Тем не менее, исследования в этой области зачастую сопровождаются несоответствиями в терминах и концепциях, а также разнообразием методов их анализа. В данной статье мы стремимся систематизировать некоторые исследования, связанные с «образом физического «Я», и более детально рассмотреть аспекты его определений.

Повышение значения человеческой индивидуальности в социальном контексте ставит вопросы телесности и физического образа «Я» в центр психологических исследований. Исследование телесности как способа самопознания служит средством, влияющим на психические процессы через тело, в то время как пренебрежение телесностью часто мешает пониманию личных переживаний и уникальности индивида. Известно, что давление современных стандартов красоты на индивида формирует у его представления об идеальном теле, что проявляется в стремлении к совершенству и попытках избежать чувства неполноценности. В таких условиях молодежь все чаще выражает недовольство своим телом, воспринимая его как непривлекательное. Невозможность принять свой образ может вызвать негативное отношение к себе, снижение самооценки и утрату чувства собственной уникальности.

В области психологии восприятие индивидом своих физических характеристик и привлекательности выражается через термины «Я-телесное» и «Я-физическое», которые являются частью целостной Я-концепции. Множество исследователей, таких как Р. Бернс, Е. Т. Соколова, В. С. Мухина, И. И. Чеснокова, М. Владимирова и И. С. Кон акцентируют внимание на том, что восприятие своего тела, его размеров, формы и привлекательности играет ключевую роль в формировании представления о собственном Я.

Согласно исследованиям Р. Бернса, Я-концепция формирует представление индивида о себе, а также его взгляды на возможности личностного роста в будущем. В рамках общей Я-концепции, которая включает в себя установки, ориентированные на самого себя, Р. Бернс выделяет три компонента:

1) реальное Я – это установки, касающиеся того, как индивид осознает свои текущие способности, роли и статус, то есть, каким он является на самом деле;

2) зеркальное (социальное) Я – это установки, связанные с представлениями индивида о том, как его воспринимают окружающие;

3) идеальное Я – это установки, отражающие представления индивида о том, каким он стремится стать [1, с. 28–31].

В своих исследованиях Е. Т. Соколова указывает на то, что «телесное Я» выступает как этап в развитии самосознания ребенка – становлении телесной самоидентичности [2, с. 23]. Для ребенка основой в познании окружающей действительности служит, прежде всего, его собственное тело. Именно через физические ощущения он начинает различать: «внутри» и «снаружи», «там и здесь», и, усваивая телесный опыт, выделяет себя из общей картины мира как активного участника. Также Е. Т. Соколова выделяет классификацию Р. Шонца, который

анализирует образ тела на четырех уровнях: «схема тела», «телесное Я», «телесное представление» и «концепция тела» [2, с. 22]. Мы связываем эти уровни с различными определениями Я-физического, которые встречаются в литературе.

В рамках психоаналитического подхода О. В. Лаврова определяет телесное «Я» как активного субъекта, который проявляет себя в телесном бытии и имеет способность получать чувственный опыт и выражать себя в телесной экспрессии [3]. Некоторые исследователи описывают психологический феномен, известный как «телесность» (Т. С. Леви, Д. А. Бескова, В. М. Розин, Б. В. Марков). Так, согласно определению Д. А. Бесковой «телесность – феноменологическая реальность, представляющая собой сочетание биопсихосоциальных аспектов телесного бытия субъекта в физическом мире» [4].

В своих исследованиях Л. Г. Уляева раскрывает «Я-физическое», как существующий в действительности психический механизм, который на системном уровне обеспечивает саморегуляцию, саморазвитие, самодвижение и самореализацию человека [5].

Таким образом, в феномене телесности можно выделить связь с различными уровнями существования субъекта: как схема тела – с уровнем жизненной активности, как образы и концепции тела – с телесно-чувственным и разумно-волевым уровнями, а как телесное «Я» – с индивидуальным уровнем восприятия реальности.

#### Список литературы

1. Бернс, Р. Б. Развитие «Я»-концепции и воспитание / Р. Бернс. – М. : Прогресс, 1986. – 320 с.
2. Соколова, Е. Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности / Е. Т. Соколова. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1989. – 215 с.
3. Лаврова, О. В. Концепция телесности в интегративной психотерапии / О. В. Лаврова // Журнал практического психолога. – 2006. – № 1. – С.136–147.
4. Бескова, Д. А. Телесность как пространственная структура / Д. А. Бескова, А. Ш. Тхостов // Междисциплинарные проблемы психологии телесности / ред.-сост. В.П. Зинченко, Т.С. Леви. – М., 2004. – С. 133–148.
5. Уляева, Л. Г. Методы оценки сформированности образа Я-физического у занимающихся таэквондо / Д. А. Бескова // Юбилейный сборник научных трудов молодых ученых и студентов РГАФК. – М., 1998. – С. 192–197.

К содержанию

*Д. Д. Виринская (В. Ю. Москалюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ДЕПРЕССИИ СТУДЕНТАМИ**

В современном мире понятие «качественное образование» постоянно приобретает все новые черты, включает довольно большое количество самых разных факторов, начиная от актуальности информации с соответствующей практикой и заканчивая благополучием ментального здоровья и комфортной образовательной средой. Но не всегда получается сохранить свое здоровье в различных стрессовых ситуациях, которые в избытке присутствуют во время обучения в любом высшем учебном заведении.

В статье мы хотим обозначить идею о том, что чрезмерные стрессы могут провоцировать возникновение депрессивных состояний у студентов. При этом депрессию мы будем рассматривать как непсихотическую (в терминологии А. Бека), что позволяет расширить ее изучение не только клиническими рамками.

В различных странах постоянно ведется статистика среди учащихся университетов для полноценной оценки проблемы стресса в целях оказания им быстрой и эффективной помощи. Например, научный сотрудник факультета психиатрии Университетского колледжа Лондона (University College London, UCL), доктор Тайла МакКлауд считает, что изменение психического состояния студентов в худшую сторону может быть связано с «растущим финансовым давлением и беспокойством по поводу достижения высоких результатов в более широком экономическом и социальном контексте. По мнению автора другого исследования, доктора и доцента школы психиатрии UCL Джеммы Льюис, ухудшение психологического здоровья в университете может иметь последствия и в дальнейшей, постуниверситетской жизни. Во Франции согласно результатам опроса, проведенного институтом CSA для студенческого фонда LMDE, почти 70 % студентов французских вузов сталкиваются с депрессией в процессе обучения. В общей сложности 68 % из 3000 опрошенных учащихся заявили, что испытывали симптомы депрессии, а 36 % отметили, что у них были мысли о самоубийстве. В Германии с помощью опроса выявили, что каждый третий студент подвержен риску эмоционального выгорания. В исследовании Forsa было также установлено, что 44 % всех студентов испытывают стресс во время учебы. Среди его основных причин выделяют экзамены (51 %), необходимость совмещать работу и учебу (33 %) и финансовые затруднения (23 %).

Регулярный стресс также отражается на физическом состоянии студентов: большинство опрошенных отметили, что помимо утомления страдают от головных болей, трудностей с концентрацией внимания и болей в спине.

Также по многим исследованиям выяснилось, что данный тип депрессии (сопровожающий обучающихся высших учебных заведений) является довольно острой проблемой во всем современном мире: практически у 60 % людей, получающих образование, она проявляется в разной степени, причем девушки оказались более подвержены депрессивным состояниям.

Одной из частых проблем возникновения депрессивных расстройств являются проблемы в общении, которые начались еще со школьных времен. И усугубляются они с резкой сменой обстановки и социума. Помимо этого, степень выраженности депрессии может зависеть от специальности, на которой учатся студенты, курса обучения (например, на первом году обучения, когда уровень стресса от непривычной обстановки и смены социума максимален), а также места проживания, поскольку для иногородних студентов этот вопрос стоит более остро, чем для студентов, обучающихся в родном городе, что также порождает новые источники стресса.

Чем же можно помочь студентам, как сохранить в норме их психологическое состояние? В учреждениях высшего образования в последние годы стали заниматься профилактикой и оказанием надлежащей помощи студентам квалифицированными специалистами – психологами и педагогами. Целесообразным является создание программ помощи в адаптации для студентов первых курсов. Также очень важна адекватная коммуникация преподавателей со студентами и коммуникация между ними самими, выстраивание доброжелательной атмосферы в коллективе. Все это и многое другое помогает преодолевать стресс, вызываемый учебой.

Любой студент может испытывать трудности в обучении и общении в образовательном пространстве вуза, при этом очень важно, чтобы он не оказался «один на один» со своими проблемами.

К содержанию

*А. С. Власюк (Е. А. Гузюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДОШКОЛЬНИКОВ ИЗ ПОЛНЫХ И НЕПОЛНЫХ СЕМЕЙ**

Проблема эмоционального благополучия дошкольников является важной областью теоретических и эмпирических исследований на протяжении последних 40 лет.

Процесс эмоционального развития ребенка опосредуется общением с взрослым, в первую очередь с родителями. Именно родители отвечают за удовлетворение потребностей ребенка и качества его жизни. В ходе развития ребенка и принятия культурно-исторического опыта человечества в общении с взрослым ребенок усваивает и учится различать эталоны эмоциональной экспрессии (мимика, жесты, речь). В семье формируются понимание эмоциональных состояний окружающих, осознание своих эмоций и овладение их названиями, система знаний об эмоциональных явлениях. На развитие способности к пониманию эмоций оказывают влияние эмоциональный климат присущий семье, эмоциональные особенности родителей, их способность к экспрессивному выражению эмоций, способам выражения, содержанию эмоций.

Травмирующие события в раннем возрасте, такие как развод родителей, накладывают отпечаток на всю оставшуюся жизнь человека.

В исследовании мы выявляли особенности эмоциональных состояний детей дошкольного возраста. Исследование проводилось на базе УДО. В нем приняли участие 40 детей дошкольного возраста от 4 до 5 лет, из которых 20 человек было из полных семей и 20 человек из семей разведенных родителей. Для оценки характера испытуемых использовалась методика «Паровозик» (тревожность) С. В. Велиевой.

По результатам проведенной методики две группы исследуемых детей дошкольного возраста обнаружили различия в выборах из восьми цветов у детей из полных и неполных семей: красный, желтый, зеленый, синий, фиолетовый, серый, коричневый, черный.

У большинства детей из полных семей (80 %) мы выявили позитивное психическое состояние, у десятой части опрошенных этой группы обнаружено негативное психическое состояние низкой степени. Такое же количество испытуемых характеризуются негативным психическим состоянием средней степени. В то же время у детей из неполных семей в 55 % случаев выявлено негативное психическое состояние низкой степени, позитивное психическое состояние – примерно у третьей части детей (30 %), у десятой части испытуемых – негативное психическое

состояние средней степени. При этом 5 % детей данной группы характеризуются негативным психическим состоянием высокой степени.

Дети дошкольного возраста из разведенных семей помещают синий цвет на более раннюю позицию ряда по сравнению с детьми дошкольного возраста из полных семей, что свидетельствует о большей выраженности у них потребности в прочной и глубокой привязанности, эмоциональном комфорте и защите от внешних воздействий. Помещение детьми дошкольного возраста из разведенных семей фиолетового цвета на более раннюю позицию ряда в системе «паровозик» свидетельствует о своеобразии самореализации, об индивидуальном стиле решения проблем, о нешаблонности подхода к решению проблем. Это также свидетельствует о недостаточной опоре на опыт, которого не хватает в их жизни. Коричневый цвет дети дошкольного возраста из разведенных семей также помещают на более раннюю позицию ряда в системе «паровозик» по сравнению с детьми дошкольного возраста из полных семей. Это свидетельствует о чувстве тревоги и неуверенности, о физическом перенапряжении. А также указывает на обостренную мнительность, на наличие страхов; говорит о потребности в отдыхе и расслаблении. Помещение черного цвета на более раннюю позицию ряда в системе «паровозик» дошкольниками из разведенных семей указывает на их протестную реакцию на сложившуюся ситуацию, на субъективную оценку ситуации, на отстаивание собственной точки зрения.

Дети из полных семей более открыты, общительны, доброжелательны, внимательны к людям. Они также более независимы, настойчивы в своем выборе, добросовестны, исполнительны, ответственные, целеустремленны и аккуратны, более смелы и решительны. Дети же из разведенных семей, напротив, более замкнуты, недоверчивы, обособлены. Как правило, в своих действиях и поступках они отличаются робостью и нерешительностью. Они более сентиментальны, доверчивы и подвержены влияниям среды. Так, в процессе проведения исследования, дети боялись сделать неверный выбор, что приводило к тому, что они постоянно анализировали реакцию исследователя на их ответы. Но в то же время эти дети лучше умеют контролировать свое поведение. Их концентрация на нужном (верном) выборе была так высока, что игровой момент исследования уходил на задний план.

Можно предположить, что дети из разведенных семей не имеют достаточно крепких эмоциональных связей с семьей, они не чувствуют со стороны семьи ощутимой поддержки, тяжело и, возможно, тяжело переживают ситуацию развода.

К содержанию

*Е. В. Волосяк (В. Ю. Москалюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООЦЕНКИ И ЭМПАТИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

Эмпатия как постижение эмоционального состояния другого, проникновение в его чувства и переживания является состоянием психики, согласно К. Роджерсу, когда человек может «как будто» становиться другим, но не теряя значимость и ощущение «как будто» [1]. От уровня эмпатии зависит восприятие другого человека, а также целостность и точность образа другого. Самооценка – сложный процесс опосредованного познания себя, полагали С. Л. Рубинштейн, Б. Г. Ананьев, Л. И. Божович и др. [2]. Она включает общую и частные самооценки. Общая самооценка отражает уровень самоуважения, целостное принятие или непринятие себя. Частные самооценки характеризуют отношение к отдельным сторонам своей личности, поступкам и успешности отдельных видов деятельности. Согласно И. С. Кону, самооценки – когнитивные схемы, обобщающие опыт личности и организующие новую информацию [3]. В этой связи эмпатия и самооценка могут быть связаны, так как формируются и развиваются в непосредственной деятельности и общении человека.

В исследовании приняли участие 42 учащихся в возрасте с 14–15 лет, обучающиеся в ГУО СШ № 20 г. Бреста имени Героя Советского Союза Д. М. Карбышева. Использовались методики: методика диагностики уровня эмпатических способностей В. В. Бойко, тест самооценки личности С. А. Будасси, методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн. Для определения взаимосвязи между самооценкой и эмпатическими способностями у подростков применялся коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Согласно полученным данным, значимой связи между общим уровнем эмпатии и самооценкой в подростковом возрасте не было выявлено, но были получены данные о взаимосвязи самооценки (методика С. А. Будасси) с несколькими каналами эмпатии, характер связи – прямой

Существует взаимосвязь между уровнем самооценки и интуитивным каналом эмпатии в подростковом возрасте ( $r=0,386$ ,  $p\leq 0,1$ ). Таким образом, при высоком уровне самооценки можно наблюдать большее доверие подростков к своим чувствам, они начинают чаще полагаться на свою интуицию и задействовать свой личный опыт. Это может облегчить процесс общения и помочь во взаимоотношениях с окружающими.

Уровень самооценки коррелирует с установками, которые способствуют или препятствуют работе эмпатических каналов и эмпатии в

целом ( $r=0,314$ ,  $p\leq 0,5$ ). Уровень эмпатических способностей будет снижаться в случае избегания разговоров, контактов, холодности подростка и его незаинтересованности в общении, в чувствах и переживаниях, в жизни собеседника, требовательности к окружающим и к себе. Все это часто характерно для людей с неадекватно низким уровнем самооценки. Вместе с тем при наличии адекватных установок по отношению к людям самооценка подростков часто оказывается высокой.

Коррелирует самооценка и с проникающей способностью в эмпатии ( $r=0,458$ ,  $p\leq 0,1$ ). Последняя проявляется в умении создавать доверительную атмосферу вокруг себя при общении. При адекватном уровне самооценки человек чувствует себя более свободно и непринужденно в окружении людей, общение носит открытый характер. Такая естественная коммуникация только помогает развитию проникающей способности.

В целом, согласно данным исследования, у респондентов преобладает завышенный уровень самооценки, что в некотором роде является типичным для подростка. Для подросткового возраста в целом довольно характерны завышенные или заниженные самооценки, которые на протяжении данного возрастного периода приобретают более адекватную окраску. У большинства подростков был выявлен заниженный уровень эмпатии. Это свидетельствует о том, что у респондентов возникают трудности в понимании чужого поведения, суждений или внутреннего мира другого человека в целом. Проявлять сочувствие и сопереживание в отношении других таким людям также не просто.

Важно отметить, что для проведения более полного исследования на эту тему возможен вариант увеличения выборки, что позволит убедиться в полученных результатах и получить новые.

#### Список литературы

1. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – М. : Прогресс, 1994. – 480 с.
2. Гайфулин, А. В. Различные теоретические подходы в определении понятия самооценки [Электронный ресурс] / А. В. Гайфулин // КиберЛенинка. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/razlichnye-teoreticheskie-podhody-v-opredelenii-ponyatiya-samootsenki/viewer> – Дата доступа: 02.02.2024.
3. Кон, И. С. Открытие «Я» / И. С. Кон. – М. : Просвещение, 1990. – 65 с.

К содержанию

*Е. В. Волосюк, Е. В. Глуховская (В. Ю. Москалюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ЗНАЧЕНИЕ СТРЕССА ДЛЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ**

Б. Г. Мещеряков и В. П. Зинченко рассматривают стресс как состояние психического напряжения, возникающее у человека в процессе деятельности в наиболее сложных, трудных условиях, как в повседневной жизни, так и при особых обстоятельствах [1], само слово «стресс» происходит от латинского *stinger* и означает «затягивать». Концепцию стресса впервые описал Г. Селье в 1936 году, который в своей работе писал о воздействии стрессовых факторов, на которое организм отвечает приспособительной реакцией в виде общего адаптационного синдрома [2].

Люди реагируют на стресс по-разному. Так, реакции могут варьироваться от очень ярких эмоциональных проявлений до сохранения невозмутимости и спокойствия. Согласно В. А. Бодрову, в процессе реагирования на стресс проявляются индивидуальные способы взаимодействия с окружающим миром [3]. Кроме того, по мнению Р. Лазаруса, адаптация к различным ситуациям определяется эмоциями, а их интенсивность и качество зависят от когнитивной оценки и ожиданий от взаимодействия с окружающей средой [4]. Таким образом, реагирование в стрессовой ситуации связано с эмоциональным интеллектом и эмоциональной компетентностью личности.

Д. Мэйер и П. Сэловей рассматривали эмоциональный интеллект как совокупность когнитивных способностей и взаимодействие эмоций с мышлением, а также как часть социального интеллекта [5]. С точки зрения И. Н. Андреевой эмоциональным интеллектом являются умственные способности к пониманию, распознаванию и управлению эмоциями [6]. Д. В. Люсин под эмоциональным интеллектом подразумевает способность к пониманию как своих, так и чужих эмоций, а также умение управлять ими [7]. Эмоциональная компетентность рассматривается как способность осуществлять согласование между эмоциями и поведением [8]. И. В. Белашева, проводя исследование эмоциональной компетентности, выявила связи между компонентами эмоционального интеллекта и устойчивостью к стрессовым ситуациям. Чем выше развита способность понимания чужих и своих эмоций, способность управления ими, а также способность к контролю за внешним выражением собственных эмоций, тем выше нервно-психическая и эмоциональная устойчивость, а соответственно, и устойчивость к стрессовым ситуациям [9]. По мнению Е. П. Ильина, адекватный уровень эмоциональной устойчивости,

способность контролировать собственное поведение и эмоции, спокойное восприятие реальности благоприятно сказывается на стрессоустойчивости и умении находить решения в сложных жизненных ситуациях [10]. Неспособность контролировать эмоции влечет за собой высокий уровень тревожности, а также низкий уровень стрессоустойчивости [6].

Н. А. Лужбина описала взаимосвязь уровня эмоционального интеллекта и реагирование на стрессовую ситуацию: дистанцирование, бегство-избегание, конфронтация выражены при сниженных значениях эмоционального интеллекта; положительная переоценка, планирование решения проблем, самоконтроль – при повышенных значениях; при низком уровне трудная ситуация расценивается как угрожающая, что может привести к конфликтному или девиантному поведению [11].

Реагирование на стресс также связано с эмпатическими способностями личности. Высокий уровень эмпатии может помочь в предотвращении некоторых стрессовых ситуаций. Так, в ситуациях конфликта, отмечает Т. П. Гаврилова, часто проявляются сочувствие и сопереживание – эмоции, которые испытывает другой, проживает сам человек [12]. Однако, высокий уровень эмпатии может стать источником стресса. Данный компонент эмоциональной сферы личности может быть рассмотрен в дальнейших исследованиях с целью более точного понимания эмоциональной стороны реагирования в стрессовых ситуациях.

#### Список литературы

1. Мещеряков, Б. Г. Большой психологический словарь / Б. Г. Мещеряков, В. П. Зинченко. – М. : АСТ, 2008. – 632 с.
2. Селье, Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М. : Прогресс, 1979. – 124 с.
3. Бодров, В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В. А. Бодров. – М. : ПЕРСЭ, 2006. – 523 с.
4. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. Лазарус // Эмоциональный стресс: физиологические и психологические реакции: медицинские, индустриальные и военные последствия стресса / ред. Л. Леви, В. Н. Мясищев. – Ленинград : Медицина, Ленинградское отделение, 1970. – С. 178–208.
5. Сергиенко, Е. А. Роль эмоционального интеллекта в совладении со сложными жизненными ситуациями / Е. А. Сергиенко, Е. А. Хлевная, Т. С. Киселева, А. А. Никитина, Е. И. Осипенко // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2020. – № 4. – С. 120–128.
6. Андреева, И. Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта / И. Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2007. – № 5. – С. 57–65.

7. Люсин, Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн / Д. В. Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3–22.

8. Либина, Е. В. Стили реагирования на стресс / Е. В. Либина, А. В. Либин // Стиль человека: психологический анализ. – М. : Смысл, 1998. – 204 с.

9. Белашева, И. В. Эмоциональная компетентность как критерий и ресурс психологического здоровья личности / И. В. Белашева // Акмеология. – 2016. – №3. – С. 143–152.

10. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2011. – 783 с.

11. Лужбина, Н. А. Копинг-стратегии юношей в контексте эмоционального интеллекта / Г. А. Лужбина, И. А. Ральникова, Е. В. Васильева, О.М. // Человеческий капитал. – 2019. – № 8. – С. 128.

12. Гаврилова, Т. П. Экспериментальное изучение эмпатии у детей младшего и среднего школьного возраста / Т. П. Гаврилова // Вопросы психологии. – 1974. – № 5. – С. 107–114.

К содержанию

*О. В. Гизун (В. Ю. Москалюк)  
Барановичи, БарГУ*

## **СТРУКТУРНО-СОДЕРЖАТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ТОЛЕРАНТНОСТИ К НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК**

Для понимания того, как люди принимают неопределенность и справляются с неопределенностью, выявления механизмов ее преодоления и описания возможных способов развития терпимости к неопределенности» в понятийный аппарат психологии были введены понятия «толерантность к неопределенности» и «интолерантность к неопределенности».

В современных исследованиях толерантность к неопределенности представляет собой научный конструкт, который имеет несколько трактовок: толерантность к неопределенности как черта личности; толерантность к неопределенности как ситуационно-специфичная установка; толерантность к неопределенности как метакогнитивный процесс и навык [1]. Важным аспектом в изучении неопределенности является способность рационально разрешать и преодолевать трудные ситуации – толерантность к неопределенности, и склонность избегать

ситуаций неопределенности – интолерантность к неопределенности [2].

Одним из основных направлений воспитательного процесса студентов является развитие толерантности к неопределенности и конструктивных способов совладания с неопределенностью. Поступая в университет, будущие студенты должны быть готовы к новым задачам, неразрешимым ситуациям, сложным процессам, фрустрациям и непредсказуемости, преодолению тревоги, страха и ощущению беспомощности.

На базе УО «Барановичский государственный университет» было проведено эмпирическое исследование склонности 50 юношей и 50 девушек в возрасте 17–24 года к жесткой регламентации жизни и прогнозируемости происходящего. Представим данные методики «Шкала толерантности к неопределенности» МакЛейна (в адаптации Е. Н. Осина).

Согласно данным исследования, девушки характеризуются средними значениями общего показателя толерантности к неопределенности: 67 % девушек свойственно в основном конструктивное отношение к неопределенности, они готовы работать в условиях нехватки информации, получая новый опыт, условия неопределенности чаще всего не воспринимаются ими как угроза, однако вызывают некоторое психоэмоциональное напряжение. Значения 27 % девушек являются низкими, что проявляется в повышенной тревожности и повышенном реагировании в неопределенных ситуациях, растерянности и неспособности действовать в отсутствие четких ориентиров и правил. Девушки также отдают умеренное (58 %) и низкое (38 %) предпочтение неопределенности, таким образом при прочих равных условиях они выбирают знать, «что, где, почему и зачем происходит», желают ясности и структурированности отношений и происходящего в целом, им сложно что-то изменить, если решение принято. Значения по остальным шкалам у девушек являются средними.

Анализ данных показал, что юноши демонстрируют более высокую толерантность к неопределенности – у 65 % значения общего показателя являются высокими. В целом они более позитивно относятся к новым вызовам, сложным задачам и неопределенным ситуациям. Чаще сами принимают решения и управляют собственной жизнью. Они более склонны к экспериментам, готовы пробовать что-то новое, не боятся рисковать, уверены в себе и не готовы жить «по шаблону» и структурировать свою жизнь, менее склонны к четким правилам и принципам. Также юноши уже менее остро, чем девушки, переживают неопределенность в отношениях с другими, они готовы к изменениям и не боятся неопределенности в межличностном пространстве.

В целом, полученные результаты свидетельствуют о том, что юноши

более адаптированы к университетской среде и более уверены в своих силах. Они проявляют гибкость в восприятии неопределенности и готовы к изменениям, что является важным компонентом успешной адаптации к взрослой жизни. Девушки хуже «справляются» с неопределенностью, больше ценят регламентированность и содержательную определенность событий, ситуаций и взаимодействий, менее гибки к изменяющимся условиям. Вместе с тем, университетская среда в целом «живет» в рамках определенных правил, инструкций и циклических процессов, таким образом, девушки могут оказаться более приспособленными к ней.

#### Список литературы

1. Frenkel-Brunswik, E. Intolerance of ambiguity as an emotional and perceptual personality variable / E. Frenkel-Brunswik // *Journal of Personality*. – 1949. – Vol. 18. – P. 108–143.

2. Левченко, М. А. Доверие к миру в структуре психологической безопасности личности / М. А. Левченко, Е. Н. Ткач // *Физическая культура, спорт, безопасность жизнедеятельности : актуальные проблемы, достижения и перспективы : сб. научных трудов Всероссийской научно-практической конференции, Хабаровск, 25–26 марта 2020 г.* – Хабаровск : Тихоокеанский гос. ун-т, 2020. – С. 159–164.

К содержанию

*М. В. Гиль (М. М. Карнелович)  
ГрГУ имени Я. Купалы, Гродно*

### **РАЗЛИЧИЯ СТРАТЕГИЙ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У ДЕВУШЕК И ЮНОШЕЙ**

В современном мире на подростков воздействует большое количество противоречивой информации. К сожалению, в своем большинстве это различные угрозы: политические, информационные, социально-экономические, экологические, природные, эпидемиологические и пр. Информация формирует абсолютно разнообразные образы в сознании.

Изучение копинга в психологии имеет важное практическое назначение. Стратегии совладания со стрессом следует рассматривать как процесс, предполагающий динамику или постоянные изменения приемов совладания, поскольку личность и среда образуют неразрывную взаимосвязь и оказывают друг на друга взаимное влияние. Методика копинг-стратегии зависит от конкретной ситуации в жизни человека [1].

В настоящее время под копингом понимаются сознательные стратегии преодоления стрессовых ситуаций. Выделяют три подхода к толкованию понятия копинг. Представители первого подхода трактуют копинг как один из способов психологической защиты, используемой для ослабления напряжения. В рамках второго подхода копинг определяют как относительно постоянную предрасположенность отвечать на стрессовые события определенным образом. Согласно третьему подходу, копинг должен пониматься как динамический процесс, специфика которого определяется не только ситуацией, но и стадией развития конфликта, столкновения субъекта с внешним миром [3; 4].

Цель исследования – проанализировать тенденции использования стратегий совладающего поведения в юношеском возрасте, выявить различия используемых копинг-стратегий у девушек и юношей.

Исследование проводилось на базе Гродненского государственного университета имени Янки Купалы. В исследовании приняли участие 35 респондентов, из них 26 девушек и 9 юношей в возрасте от 17 до 23 лет. Все респонденты опрашивались на анонимной и безвозмездной основе.

Реализация поставленных задач и сбор эмпирических данных осуществлялись с помощью опросника «Юношеская копинг-шкала» (ЮКШ ACS) Э. Фрайденберг, Р. Льюис, адаптация Т. Л. Крюковой. Данный опросник изучает индивидуальный профиль стратегий совладания. Методика состоит из 79 утверждений с 5 вариантами ответа. Опросник предоставляет результаты по 18 шкалам, разделенным на 3 группы: продуктивные стратегии (решение проблемы, работа, достижения, духовность, позитивный фокус), непродуктивные стратегии (беспокойство, чудо, несовладание, разрядка, игнорирование, самообвинение, уход в себя, отвлечение, активный отдых) и социальные стратегии (социальная поддержка, друзья, принадлежность, общественные действия, профессиональная помощь).

В эмпирическом исследовании выявлено, что при столкновении со стрессовыми ситуациями юноши в большей степени руководствуются такими копинг-стратегиями, как: «социальная поддержка» – (71,65); «решение проблемы» – (80,22); «работа, достижения» – (76,34), «активный отдых» – (72,00) и «отвлечение» – (72,40). В свою очередь, наименьшая степень выраженности определена у таких копинг-стратегий, как: «общественные действия» – (32,57) и «духовность» – (39,57). На основании чего можно заключить, что опрашиваемые нами юноши в ситуациях стресса более склонны к многообразию стратегий совладающего поведения. Можно заметить высокий уровень по средним показателям неадаптивных стратегий совладания со стрессом.

Для дальнейшего анализа полученных результатов нами был использован U-критерий Манна-Уитни. Были установлены различия по полу в применении стратегий совладающего поведения. Таким образом, на основании результатов проведения математической обработки данных, были обнаружены значимые корреляционные взаимосвязи, следовательно, гипотеза эмпирического исследования была подтверждена статистическим путем.

Результаты говорят о том, что юноши чаще используют стратегии «Социальная поддержка», «Друзья», «Несовладание», «Профессиональная помощь» и «Активный отдых», нежели девушки.

Значимость результатов состоит в возможности их учета в процессе психологического консультирования по проблемам столкновения со стрессовыми ситуациями в юношеском возрасте.

#### Список литературы

1. Сухова, Е. В. Понятие «копинг-стратегии» и пример асоциальных копинг-стратегий / Е. В. Сухова // Прикладная юридическая психология – 2014. – № 1. – С.76–83.

2. Тарелкин, А. И. Классификация копинг-стратегий и копинг-ресурсов [Электронный ресурс]/ А. И. Тарелкин, 2021. – Режим доступа: <http://e.biblio.bru.by/bitstream/handle/1212121212/15884/509.pdf?sequence=3&isAllowed=y>. – Дата доступа: 12.04.2024.

3. Татьянченко, Н. П. Развитие понятия «копинг» в отечественной и зарубежной психологии / Н. П. Татьянченко // Известия ЮФУ – технические науки – 2006 – № 13. – С. 212–213.

4. Човдырова, Г. С. Копинг-стратегии при адаптации к стрессу / Г. С. Човдырова, О. А. Пяткина // Психопедагогика в правоохранительных органах – 2021. – № 1(84). – С. 41–47.

К содержанию

*Д. Д. Готовчиц (Е. В. Ярмольчик)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ОСОБЕННОСТИ ПРОКРАСТИНАЦИИ СТУДЕНТОВ**

Большинство специалистов под прокрастинацией понимают откладывание задач на потом из-за нежелания или неспособности приступить к ним в данный момент. Этот феномен рассматривается как негативный, так как может привести к ухудшению результатов работы, повышению стресса и ухудшению психологического благополучия.

Основными признаками прокрастинации являются отсутствие продуктивности, постоянное откладывание важных дел и нарушение поставленных сроков.

Л. Г. Шамсутдинова, Л. А. Рыбакова для более полного раскрытия значения понятия прокрастинации предлагают описать ее структуру. Авторы выделяют три компонента данного понятия: поведенческий, когнитивный и эмоциональный. Поведенческий компонент рассматривается как форма научения, как неоднократно подкрепляемое поведение. Прокрастинация может быть рассмотрена как результат когнитивных нарушений. Также в ходе исследований прокрастинации были выявлена ее взаимосвязь и с эмоциональной сферой. Ряд авторов выделяет четвертый компонент – подсознательный, т. к. в ряде случаев прокрастинация может сигнализировать о наличии глубинных внутриличностных конфликтов [1].

Первая классификация типов прокрастинации в зависимости от масштаба проявления была предложена Н. Милграмом в соавторстве с Дж. Батори и Д. Моурером [2]:

1. Бытовая или ежедневная прокрастинация жизни или промедление в семье – это откладывание задач, которые должны выполняться систематически, т. е. домашние обязанности, например, поход по магазинам, уборка и т. п.

2. Прокрастинация в принятии решений (даже самых незначительных).

3. Невротическое промедление, то есть откладывание жизненно важных решений.

4. Компульсивная прокрастинация, когда существует комбинация прокрастинации поведения в семье и промедления в принятии решения у одного человека.

5. Академическая прокрастинация, откладывающая занятия и подготовку к экзаменам. Считается, что именно учебный процесс приводит к тем условиям, в которых чаще всего возникает прокрастинация, сопровождающаяся негативными последствиями. Академическая прокрастинация является наиболее распространенной и типичной формой прокрастинации.

Для нашего исследования наиболее интересным стала академическая прокрастинация, согласно мнению исследователей, среди факторов, способствующих прокрастинации, выделяют отсутствие мотивации, страх неудачи, недостаток планирования времени.

Базой для проведения научного исследования стал Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина, социально-педагогический факультет. Участие в исследовании приняли 45 студентов (43 участника женского пола, 2 участника мужского пола) 1–3 курсов.

Для определения степени выраженности прокрастинации у студентов была подобрана методика «Шкала студенческой прокрастинации» (К. Лэй). Результаты исследования представлены на рисунке.

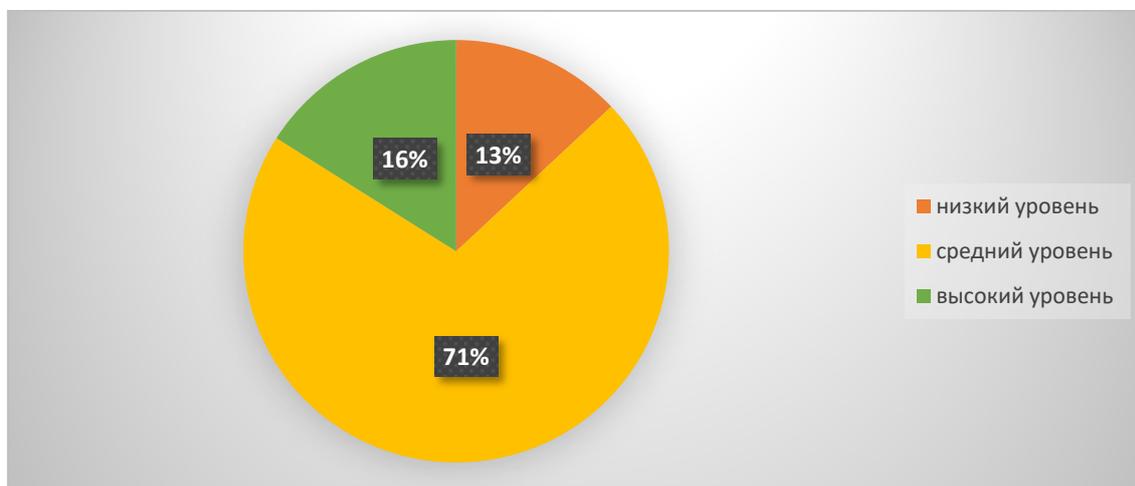


Рисунок – Выраженность прокрастинации у студентов

Анализ ответов студентов на вопросы позволил установить, что многие студенты недостаточно мотивированны к выполнению заданий, что негативно сказывается на их успеваемости. Часто студенты выбирают стратегию откладывания на потом, что в последующем приводит к неудовлетворительному результату работы. Только 17 % опрошенных стараются выполнять задания раньше установленного срока, 26 % респондентов берутся за выполнение заданий сразу после его получения, остальные откладывают на потом. Практически половина респондентов (47 %) не согласны с утверждения «Я редко выполняю вовремя даже те виды работ, которые требуют незначительных усилий, просто сесть и сделать их».

Согласно полученным результатам, для большинства студентов, принявших участие в исследовании, характерен средний уровень прокрастинации, это говорит о том, что большинство студентов имеют проблемы в выполнении дел в срок. Однако если это дело будет иметь для них особенную важность и необходимость, тогда они активизируют все свои силы для его выполнения. Примерно для одинакового количества студентов характерен высокий и низкий уровень. При этом в исследовании не было выявлено студентов с очень высоким и очень низким уровнем прокрастинации.

#### Список литературы

1. Рыбакова, Л. А. Профилактика прокрастинации студентов / Л. А. Рыбакова, Л. Г. Шамсутдинова // Актуальные проблемы педагогики и психологии : сборник научных трудов преподавателей, молодых ученых и студентов, посвященный 210-летию Казанского университета. – Казань, 2015. – С. 188–192.
2. Milgram, N. A. Correlates of academic procrastination / N. A. Milgram, G. Batori, D. Mowrer // Journal of School Psychology. – 1993. – Vol. 31, № 4. – P. 487–500.

К содержанию

*А. В. Гресик (Н. А. Окулич)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИИ У ПОДРОСТКОВ**

В психологическом словаре термин «агрессия» определяется как мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям. Подчеркивается, что понятия «агрессия» и «агрессивность» имеют стойкую взаимосвязь, поскольку уровень агрессивности личности является основой для ситуативного проявления агрессии.

Предпосылки возникновения и проявления агрессивных форм поведения закрепляются у подростков на основе негативных факторов социальной ситуации развития. Зачастую агрессивное поведение является результатом жизненного опыта, посредством которого из-за неудовлетворенности сущностных личностных потребностей в сознании подростка преобладают мнения и оценки негативного характера. При этом агрессивные подростки имеют некоторые общие черты: бедность ценностей, неразвитое нравственное чувство; примитивность либо отсутствие увлечений, узость интересов; низкий уровень интеллектуального развития, высокая подверженность внушению и подражанию и др.

Целью нашего исследования стало выявление склонности к проявлению различных видов агрессии и конфликтности у подростков. В исследовании приняли участие 60 учеников ГУО «Средняя школа № 18 г. Бреста» (30 учащихся 9 класса, 30 учащихся 10 класса). Были использованы опросник агрессивности Л. Г. Почебут и опросник «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина.

При помощи критерия Манна-Уитни значимых различий между двумя группами респондентов выявлено не было по шкалам «вербальная агрессия», «самоагрессия», «вспыльчивость», «подозрительность» и «конфликтность». При этом были обнаружены значимые различия в выраженности различных видов и форм агрессии между респондентами двух групп по следующим шкалам: позитивная агрессивность, негативная агрессивность, физическая агрессия, предметная агрессия, эмоциональная агрессия, общий показатель агрессии, напористость, обидчивость, неуступчивость, бескомпромиссность, мстительность.

Выявленные значимые различия по вышеперечисленным шкалам указывают на то, что для учащихся 9 класса характерна более выраженная склонность к проявлению агрессии различных видов и форм, чем для учащихся 10 класса.

Анализируя полученные результаты, можно сделать вывод, что для учащихся 9 класса в большей степени свойственно проявление вербальной, предметной, эмоциональной агрессии; менее характерным для них является проявление физической агрессии. Эти респонденты склонны вступать в открытый конфликт с оппонентом в ситуации недопонимания, активно выражая свои негативные чувства по отношению к нему в форме споров на повышенных тонах, ругани, оскорблений и унижений, окрашенных враждебностью и недоброжелательностью; им сложно сдерживать свои эмоции в ситуации конфликта. Однако они избегают вступления в драку, предпочитая наносить ущерб окружающим предметам, в том числе, принадлежащим оппоненту. Для представителей данной группы характерным является проявление самоагрессии, что позволяет говорить о склонности подростков в большинстве случаев переводить агрессивную реакцию с внешнего мира на себя, снижая способность адаптации к недоброжелательной среде и повышая риск использования других видов агрессии. Также учащимся 9 класса свойственна вспыльчивость, наступательность, обидчивость, неуступчивость, мстительность, нетерпимость к мнению других и подозрительность (превалирует средний уровень выраженности каждого признака): при склонности резко реагировать на ситуации, ведущие к конфликтам, эти респонденты обладают умеренным уровнем самоконтроля и могут регулировать свое поведение в зависимости от ситуации; чаще заинтересованы не в нападении, а в отстаивании своей позиции и защите своих интересов; готовы прислушаться к точке зрения оппонента, если видят в этом необходимость. При этом у подавляющего большинства респондентов зафиксирована высокая степень проявления конфликтности: вступление в открытый конфликт является для них наиболее приоритетным способом разрешения разногласий.

Для учащихся 10 класса характерно другое поведение в ситуации конфликта: большинство видов агрессии (вербальная, физическая, предметная и эмоциональная) имеют в основном низкий уровень выраженности, т. е. старшеклассники менее склонны вступать в открытый конфликт, могут контролировать свои эмоции и не совершать импульсивных поступков под их влиянием. Вместо непосредственного вымещения негативных эмоций в сторону оппонента посредством оскорблений, ссор, драк и порчи имущества они предпочитают выбирать более конструктивные способы решения проблем. Но показатель самоагрессии у старшеклассников также имеет высокую степень выраженности, как и проявление бескомпромиссности (указывает на нежелание респондентов урегулировать конфликт с помощью компромисса). Вспыльчивость, обидчивость, неуступчивость, мстительность, подозрительность находятся в пределах среднего уровня выраженности: респонденты могут излишне эмоционально реагировать на критику окружающих, а в некоторых случаях даже испытывают желание отомстить оппоненту, однако прибегают к подобным стратегиям не всегда, сохраняя способность конструктивно отреагировать на замечания в свой адрес. Наступательность и нетерпимость к мнению других имеют низкую степень выраженности: в ситуации конфликта при угрозе нарушения личных границ учащиеся 10 класса стремятся защитить себя и свои интересы, а не атаковать оппонента; они склонны решать проблемы посредством конструктивного диалога или других методов, не подразумевающих проявления агрессии.

Таким образом, выявленные различия указывают на необходимость психологам при разработке программ профилактики и коррекции агрессивного поведения у учащихся разного возраста учитывать специфику присущих им видов агрессии и личностных характеристик для выбора «мишеней» психологического воздействия.

К содержанию

*А. В. Гресик (Е. С. Коверец)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ГРАНИЦ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ**

В психологии понятие «психологические границы», или «личные границы», в последние годы набирает все большую популярность.

Определить этот термин можно как понимание собственного «Я» как отдельного от других, умение отделить «Я» от «не Я».

В подростковом возрасте вопрос определения личных границ приобретает особую значимость, поскольку именно в этот период происходит становление «Я-концепции», формируется самосознание. Как известно, ведущей деятельностью в этом возрасте является интимно-личностное общение со сверстниками, следовательно, процесс становления и самоопределения личности усложняется трудностями во взаимоотношениях с окружающими, в построении с ними дружеских, интимных, деловых отношений. Это влечет за собой необходимость в повышении навыков соблюдать личные границы других людей, а также отстаивать свои [1].

Самый яркий пример демонстрации подростком своих формирующихся личных границ – это попытки его сепарации от родителей. Наряду с приоритетами, сместившимися от родителей к референтной группе, подростком движет основное новообразование переходного возраста – чувство взрослости. Подросток стремится к самостоятельности и независимости, наиболее остро осознавая необходимость в выстраивании собственных личных границ непосредственно на этом этапе. Однако такое поведение зачастую порицается взрослыми в его окружении, пытающимися эти границы нарушить, что приводит к массе конфликтных ситуаций [2].

В этом случае важно сказать, что психологические границы подростка формируются под влиянием его окружения, в первую очередь – семьи, которая может как способствовать этому процессу, так и препятствовать. При благоприятном сценарии родители демонстрируют ребенку уважение к границам друг друга, поощряют право ребенка на некоторую самостоятельность, посильную его возрасту, а также право на хранение секретов от родителей, если ребенок пока не готов делиться с семьей какими-то подробностями своей личной жизни. При этом важно напомнить ребенку о том, что помимо прав у него есть еще и обязанности, которые также необходимо выполнять. В результате выполнения этих принципов подросток учится построению здоровых психологических границ в общении с окружающими, что помогает ему чувствовать себя комфортнее и увереннее во взаимодействии с ними.

Как отмечает Е. О. Ермолова, проблема современных подростков, касательно вопроса выстраивания психологических границ, кроется в том, что подростки наиболее часто находятся в условиях информационной неопределенности, где им предстоит совершать индивидуальный выбор [1]. Положительный сценарий формирования здоровых личных границ подростка на примере родителей, описанный выше, к сожалению, является

в современном обществе скорее исключением, чем правилом. В ином случае на помощь подростку приходят обширные информационные возможности современного общества, когда каждый его член имеет неограниченный доступ к различным источникам информации. Недостаточно сформированная в подростковом возрасте способность дифференцировать достоверную информацию от ложной приводит к риску его заблуждения и опоры на недостоверные источники. В этом случае возникает угроза закрепления неадаптивных моделей поведения, основанных на ложных сведениях.

Таким образом, можно сделать вывод, что подростку в вопросах грамотной дифференциации своего «Я» от «Я» другого человека необходимо авторитетное мнение и пример со стороны значимых взрослых, которые помогут ему благоприятно преодолеть период кризиса и выстроить здоровые психологические границы с окружающими.

#### Список литературы

1. Ермолова, Е. О. Образ тела и психологические границы личности современного подростка [Электронный ресурс] / Е. О. Ермолова. – Режим доступа: <https://repo.nspu.ru/bitstream/nspu/4381/1/obraz-tela-i-psihologicheskie-gr.pdf#page228>. – Дата доступа: 10.10.2024.

2. Горлова, Н. В. Разрешение конфликтов автономии: подход к исследованию личностной автономии подростков [Электронный ресурс] / Н. В. Горлова. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/razreshenie-konfliktov-avtonomii-podhod-k-issledovaniyu-lichnostnoy-avtonomii-podrostkov/viewer>. – Дата доступа: 10.10.2024.

К содержанию

*А. А. Гриб (Ю. Е. Иванюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У СОТРУДНИКОВ ИТ-СФЕРЫ С РАЗНЫМ СТАЖЕМ РАБОТЫ**

Каждая из профессий предъявляет определенные требования к специалистам. В соответствии с основными характеристиками профессии в адрес специалиста, предъявляются специфические требования. Одни отражают уровень сформированности определенных психических процессов, вторые характеризуют ряд психофизиологических

особенностей, третьи нацелены на характерологические черты специалиста.

Мотивация профессиональной деятельности является процессом, который вдохновляет человека и направляет его поведение и рабочий процесс. А потому оценка факторов мотивации специалистов, моделей поведения, коррекция нежелательных и наиболее положительных мотивов позволяет улучшить качество работы, создать наиболее комфортную среду для деятельности сотрудника и предотвратить выгорание.

Проблема мотивации профессиональной деятельности является одной из наиболее актуальных проблем в современной психологии. Ее изучением занимались такие психологи, как А. Н. Леонтьев, П. М. Якобсон, В. Э. Мильман, В. А. Шахова, К. Зафир, Ф. Гецберг, Э. Деси, Р. Райан и др.

В Республике Беларусь тема исследования освещена в трудах Т. Г. Шатюк, Ю. А. Фомина, И. В. Калачевой, А. Н. Логуновой и др. Однако исследований в этой области достаточно мало.

В современном обществе, где информационные технологии и разработка программного обеспечения играет ключевую роль, необходимо углубленно изучать особенности работы IT-специалистов. Однако, несмотря на важность программистов для сферы информационных технологий, их психологические аспекты и особенности работы часто остаются недостаточно изученными. В настоящее время имеется много исследований в области профессионального выгорания IT-специалистов и их интеллектуальных показателей, однако крайне мало исследований, посвященных непосредственно мотивации в профессиональной деятельности, чем и обусловлена актуальность нашего научного исследования.

Цель нашего исследования заключается в определении особенностей мотивации профессиональной деятельности у сотрудников с разным стажем в профессии.

В эмпирическом исследовании приняли участие 50 человек, которые являются IT-специалистами, в возрасте от 26 до 45 лет.

В ходе проведения исследования мы поделили сотрудников компании, принявших участие, на три группы по длительности стажа в профессиональной деятельности:

- 1 группа – IT-специалисты со стажем до 3 лет;
- 2 группа – IT-специалисты со стажем 3–5 лет;
- 3 группа – IT-специалисты со стажем 5 и более лет.

Методы сбора эмпирического материала: «Мотивационный профиль Ричи-Мартина» (Ш. Ричи и П. Мартин), «Тест мотивационной структуры Гецберга» (Ф. Гецберг). Методы математической статистической

обработки: однофакторный дисперсионный анализ ANOVA. Математическая обработка данных осуществлялась с помощью программы STATISTICA.

Анализируя результаты, полученные при проведении первой методики, мы выяснили, что наиболее значимыми для всех трех групп являются потребность в высокой зарплате, хороших условиях работы, потребность в ясности целей и обратной связи от руководства и потребность в стабильных доброжелательных взаимоотношениях. Для IT-специалистов со стажем до 3-х лет также характерна высокая потребность в самосовершенствовании. У специалистов со стажем от 3 до 5 лет появляются в мотивационном поле потребность в самосовершенствовании, в достижении сложных целей и потребность в креативности. У специалистов со стажем от 5 лет и более уже исчезают потребности в достижении сложных целей, креативности и совершенствовании, но появляется потребность в общении и разнообразии деятельности. Относительно второй методики, мы отмечаем линейное развитие по удовлетворению специалистами в профессиональной деятельности гигиенических мотивов, и формирование внутренней мотивации.

Статистическая обработка результатов мотивации профессиональной деятельности трех групп с помощью однофакторного дисперсионного анализа ANOVA выявила значимость различий между группами специалистов в зависимости от их стажа работы только в следующих факторах мотивации профессиональной деятельности: потребность в стабильности отношений с коллегами, потребность в сложных целях и достижениях и потребность в креативности. Это говорит о том, что именно эти факторы коррелируют с разным стажем профессиональной деятельности у данных IT-специалистов. С остальными факторами мотивации профессиональной деятельности корреляций не выявлено.

К содержанию

***В. В. Дмитрук (Н. В. Былинская)**  
**Брест, ГУО «Брестский государственный колледж  
транспорта и сервиса»***

### **К ПРОБЛЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕФОРМАЦИИ ЛИЧНОСТИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПРОФЕССИИ «ЧЕЛОВЕК- ЧЕЛОВЕК»**

Профессиональная деформация может затрагивать различные стороны психики: мотивационную, когнитивную, сферу личностных

качеств. Ее результатом могут быть как специфические установки и представления, так и появление определенных черт личности. Необходимо отметить, что исследования, посвященные теме негативного влияния труда на личность, чаще всего фокусируются на эмоциональном выгорании, причем термины «профессиональная деформация личности» и «эмоциональное выгорание» используются как синонимы. Однако Ю. М. Кузьмина, А. К. Маркова и др. рассматривают эмоциональное выгорание только как одну из возможных форм проявления профессиональной деформации. Данный синдром – это изменения в эмоциональной сфере, истощение личностных ресурсов, а не изменения личности в целом. Поэтому понятие «профессиональная деформация личности» более широкое, нежели «эмоциональное выгорание» [1]. В работе Л. А. Белозеровой и Н. Н. Сафукова показано, что «эмоциональное выгорание» у специалистов системы «человек-человек» является одним из важных компонентов профессиональной деформации личности и обладает качественным своеобразием в профессиональной деятельности [2].

Негативными проявлениями профессиональной деформации личности, по мнению Д. Г. Трунова, являются: объяснение жизненных ситуаций психологическими причинами; рационализация своих проблем; излишняя склонность к рефлексии, самонаблюдению; ответственность за психическое состояние всех вокруг, даже вне работы; склонность к обезличиванию; потеря способности удивляться профессиональный цинизм и пр. [3].

Анализ научной литературы по проблеме профессиональной деформации личности показал, что на данном этапе изучения этого сложного феномена нет однозначного мнения касательно сущности этого явления, в какой из периодов профессионального развития появляются первые признаки профессиональной деформации, стоит ли ее рассматривать в контексте любых изменений личности, либо сугубо негативного влияния на личность. Е. И. Сапего было выдвинуто предположение, что уже в процессе получения образования по выбранной специальности и у студентов происходят личностные изменения, которые в дальнейшем служат предпосылкой для дальнейшего развития профессиональной деформации.

Это говорит о том, что профилактикой профессиональной деформации личности целесообразно заниматься еще на этапе предпрофессионального развития – в процессе получения образования, необходимого для профессиональной деятельности, на этапе, когда профессиональная деформация начинает проявляться, но еще является потенциальной и достаточно «податливой» для коррекции.

### Список литературы

1. Солощенко, И. М. Синдром эмоционального выгорания личности: сущность, причины возникновения, симптомы и формы проявления / И. М. Солощенко // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2022. – № 5. – С. 169–171.

2. Белозерова, Л. А. Эмоциональное выгорание» как форма профессиональной деформации личности специалистов социэкономических профессий / Л. А. Белозерова, Н. Н. Сафукова // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Сер. Педагогика, психология. – 2014. – № 2. – С. 25–27.

3. Трунов, Д. Г. О профессиональной деформации практического психолога / Д. Г. Трунов // Психологическая газета. – 1998. – № 1. – С. 12–13.

К содержанию

*А. А. Дорошук (Н. С. Ступень)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ФОРМИРОВАНИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА УРОКАХ ХИМИИ НА ПРИМЕРЕ МОНИТОРИНГА СОДЕРЖАНИЯ ЖЕЛЕЗА В ПИТЬЕВОЙ ВОДЕ**

Проблемы экологического образования с каждым годом становятся все более актуальными. Недостаточный уровень экологического образования формирует потребительское отношение к окружающей среде. В результате этого происходит рост свалок промышленных и бытовых отходов, загрязнение водных ресурсов и воздушных масс. Особое внимание проблемам экологического образования уделяется на уроках химии, которые объясняют природу экологических проблем. Психологические аспекты экологического образования влияют на развитие мировоззрения учащихся, представление окружающей среды и места человека в ней [1]. Умение использовать в жизни полученные на уроках химии знания воспитывает экологическую культуру и формирует интерес к здоровому образу жизни.

Цель – определение психологических аспектов воздействия на ученика на уроках химии, способствующих формированию экологической культуры учащихся на примере изучения концентрации железа в питьевой воде. Методы исследования – обобщение педагогического опыта по формированию экологической культуры учащихся, наблюдение, сравнение и анализ данных.

Результаты исследования и их обсуждение. Одним из показателей успешного образовательного процесса на уроках химии является формирование у учащихся ответственного отношения к окружающей среде. Развитие экологической культуры происходит под действием осознания того, что здоровье и благосостояние общества зависит от состояния окружающей среды. При формировании экологической культуры у учащихся развивается экологическое мышление, которое складывается из прочных естественно-научных знаний, эстетического восприятия окружающего мира, бережного отношения к природе. На мышление влияет научно-экологическая информация, которая передается учащимся от учителя. Одним из способов формирования экологической культуры на уроках химии является организация самостоятельной и познавательной деятельности учащихся, которая должна опираться на научный анализ реальности [1]. Примером такой деятельности является мониторинг содержания железа в питьевой водопроводной воде.

Анализ данных по содержанию железа в питьевой воде в различных районах г. Бреста может использоваться на уроках химии в 7 классе при изучении темы «Вода» и на уроках химии в 8 классе при изучении темы «Металлы» (см. таблица).

Таблица – Результаты исследования питьевой воды

Расположение пункта отбора	Содержание железа (Fe), мг/л			ПДК, мг/л
	2021 год	2022 год	2023 год	
Березовка				0,3
Вулька				
Граевка				
Ковалево				
Центр				

Такая деятельность учащихся предполагает активность при анализе выявленных фактов, умение прогнозировать результаты своей деятельности и повышение интереса к изучаемому предмету. Результат исследования образцов питьевой воды показывает динамику роста загрязнения и превышение предельно допустимой концентрации по содержанию железа в пробах питьевой воды из нескольких районов [2]. В ходе такого мониторинга у учащихся складывается представление об опасности растущего уровня загрязнения и формируется экологическая культура.

Заключение. Формирование и развитие экологической культуры является важной составляющей при изучении химических дисциплин.

Поскольку именно на уроках химии целесообразнее изучать вопросы, связанные с загрязнением окружающей среды, знакомиться с методами контроля за загрязнениями и снижения их вредного воздействия на окружающую среду.

#### Список литературы

1. Моисеев, Н. Н. Экологическое образование и экологизация образования / Н. Н. Моисеев // Экология и жизнь. – 2010. – № 8. – С. 4–7.

2. Гигиенический норматив «Показатели безопасности питьевой воды» [Электронный ресурс]: постановление Совета Министров Респ. Беларусь от 25 января 2021 г. – № 37. – Режим доступа: <https://www.pravo.by>. – Дата доступа: 10.04.2024.

К содержанию

***В. В. Дуняк (В. Ю. Москалюк)  
Барановичи, БарГУ***

### **ОСОБЕННОСТИ ВИКТИМНОЙ ДЕФОРМАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Изучение психологических аспектов виктимного поведения осуществляется в двух основных направлениях: как социальное явление и как индивидуальная психологическая характеристика лица с его виктимологической активностью [1]. В психологии виктимность рассматривается как физические, психические и социальные черты и признаки, которые создают предрасположенность к превращению человека в жертву [2, с. 5]. Также здесь следует дать определение понятию «жертва» так как виктимное поведение – это поведение по типу жертвы [2, с. 5].

Цель исследования заключаюсь в изучении деформации виктимной личности в юношеском возрасте. Базой исследования выступил УО «Барановичский государственный университет». Выборку исследования составили 140 студентов 1 курса (70 юношей и 70 девушек) в возрасте от 17 до 21 года. Для исследования были использованы методики: Опросник «Тип ролевой виктимности» (М. А. Одинцова, Н. П. Радчикова), Тест-опросник «Склонность к виктимному поведению» О. О. Андронниковой.

Рассмотрим результаты исследования.

Для большинства девушек и юношей характерен средний уровень игровой роли жертвы. Для тех, кто на высоком уровне проявляет игровую роль жертвы (9 % юношей, 26 % девушек), характерны следующие черты: активное демонстрирование своих страданий, постоянные жалобы,

склонность обвинять других, стремление привлечь внимание и получить поддержку от окружающих с применением манипуляций, а также проявление агрессии в случае неудач в достижении своих целей.

В случае высокого уровня проявления социальной роли жертвы (33 % юношей, 50 % девушек) особенно выражены ощущение одиночества, самообвинение и склонность винить обстоятельства, а также обидчивость. Относительно высокий уровень ролевой виктимности (6 % юношей, 49 % девушек) проявляется в высокой значимости социального окружения и возложении на него надежд и ожиданий.

Для большинства девушек и юношей характерен средний уровень зависимого виктимного поведения. Высокий уровень зависимого виктимного поведения (1 % юношей, 10 % девушек) отражается в установке на беспомощность и отсутствии сопротивления агрессору.

Для тех, кто проявляет высокий уровень агрессивного виктимного поведения (9 % юношей, 2 % девушек), характерны следующие черты: тенденция попадать в опасные ситуации из-за проявленной агрессии в форме нападения или другого провоцирующего поведения (оскорбления, клевета, издевательства и т. д.), активное создание или провоцирование конфликтных ситуаций. Полученные данные будем рассматривать как благоприятные, так как агрессия, как правило, провоцирует ответную агрессию, в результате могут пострадать все участники проблемной ситуации. В случае высокого уровня самоповреждающего виктимного поведения (37 % юношей, 38 % девушек) выделяется жертвенность, связанная с активным поведением, которое провоцирует ситуации виктимности через просьбы или обращения. Такое поведение опасно, прежде всего, для самой жертвы, так как может спровоцировать самоагрессию. Для тех, кто проявляет высокий уровень гиперсоциального виктимного поведения (33 % юношей, 41 % девушек), характерно жертвенное поведение, которое социально одобряется и зачастую ожидается, привлекая внимание агрессора, что также опасно для жертвы.

Респонденты, которые проявляют высокий уровень некритичного виктимного поведения (7 % юношей), характеризуются неосторожностью, неумением оценивать ситуации из-за личностных или ситуативных факторов, таких как эмоциональное состояние, возраст, интеллект, склонность к употреблению алкоголя, доверчивость и идеализация людей.

Результаты исследования показали, что у девушек значительно выше представлены различные типы виктимного поведения, что позволяет рассматривать их как более социально и психологически уязвимую группу.

## Список литературы

1. Долговых, М. П. Психологическая детерминация проявления виктимного поведения личности подростка: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / М. П. Долговых. – М., 2009. – 19 с.
2. Young, K. S. What makes the Internet so addictive: Potential explanations for pathological Internet use? / K. S. Young // Paper presented at the Annual Meeting of the American Psychological Association. – 1997. – P. 112–134.

К содержанию

*Г. М. Дыбаль (С. Л. Ящук)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ПРОЯВЛЕНИЯ КРИЗИСА СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА У МУЖЧИН И ЖЕНЩИН**

Проблема кризиса среднего возраста являлась предметом исследования множества ученых: Л. С. Выготского, Д. Б. Эльконина, М. И. Лисиной, В. С. Мухиной, Д. И. Фельдштейн, И. Г. Малкиной-Пых и многих других, в том числе зарубежных – З. Фрейда, А. Фрейд, Э. Эриксона, Г. Боулби, В. Штерна, Р. Заззо, Г. Салливена и других. Несмотря на различия взглядов на периодизацию развития, факторы развития, все они указывают на наличие периодов напряжения при переходе от одного возрастного этапа к другому и считают их необходимыми, во многом стимулирующими качественные скачки в ходе онтогенеза.

Цель исследования состояла в изучении особенностей протекания кризиса среднего возраста у мужчин и женщин. В ходе эмпирического исследования были использованы диагностические методики: «Опросник смысложизненного кризиса» (К. В. Карпинский), «Методика смысло-жизненных ориентаций» (Д. А. Леонтьев), «Опросник Ш. Шварца по изучению ценностей личности», «Опросник профессионального само-отношения» (К. В. Карпинский, А. М. Колышко).

Сравнительный количественный и качественный анализ позволяет сделать вывод о том, что у большинства мужчин выявлен низкий уровень смысложизненного кризиса, тогда как у женщин данный кризис представлен на высоком уровне. Можно предположить, что низкие показатели выраженности кризиса могут иметь в данном контексте негативные значения. Такие показатели могут означать наличие процессов вытеснения личностью переживаний из сознания, что не позволяет

человеку своевременно пережить кризис и переориентировать жизненные смыслы и ценности с учетом следующих этапов жизни и своей дальнейшей самореализации. Другой причиной отсутствия кризиса может выступить личностная задержка развития, своего рода психологический инфантилизм, где личностная незрелость не позволяет актуализировать задачи возрастной трансформации, личностного роста, мешая продуктивной жизни человека в середине жизни.

Женщины больше удовлетворены прожитой жизнью, у мужчин отмечается большая неудовлетворенность жизнью и ощущение ее бессмысленности. Об этом свидетельствуют различия по базовым индексам методики, которые отражают разные грани нереалистичности смысла жизни испытуемых: для женщин по сравнению с мужчинами, фиксируется более высокая степень личностной значимости смысло-жизненных ценностей, более высокая степень соответствия ценностей индивидуальным особенностям и возможностям, более высокая степень согласованности смысло-жизненных ценностей с реальными условиями и обстоятельствами жизни.

Женщины имеют тенденцию к присоединению, т. е. активно стремятся принадлежать к различным группам, желают включаться в разнообразные виды деятельности, хотят как можно чаще находиться среди людей; стремятся принимать окружающих и ожидают от других такого же принятия. Для женщин характерно стремление быть в близких, интимных отношениях с другими (выраженное поведение в области «аффекта») и проявление к другим своих теплых и дружеских чувств. У них отмечается также легкое отношение к жизни (экспрессивность); они проявляют интерес к различным сторонам жизни; однако у них отмечается недостаточно серьезное отношение к систематической учебной деятельности. Женщинам иногда сложно сдерживать свои эмоции, особенно негативные, т. е. они могут вести себя достаточно агрессивно (агрессивное коммуникативное поведение).

Мужчины получили преобладание по компетентности социального взаимодействия, т. е. в общении они ориентированы на освоение характера ситуации, своеобразия партнера, учитывают собственное состояние, исходят из конкретных характеристик реальной ситуации социального взаимодействия. Мужчины знают нормы и стереотипы социального взаимодействия, они стараются использовать творческий подход в разрешении проблемных ситуаций в общении, обладают развитыми механизмами межличностного взаимодействия: эмпатией, рефлексией, идентификацией и аттракцией. Для мужчин характерно стремление контролировать и влиять на окружающих, они готовы брать в свои руки руководство и принятие решений за себя и за других (выраженное

поведение в области контроля). Среди них преобладают экстраверты: они общительны, имеют большой круг друзей и знакомых, ощущают потребность общения с людьми, они оптимистичны и любят перемены.

Для женщин характерен более высокий показатель внутренней конфликтности, самоуважения, самооффективности, самоуничтожения в профессии и позитивности профессионального самоотношения.

Для мужчин характерна более высокая выраженность самоуверенности, самопривязанности, самообвинения и самооценки личностного роста в профессии. Мужчины склонны к положительной оценке своей профессиональной деятельности и ее результатов, а также ожидают положительной оценки со стороны других людей (близких, коллег, руководства).

Таким образом, кризис среднего возраста мужчины и женщины «проживают» и переживают по-разному. Поэтому помощь, которая может быть им оказана, будет направлена на разные аспекты их жизни.

К содержанию

*А. Д. Евдокимова (В. Ю. Москалюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ВЛИЯНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА НА ПРЕОДОЛЕНИЕ НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ**

Эмоции, оцениваемые личностью как негативные, вызывают состояние внутреннего напряжения и при использовании неадаптивных стратегий совладания с ними и их хроническом воздействии на человека могут приводить к дистрессу. По этой причине важно внимательно относиться к развитию способностей, направленных на осознание, понимание и переработку эмоций личности. Все перечисленные характеристики относятся к категории «эмоциональный интеллект» (далее – ЭИ).

Нет устоявшейся точки зрения на определение ЭИ. Так, Р. Бар-Он определяет ЭИ как «набор некогнитивных способностей, компетенций и навыков, которые влияют на способность человека справляться с вызовами и давлением внешней среды», а Д. Гоулмен – как «способность осознавать свои эмоции и эмоции других, чтобы мотивировать себя и других, чтобы хорошо управлять эмоциями наедине с собой и при взаимодействии с другими» [1, с. 147].

П. Саловой и Дж. Майер выделили четыре компонента ЭИ: восприятие эмоций (способность распознавать и выражать их), использование эмоций для оптимизации мышления (умение применять их в процессе принятия решений и в творчестве), понимание эмоций (видение их взаимосвязей, отслеживание причин и последствий конкретных эмоциональных реакций), управление эмоциями (открытость эмоциональному опыту различной модальности, способность произвольно вызывать определенные эмоциональные состояния и помогать другим проживать их эмоции) [1].

Предполагается, что на практике высокий ЭИ обуславливает более эффективное и безопасное проживание сложных эмоциональных состояний, особенно воспринимаемых негативно.

Так, А. Панно, М. А. Донати и др. продемонстрировали в своем исследовании, что лица с более высоким уровнем ЭИ менее подвержены эффекту фрейминга – когнитивному искажению, при котором восприятие информации зависит от формы ее подачи [2]. Также исследователи выявили, что на принятие рискованных решений респондентами с высоким ЭИ меньше влияли негативные эмоции и ожидаемое чувство страха, чем на респондентов с более низкими значениями ЭИ. Это значит, что высокий ЭИ обуславливает возможность личности четко разделять аффективный и когнитивный контексты восприятия реальности, что и позволяет, с одной стороны, более осознанно относиться к своим и чужим эмоциям, учитывать их при принятии решений, а с другой – принимать решения, опираясь на факты и наиболее эффективные стратегии поведения в конкретной ситуации. Более того, респонденты с высоким ЭИ не продемонстрировали такой же тенденции к поиску вознаграждения (зачастую подразумевающего потакание нездоровым привычкам) в ситуациях когнитивного истощения, какая наблюдалась у лиц с низким ЭИ. Этот факт отражает способность людей с высоким ЭИ искать более здоровые ресурсы для снятия внутреннего напряжения.

Е. А. Клементинской было установлено, что повышение ЭИ при помощи тренинговых программ повышает уровень жизнестойкости [3]. Под жизнестойкостью понимается психологическая характеристика личности, обуславливающая стрессоустойчивость, способность выдерживать неопределенность, включающая в себя три параметра: вовлеченность (стремление к эффективному общению), контроль (саморегуляция) и принятие риска (степень самомотивации). Автор утверждает, что развитие ЭИ, в том числе уже в зрелом возрасте, особенно необходимо людям помогающих профессий (врачам, психологам, учителям и т. д.), поскольку повышение жизнестойкости путем развития ЭИ положительно сказывается не только на результативности

профессиональной деятельности, но и снижает риск эмоционального выгорания.

Таким образом, уровень эмоционального интеллекта обеспечивает возможность личности к самопознанию и самопринятию, установлению плодотворных отношений с окружающими и самореализации, что определяет адаптивность личности и степень удовлетворенности жизнью. Практическая ценность данного вывода заключается в выдающемся потенциале влияния программ развития эмоционального интеллекта на способности к адаптации и проживанию негативных эмоциональных состояний клиентов в коррекции и консультировании.

#### Список литературы

1. Мони́на, Г. Б. Развитие эмоционального интеллекта / Г. Б. Мони́на // Уч. зап. Санкт-Пет. ун-та техн. управл. и экон. – 2009. – № 2 (24). – С. 144–155.
2. Panno, A. Trait Emotional Intelligence is Related to Risk-Taking Through Negative Mood and Anticipated Fear / A. Panno, F. Chiesi, M. A. Donati, C. Primi // Social Psych. – 2015. – P. 1–21.
3. Клементинская, Е. А. Влияние эмоционального интеллекта на уровень жизнестойкости / Е. А. Клементинская, У. А. Назарова // ИНСАЙТ. – 2022. – № 1 (9). – С. 9–27.

К содержанию

*А. Д. Евдокимова (В. Ю. Москалюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МАЛОАДАПТИВНЫХ ФОРМ ВИНЫ, МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ В РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУППАХ**

Еще в XX веке вина рассматривалась не только как регулятор социального поведения, но и, в своих патологических формах, как вероятное следствие развития состояний, снижающее благосостояние личности. В любом из описанных случаев проживанию вины способствует комплекс приобретенных механизмов адаптации личности. Так как основная функция вины – адаптация к социокультурным нормам, целесообразно изучать ее на разных возрастных этапах. В возрасте ранней зрелости, согласно Э. Эриксону, актуализируется конфликт «близость – изоляция», когда происходит поиск своего круга общения и места в социуме,

а в средней зрелости актуализируется конфликт «продуктивность – стагнация», во время которого возникает озабоченность социальной ситуацией [1].

Актуальность исследования заключается в практической ценности изучения связанных с иррациональной виной способов адаптации личности с целью возможности выбора более точных терапевтических мишеней и наиболее подходящих путей коррекции негативных переживаний и неадаптивных поведенческих стратегий. В исследовании приняли участие 30 респондентов в возрасте 20–25 лет и 30 респондентов в возрасте 26–51 год. Выборка состоит из студентов очного и заочного отделений БрГУ имени А. С. Пушкина и ГрГУ имени Я. Купалы», отобранных случайным образом. Были применены «Опросник для измерения малоадаптивной вины» (IGQ, L. O'Connor; адапт. Е. В. Белинской), «Индекс жизненного стиля» (Р. Плутчик, Х. Келлерман, адапт. НИПНИ) и «Способы совладающего поведения» (Р. Лазарус, С. Фолкман, адапт. НИПНИ).

Результаты исследования указывают, что в выборке респондентов возраста 20–25 лет более выражены вина выжившего ( $U=0,030$ ,  $p\leq 0,05$ ), вина отделения ( $U=0,035$ ,  $p\leq 0,05$ ) и вина гиперответственности ( $U=0,003$ ,  $p\leq 0,01$ ), по сравнению с выборкой 26–51 года. Такие данные могут быть обусловлены менее устоявшейся Я-концепцией, все еще формирующейся системой ценностей, а также нестабильной системой способов установления взаимоотношений с окружающими.

Значимые различия в выраженности психологических защит наблюдаются только по параметру «замещение» с преобладанием у лиц ранней зрелости ( $U=0,042$ ,  $p\leq 0,05$ ). Этот результат может быть связан как с перечисленными выше причинами, так и со склонностью к эмоциональной дисрегуляции вследствие незавершенного развития нервной системы.

Значимые различия в применении копинг-стратегий наблюдаются только по следующим параметрам «планирование решений» и «положительная переоценка»: респонденты возраста 26–51 года более склонны к стратегиям планирования решений ( $U=0,006$ ,  $p\leq 0,01$ ) и положительной переоценки ( $U=0,009$ ,  $p\leq 0,01$ ), что объясняется усовершенствованием поведенческих схем и стилей адаптации по мере взросления. При этом более взрослые респонденты демонстрируют более частое применение адаптивных копинг-стратегий, что отражает мнение о прогрессирующем развитии системы адаптационных механизмов психики в сторону их рациональности и зрелости в ходе взросления.

В исследовании было установлено, что в обеих выборках наиболее часто с защитами и копингами (и с адаптивными, и с неадаптивными) коррелирует именно вина ненависти к себе. Предполагается, что

специфика переживания данной формы вины, выражающаяся в общей негативной оценке собственной личности, чувстве неполноценности и некомпетентности, вызывает необходимость как бессознательного, так и сознательного поведения, направленного на стабилизацию и поддержание существующего образа Я субъекта, его встраивание в общество и самореализацию.

Феномен малоадаптивной вины, искажающий Я-концепцию и приводящий к снижению благосостояния личности, является перспективным полем для исследования психологами. Согласно результатам данного исследования можно заключить, что иррациональная вина хоть и присуща субъектам на разных возрастных этапах, со временем ее интенсивность и частота все же снижаются, что подтверждает результаты исследований других авторов. Иррациональная вина тесно связана с сознательными и бессознательными механизмами адаптации личности к изменяющимся условиям окружающей среды, при этом на разных возрастных этапах эта взаимосвязь может изменяться. Практическая ценность данного вывода заключается в перспективе терапевтической помощи при проживании вины для снятия внутреннего напряжения и стабилизации Я-концепции, что позволит улучшить самочувствие лиц, склонных к этим формам вины.

К содержанию

*О. В. Ермакович (Т. Е. Яценко)  
Барановичи, БарГУ*

## **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕСУРСЫ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ ПЕДАГОГОВ**

Стрессогенность профессиональной деятельности педагога определяют множество физических и психологических факторов. Это высокая продолжительность и ненормированность рабочего дня, высокая ответственность, падение престижа труда педагогов, необходимость постоянно повышать квалификацию, интенсивно общаться и взаимодействовать со всеми субъектами образовательного процесса [1].

Кроме методической и профессиональной компетентности от педагога ожидаются личностные качества, определяющие успешность его взаимодействия с обучающимися, и наличие ресурсного состояния для осуществления профессиональной деятельности [2]. Справляться с существующими требованиями и условиями педагогического труда без

такой комплексной характеристике личности как стрессоустойчивость, становится очень сложно.

По определению Н. Е. Водопьяновой, «стрессоустойчивость – системная динамическая характеристика, определяющая способность человека противостоять стрессорному воздействию или совладать со многими стрессогенными ситуациями, активно преобразовывая их или приспособляясь к ним без ущерба для своего здоровья и качества выполняемой деятельности» [3].

Значение ресурсов для личности состоит в преодолении трудных жизненных ситуаций, сохранении психологического благополучия.

Н. Е. Водопьянова определяет ресурс через следующие конструкты: эмоциональные, мотивационно-волевые, когнитивные и поведенческие, которые используются человеком для перехода к взаимодействию со стрессовой ситуацией [3].

В. П. Жуковский и Н. А. Жуковская применительно к профессиональной деятельности педагога, рассматривают стрессоустойчивость как «системное личностное свойство педагога, проявляющееся в ситуациях воздействия неблагоприятных факторов среды и характеризующееся наличием у него когнитивно-регулятивных способностей для сохранения психологического и физиологического здоровья и обеспечения продуктивности профессиональной деятельности» [4].

Они выделили в структуре стрессоустойчивости педагога такие компоненты, как «мотивационно-ценностный, эмоционально-регуляционный, когнитивный и нравственно-этический» [4].

Н. Е. Водопьянова под ресурсами стрессоустойчивости понимает некоторые внешние и внутренние характеристики личности, которые способствуют психологической устойчивости в ситуациях, вызывающих стресс. Это не только эмоциональные, но и волевые, мотивационные, когнитивные и поведенческие составляющие. То есть, ресурсы стрессоустойчивости – это «некоторые средства или инструменты, используемые человеком для трансформации своего взаимодействия с факторами, вызывающими стресс» [3].

В целом, ресурсы стрессоустойчивости – это динамические конструкты. Личностными ресурсами являются определенные индивидуальные характеристики, личностные особенности человека, которые помогают ему справляться с различными затруднениями в жизни и эффективно решать задачи в профессиональной деятельности.

### Список литературы

1. Кривуля, Ю. С. Проблема профессионального стресса педагогов в условиях современной образовательной системы / Ю. С. Кривуля // Карельский научный журнал. – 2020. Т. 9. – № 1 (30). – С. 47–49.
2. Ларионова, М. А. Психологическое здоровье педагога российской образовательной системы / М. А. Ларионова // Наука о человеке: гуманитарные исследования. – 2017. – № 4 (30). – С. 99–103.
3. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова – СПб. : Питер, 2009. – 336 с.
4. Жуковский, В. П. Стрессоустойчивость педагога: теоретический анализ понятия и направления развития / В. П. Жуковский, Н. А. Жуковская // Вестник Саратовского областного института развития образования. – 2015. – № 2. – С. 109–114.

К содержанию

*Е. В. Жигар (Т. В. Васильева)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГА**

Психолог – это специалист, деятельность которого направлена на изучение, диагностику и коррекцию психических процессов и состояний человека. Психологическая деятельность включает работу с индивидуальными и групповыми психологическими особенностями, с психическими отклонениями, а также с развитием личности. Важным аспектом работы психолога является помощь в решении психологических проблем, адаптации в социуме и гармонизации внутреннего мира человека.

Для успешного выполнения профессиональных обязанностей психолог должен обладать как личными качествами, так и соответствующими профессиональными компетенциями. Эти компетенции подразделяются на профессиональные знания, профессиональные навыки и этические стандарты

Требования к профессиональным знаниям практического психолога выражаются в том, что психолог должен владеть теоретическими основами психологии, такими как общая психология, психология личности, возрастная психология, патопсихология и социальная психология. Также у психолога должны быть знания в области методологии и методов психологического исследования, а также навыки их применения для диагностики и коррекции. Кроме этого психолог должен обладать

способностью к анализу и интерпретации психологических данных с целью составления программы психологической помощи или консультирования [1].

Требования к профессиональным навыкам практического психолога включают в себя требования к навыкам проведения психологических консультаций и тренингов, к умению работать с психологическими тестами и методиками. Также практический психолог должен обладать достаточными компетенциями, чтобы диагностировать психологические расстройства и особенности личности. Кроме этого практический психолог должен обладать навыками планирования и проведения профилактической работы в образовательных учреждениях, организациях или клиниках [2].

Деятельность практического психолога должна подчиняться этическим стандартам, которые предполагают соблюдение профессиональной этики и конфиденциальности; способность оставаться нейтральным, поддерживать клиента и избегать оценочных суждений; готовность к постоянному повышению квалификации и самосовершенствованию [1].

Все эти требования с необходимостью предполагают наличие развитых интеллектуальных способностей и механизмов личностной саморегуляции.

Следует отметить, что личность самого психолога играет ключевую роль в его профессиональной деятельности. Среди важнейших личностных качеств практического психолога чаще всего выделяются следующие: эмпатия как умение сопереживать клиенту и воспринимать его эмоции без осуждения; стрессоустойчивость как способность сохранять эмоциональное равновесие в сложных и стрессовых ситуациях; коммуникативность как умение устанавливать контакт и эффективно взаимодействовать с людьми; эмоциональная устойчивость как контроль собственных эмоциональных реакций, избегание выгорания и сохранение внутреннего ресурса; наблюдательность как внимание к деталям поведения и речи клиента, что помогает глубже понять его состояние и проблемы; терпимость как принятие разных взглядов и позиций клиента без личных предубеждений [1; 2].

Психолог может применять свои знания и навыки из различных областей знаний, таких как клиническая психология, где специалист занимается диагностикой и терапией психических расстройств, помогает в решении эмоциональных и поведенческих проблем; психология труда, сосредоточенная на изучении особенностей трудовой деятельности и разработке рекомендаций для улучшения условий труда и повышения его эффективности; психология образования, где работа направлена на поддержку учащихся и педагогов в процессе обучения и социальной

адаптации; и социальная психология, которая изучает взаимодействия в группах и роль личности в социальном окружении [1].

Можно говорить о том, что профессия психолога требует глубокой теоретической подготовки, практических навыков и развитых личностных качеств. Специалисты в этой области играют важную роль в поддержании и сохранении психологического здоровья общества, помогая людям справляться с жизненными трудностями и улучшать качество своей жизни.

#### Список литературы

1. Рабочая книга практического психолога. Технология эффективной профессиональной деятельности : пособие для специалистов, работающих с персоналом / С. А. Анисимов [и др.]; науч. ред. А. А. Деркач. – М. : Красная площадь, 1996. – 397 с.

2. Романова, Е. Р. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы / Е. Р. Романова. – СПб. : Питер, 2003. – 464 с.

К содержанию

*М. А. Жукович (Н. С. Ступень)*

*Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ФОРМИРОВАНИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО СОЗНАНИЯ УЧАЩИХСЯ НА ФАКУЛЬТАТИВНЫХ ЗАНЯТИЯХ ПО ХИМИИ**

Экологическая психология рассматривается как область исследований, которая направлена на изучение закономерностей развития и поведения человека в системе его взаимодействия с окружающей средой. Данный раздел психологии является развивающимся, что связано с изменениями экологического состояния окружающей среды [1].

Содержание экологической психологии не ограничивается только взаимодействием и поведением человека с окружающей средой. Выделяют некоторые интегральные характеристики, которые описывают результаты взаимодействия человека с природой – экологическое сознание. Экологическое сознание человека представляет сферу общественного и индивидуального сознания, которая связана с отражением природы как неотъемлемой частью существования живого.

Проблема формирования экологического сознания возникла на фоне «отрицательного» влияния деятельности человечества на окружающую среду, которая впоследствии могла привести к экологическому кризису

(загрязнения атмосферы, гидросферы, нерациональное использование природных ресурсов и полезных ископаемых) [2].

Экологическая психология в настоящее время является ключевым аспектом формирования знаний учащихся. Основная проблема современного школьника – отсутствие экологических знаний, связанных с жизнью человека вплотную. Целью исследования является определение роли экологической психологии в процессе формирования экологических знаний учащихся.

Учебный предмет «Химия» имеет большой потенциал в формировании учащихся экологического сознания. Для реализации межпредметных связей мы разработали факультативный курс «Химическая лаборатория», который направлен на расширение и закрепление теоретических знаний и практических умений в контексте изучения темы «Жесткость воды».

В работе с учащимися следует совместно обсуждать результаты исследования на первых занятиях, последующие занятия давать учащимся возможность самостоятельно анализировать полученные.

В процессе проведения занятий требуется проведение мини-тренингов для учащихся, которые будут ориентированы на переход от конкретных учебно-игровых ситуаций к обобщениям и анализу на более высоком уровне, а также выработке личностного отношения к экологическому состоянию окружающей среды и проблемам природы.

Существенная проблема экологизации образования заключается в том, что учащиеся знают о проблеме с теоретической точки зрения, что затрудняет их переходить к практическим умениям работы в экологической ситуации. Для решения этой проблемы мы предлагаем, во-первых, проведение химического эксперимента по определению жесткости воды (учащиеся проводят анализ питьевой воды), во-вторых организацию экскурсий на предприятия или встречи с экологами и преподавателями университетов.

#### Выводы

1. Для формирования экологического сознания необходима реализация межпредметных связей естественных дисциплин, которые преподаются в учреждениях общего среднего образования.

2. Для формирования практических умений создавать факультативные курсы, направленные на изучение проблемы и формирование экологического сознания.

3. Экологическая психология имеет важную роль в понимании и улучшении взаимодействия системы «человек-природа», что в свою очередь способствует устойчивому развитию разработки стратегий по использованию ресурсов и социальным изменениям общества.

### Список литературы

1. Стерлингова, Е. А. Экологическая психология: учеб. пособие / Е. А. Стерлингова // Перм. гос. нац. иссл. ун-т. – Пермь, 2012. – 212 с.
2. Макарова, Л. М. Экологическая психология и педагогика : учебное пособие. / Л. М. Макарова // Самара : Изд-во «Самарский государственный университет», 2014. 123 с.

К содержанию

*О. Г. Задаля (В. Ю. Москалюк)  
Барановичи, БарГУ*

## **ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

Подростковый период представляет собой достаточно напряженный этап развития, связанный с высокой стрессовой нагрузкой. Продолжается бурное развитие в физиологическом и психологическом плане. Центральное новообразование подросткового возраста – чувство взрослости, когда подросток уже не чувствует себя внутри ребенком, стремится быть и казаться взрослым, но при этом полноценной взрослости еще наступило. Подростковый возраст сопровождается повышением требований к ребенку со стороны родителей и учителей, а с другой стороны интенсивным формированием самосознания, самооценки, образа «Я», мотивационной сферы и ценностных ориентаций.

Формирование ценностных ориентаций в подростковом возрасте связано с противоборством двух тенденций – быть «как все» и быть «иным», чем окружающие, что создает для подростка ситуацию высокой стрессовой напряженности. Познавательную активность как основу мотивационной сферы личности можно охарактеризовать как устойчивое интегральное качество личности, отражающее готовность подростка к познанию, интерес к чему-либо новому, инициативность, самостоятельность в творческом поиске решений, а также положительный эмоциональный отклик на получение новой информации об окружающем мире. Вместе с тем именно познавательная активность в данном возрасте не всегда оптимальна на фоне психофизиологических изменений и стремления к общению со сверстниками. С другой стороны, важно отметить сензитивность подросткового возраста как периода вызревания осознанной потребности в познавательной активности, что является предпосылкой формирования у подростков разного рода увлечений, в том числе спортом.

Описывая значение увлечения спортом для развития личности подростка, важно отметить следующие основные моменты. 1. Занятия спортом развивают лидерские качества и способствуют воспитанию командного духа в подростках. 2. Спорт – это соревновательная деятельность, что подразумевает и победы, и поражения, что ставит игроков в разные жизненные ситуации, такие как успех и неудача. 3. Спорт воспитывает в подростках дух «здорового» соперничества и учит их участию в игре, независимо от того, заканчивается она победой или поражением. 4. Занятия спортом полезны для развития у подростков социальных навыков, поскольку спорт учит взаимодействию между людьми и командным действиям. В частности, игровые виды спорта способствуют коллективному мышлению и развивают навыки планирования, помогают создать для подростков атмосферу доверия и удовлетворения. 5. Физические упражнения способствуют выработке «гормона счастья» и обеспечивают позитивный баланс энергии в организме подростка. В результате, подростки, регулярно занимающиеся спортом, справляются со стрессом гораздо лучше.

В занятиях спортом объективно сочетаются два очень важных фактора: с одной стороны, подростки включаются в практическую деятельность, развиваются физически, привыкают самостоятельно действовать; с другой стороны – получают моральное и эстетическое удовлетворение от этой деятельности, углубляют познания об окружающей их среде. Спортивная деятельность является одним из комплексных средств воспитания: она направлена на всестороннюю физическую подготовленность (через непосредственное овладение основами движения и сложных действий в изменяющихся условиях коллективной деятельности), совершенствование функций организма, черт характера играющих. При этом соревновательно-игровые спортивные задания несут в себе особенно большой эмоциональный заряд, который является эффективным средством как физического развития подростков, так и их духовного воспитания. Использование соревновательно-игрового метода позволяет преподавателю успешно развивать как общефизическую, так и специальную подготовку школьников.

Соревнование – это отрегулированная правилами агрессивность, выражаемая в социально-неопасной форме, так называемая «спортивная злость». При этом необходимо отметить, что агрессия в командных видах спорта является рациональной формой противостояния сопернику, мобилизации функциональных возможностей подростков на достижение конкретного результата. В спорте агрессия понимается как напористое поведение, без намерения и желания причинить повреждения противнику. Таким образом, спорт позволяет выражать агрессивные чувства, не

причиняя большого вреда другим людям, формируя конструктивные формы проявления агрессии.

Занятия спортом оказывают благоприятное воздействие на физическое и психическое развитие подростков, формируя у них высокую мотивацию достижения успеха, волевые качества. Также можно говорить о влиянии спортивной деятельности на ценностно-мотивационную сферу подростков, которые тренируя волю, обретают свое «Я», свои собственные ценности, смыслы, мотивы. С другой стороны, важно изучить, какие именно личностные особенности значимы для успешной реализации в спорте подростков. Особенно если учесть динамичность становления их личности.

К содержанию

*О. Л. Занько*

*Могилев, ГУО «Детский сад № 37 г. Могилева»*

## **СОЦИАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Социальное развитие дошкольников – это сложный и многоаспектный процесс, который включает в себя формирование социальных навыков, взаимодействие с окружающими и развитие эмоционального интеллекта. На этом этапе жизни дети учатся основам общения, взаимодействия в группе и формированию идентичности.

Рассмотрим понятие социального развития. Социальное развитие – это процесс, в ходе которого индивид обучается нормам, ценностям и правилам поведения в обществе.

Дошкольный возраст обычно охватывает период от 3 до 7 лет. В это время происходит интенсивное развитие социальных навыков, которые являются основой для успешной адаптации в обществе. Обсудим подробнее ключевые аспекты социального развития в данном возрасте. Освоение социальных навыков. Взаимодействие через игры: игры являются основным способом, с помощью которого дети учатся взаимодействовать друг с другом. Они учатся делиться, ждать своей очереди, уважать мнение других и разрешать конфликты. Через совместные игры дети развивают навыки сотрудничества и командной работы. Коммуникация. Дети начинают осваивать различные формы общения, включая вербальное и невербальное. Они учатся выражать свои мысли и чувства, задавать вопросы, а также активно слушать собеседника.

Значение игры в социальном развитии. Игра как средство социализации. Игры с другими детьми способствуют развитию коммуникативных навыков, сотрудничества и умения разрешать конфликты. Разновидности игр: ролевые игры, настольные игры и групповые активности развивают у детей навыки взаимодействия и понимания социальных норм. Дети часто играют в ролевые игры, в которых они принимают на себя различные роли (например, врач, учитель, родитель). Это помогает им понять и освоить социальные роли и нормы, а также развивает воображение и креативность.

Роль семьи в социальном развитии. Формирование основ: семья является первичным социальным институтом, где ребенок учится основным социальным навыкам и нормам. Примеры влияния: Взаимодействие с родителями и близкими формирует у ребенка чувство безопасности, доверия и понимания социальных ролей. Взаимодействие с взрослыми. Обучение у взрослых: Взрослые играют важную роль в социализации детей. Они обучают детей правилам поведения, нормам и ценностям общества. Через общение с родителями, воспитателями дошкольного образования и другими взрослыми дети усваивают культурные традиции и социальные практики. Обратная связь: Важно, чтобы взрослые предоставляли детям позитивную обратную связь. Это помогает детям понять, какое поведение является приемлемым или неприемлемым в обществе. Эмоциональное развитие: Выражение чувств: В дошкольном возрасте дети начинают осознавать и выражать свои эмоции, такие как радость, грусть, злость и страх. Они учатся, как можно справляться с этими эмоциями и как их выражать в социальных ситуациях.

Понимание эмоций других: Дети также начинают развивать эмпатию, под которой понимается способность сопереживать чувствам других людей. Это важный аспект социализации, который помогает им строить здоровые межличностные отношения. Социальные навыки: Эмоциональное развитие связано с социальными навыками. Дети, понимающие свои чувства и чувства других, лучше взаимодействуют со сверстниками, разрешают конфликты и налаживают дружеские отношения. Влияние образовательной среды. Дошкольные учреждения: воспитатели и педагоги играют важную роль в формировании социальных навыков через организованные мероприятия и игры. Социальная адаптация: Дети учатся адаптироваться в новой социальной среде, что важно для их будущей успешной интеграции в школьную жизнь.

Социальное развитие дошкольника – это основа формирования полноценной личности, способной к взаимодействию в обществе. Понимание процессов социализации и активное участие в них со стороны родителей и педагогов способствуют успешному развитию ребенка.

Необходимо обеспечить позитивную и поддерживающую среду, где дети смогут развивать свои социальные навыки и эмоциональный интеллект.

К содержанию

*В. А. Зенютич (Г. В. Жук)*

*Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **РОЛЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ПОЛИТИЧЕСКОМ ЛИДЕРСТВЕ**

В современной психологии определенное внимание уделяется понятию эмоционального интеллекта (EI). Справедливо утверждение, что его роль в области коммуникации человека и человека, а также человека и социальной группы очень велика. Уровень навыков взаимодействия человека с его окружением определяется показателем не только IQ, но и EI. Умение правильно распоряжаться своими эмоциями позволяет человеку более четко выстроить необходимые ему отношения: деловые, неформальные и т. д.

Высокий уровень эмоционального интеллекта хорошо подчеркивает и дополняет качества лидера. Настоящему лидеру необходимо владеть не только достаточными умственными знаниями, но и понимать и контролировать свои эмоции. К. Д. Ушинский отмечал, что человек более человек в том, что он чувствует, чем как он думает, тем самым он выделял социальный смысл эмоций. Неумение распоряжаться эмоциями может привести к нежелательным последствиям, что неудовлетворительно со стороны лидера. Эмоциональный интеллект Д. Гоулман определяет четырьмя фундаментальными способностями: к самоуправлению, само--анализу, социальной приспособляемостью и налаживанию социальных связей. Углубляясь в их суть, он выделяет также следующие свойства: трезвая самооценка, самоуверенность, самоконтроль, инициативность, эмпатия, умение оказывать влияние, умение улаживать конфликты и другие. Все эти свойства в идеале формируют прочного лидера. Политический лидер особенно должен владеть вышперечисленными качествами. Несобранность, склонность к бездействию, безынициативность со стороны политического лидера способны разрушить сплоченность представителей социальных групп и самих социальных групп, так как теряется направление движения развития. Человек, занимающий главенствующую должность, – эффективный коммуникатор только тогда, когда умеет влиять на людей.

Свойства, формирующие эмоциональный интеллект, позволяют лидеру лучше адаптироваться к действительности. Так, благодаря им политический лидер может эффективнее мотивировать людей, анализировать их потребности в данный момент времени, координировать подчиненных для более продуктивного выполнения задач, чтобы обеспечить население всем необходимым. Если представить на должности политического лидера человека, неспособного справиться даже с собственными эмоциями, то нетрудно вообразить и последствия решений, принятых таким человеком.

Это, во-первых, необозримость будущего. Личность, которая не в силах вести за собой людей, не может дать гарантию будущего, в котором людям хотелось бы жить. Во-вторых, импульсивность или, наоборот, неуверенность в решении важных актуальных вопросов. Если вопрос вызывает серьезное затруднение, а человек сильно сомневается в своих действиях, то ответ на этот вопрос может быть найден не соответствующе ситуации из-за преобладания эмоций над рациональным мышлением. Человек не сможет принять взвешенное решение в силу страха и желания оправдать ожидания каждого. Импульсивность же приводит к потере контроля над вопросом, так как решение, принятое на скорую руку, способно породить ряд последующих проблем. В-третьих, отсутствие авторитета. Политический лидер, действующий неуверенно или невдумчиво не будет вызывать доверия у масс, поэтому его нахождение у власти с большой вероятностью приведет к недовольству и конфликтам в обществе, разрушая прочные социальные связи. Умение понимать собственные желания наряду с желаниями групп людей позволяет политическому лидеру выстроить правильное и здоровое мнение о себе со стороны. Человек, которому понятно, что он хочет сегодня и как он поведет себя завтра, будет твердой опорой для каждой единицы общества.

Полное отсутствие эмоций, в свою очередь, лишает лидера возможности оценить потребности людей, а их преобладание над рациональностью может помешать в момент принятия решений, определения планов на будущее, распределения обязанностей. Лидер, неспособный адаптироваться под изменение условий социальной среды, будет вызывать недоверие у социума. Такому лидеру не удастся удержать под контролем и целое государство, обеспечивая относительную стабильность, из-за чего в худшем случае некомпетентность главы может породить череду гражданских войн. Это создает некомфортные условия для большей части населения, что не в праве допустить политический лидер.

Таким образом, реальный политический лидер должен владеть хотя бы достаточным уровнем эмоционального интеллекта. Это позволит ему умело выстраивать связи между социальными объектами, создавая в

обществе обстановку, выгодную и удобную большинству. Отсутствие даже достаточного эмоционального интеллекта ограничивает политического лидера в собственных действиях и тем самым лишает людей мотивации к выполнению общепринятых обязанностей и соответствию общепринятым нормам поведения.

Список литературы

1. Грин, Р. 48 законов власти / Р. Грин ; пер. с англ. Е. Я. Мигуновой. – М. : РИПОЛ классик, 2008.– 768 с.

К содержанию

*И. В. Зинович (А. И. Стракович)*

*Минск, БГУИиР*

## **ТЕМПЕРАМЕНТ И АДАПТАЦИОННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ЛИЧНОСТИ У СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ**

Темперамент представляет собой базовую основу для выделения индивидуальности человека. На основе свойств темперамента формируется определенное сочетание характеристик, которые находят свое отражение в разнообразных чертах характера и поведения.

Темперамент – это индивидуальности особенности человека, определяющие динамику протекания его психических процессов и поведения» [1]. То есть в данном случае ученый акцентирует внимание на том, что темперамент и его особенности имеют свойства, которые различаются у разных людей. Эти различия могут проявляться в силе нервных процессов, устойчивости, скорости переключения реакций.

Индивидуальные особенности человека определяются набором характеристик темперамента: проявлением стабильности психических процессов, проявлением психомоторной заторможенности или расторможенностью, силой нервных процессов. Это может проявляться в повышенной нервной возбудимости, вспыльчивости, беспорядочной активности. Первый тип характеризуется пассивностью, эмоциональным дисбалансом, неадаптивным поведением. Второй тип – высокой активностью и адаптивностью, эмоциональной уравновешенностью и благополучием. Третий тип – высокой активностью и адаптивностью, неуравновешенностью, эмоциональным напряжением.

Индивидуально-типологические особенности являются фундаментом, на основе которого формируются черты характера. И выражаются в следующих особенностях: черты, которые проявляются в отношении к

себе (самопонимание, самопринятие, самоуважение, осознание и принятие ответственности за свою жизнь, позитивное отношение к себе и к миру), поведенческие особенности (гибкость, толерантность к неопределенности, рефлексия своих эмоций и реакций, стремление к совершенствованию, творческая направленность), адаптированность (понимание и принятие других, интерес к другим людям), состояние психического равновесия, автономность развития человека и его личностного выбора, готовность к изменениям, позитивность Я-концепции, способность к саморегуляции психических состояний, умение эмпатировать и рефлексировать, навыки общения, самокритичность, направленность всей активности на позитивное и творческое взаимодействие с миром [2].

Темперамент определяет индивидуальные различия между людьми, которые влияют на его поведение, настроение и психическое состояние на протяжении всей жизни. Наиболее выраженное влияние темперамент оказывает на такие параметры индивидуальных различий, как проявление эмоциональных реакций, интенсивность эмоций, быстрота переключения эмоций, ригидность поведения и реакций и других характеристики. В качестве базовых выделены сангвинический тип темперамента, флегматический тип, холерический тип и меланхолический.

Под адаптацией понимается стремление человека приспособливаться к социальной среде, иметь с ней бесконфликтные отношения. Адаптация рассматривается как процесс приспособления к условиям внешней среды. Если рассматривать проблему адаптации применительно к периоду студенчества, то успешная адаптация студента связана с активным включением его в учебный процесс и проявлением положительных эмоций, связанных с новой социальной ситуацией.

Успешная адаптация сопровождается проявлением положительно окрашенных эмоций, а явление дезадаптации сопровождается переживанием негативных эмоций. Выраженное отрицательное влияние на процесс адаптации могут оказать такие психические состояния, как тревожность, фрустрация, агрессивность и ригидность. Высокий показатель учебной тревожности также может затруднять процесс адаптации студента, поскольку тревожность затрудняет протекание эффективной учебной деятельности и указывает на нарушение процесса адаптации.

В нашем исследовании приняли участие 87 студентов первого курса, из них 66 девушек и 21 юношей. По показателю экстраверсии / интроверсии данные распределились в выборке следующим образом: интровертов в выборке 36 человек, что составило 41 %; экстравертов в выборке 51 человек, что составило 59 %.

Таблица 1 – Количество юношей и девушек с разным типом темперамента по Г. Айзенку

Типы темперамента по Г. Айзенку	Пол		Всего
	девушки	юноши	
Меланхолики	14	3	17
Сангвиники	17	8	25
Флегматики	14	6	20
Холерики	21	4	25
Всего	66	21	87

Процентное соотношение юношей и девушек с показателями экстраверсия и интроверсия практически одинаковое. Как среди юношей, так и среди девушек больше экстравертов, чем интровертов. Процентное соотношение юношей и девушек по показателю стабильность / нестабильность отличается. Среди девушек больше стабильных, чем нестабильных. Среди юношей больше нестабильных, чем стабильных.

На основании представленных данных видно, что меланхоликов больше среди девушек, чем среди юношей. Сангвиников больше среди юношей, чем среди девушек. Флегматиков больше среди юношей, чем среди девушек. Холериков больше среди девушек, чем среди юношей.

Для исследования взаимосвязи темперамента и адаптационных возможностей личности у студентов-первокурсников применялся метод частотного распределения и оценивались показатели психических состояний по Г. Айзенку и тревожности у студентов с разным типом темперамента.

Результаты исследования выявили, что среди меланхоликов больше студентов со средней тревожностью, средней фрустрацией, низкой или средней агрессивностью, средней ригидностью и низкой учебной тревожностью.

Среди сангвиников больше студентов с низкой тревожностью, низкой фрустрацией, средней агрессивностью, средней ригидностью и низкой учебной тревожностью.

Среди флегматиков больше студентов с низкой тревожностью, низкой фрустрацией, низкой и средней агрессивностью, средней ригидностью и низкой учебной тревожностью.

Среди холериков больше студентов со средней тревожностью, низкой и средней фрустрацией, средней агрессивностью, средней ригидностью и низкой учебной тревожностью. Самый высокий показатель тревожности и фрустрации у меланхоликов, самый низкий – у сангвиников. Показатель агрессивности самый высокий у холериков.

Показатель ригидности самый высокий у флегматиков, самый низкий у сангвиников.

Таким образом, полученные данные указывают на то, что показатели высоких адаптационных возможностей (низкая тревожность и низкая ригидность, низкая фрустрация, низкая школьная тревожность) более выражены у сангвиников. Показатели низких адаптационных возможностей (высокая тревожность и ригидность, фрустрация, высокая школьная тревожность, высокая агрессивность) более выражены у меланхоликов (тревожность и фрустрация), у флегматиков (ригидность), у холериков (агрессивность).

Сангвиники и холерики легко адаптируются к изменяющимся условиям, способны адаптировать свое поведение под изменяющиеся условия окружающей среды; меланхолики и флегматики обладают высокой ригидностью, им трудно приспособиться к новым условиям.

Студенты, обладающие меланхолическим и холерическим типами темперамента, тревожны, в том числе в учебных ситуациях, фрустрированы, проявляют высокий уровень агрессивности. Соответственно, обучающиеся с сангвиническим и флегматическим типами темперамента обладают низким уровнем тревожности и агрессивности, устойчивы к неудачам, не боятся трудностей.

Из вышеописанного можно сделать вывод, что адаптационные способности выше у студентов с сангвиническим и флегматическим типами темперамента. У студентов с холерическим и меланхолическим типом темперамента адаптационные возможности снижены и процесс адаптации происходит длительнее и сложнее.

#### Список литературы

1. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 1999. – 712 с.
2. Савченков, Ю. И. Внешние и внутренние факторы изменчивости свойств темперамента : монография / Ю. И. Савченков, С. Н. Шилов. – Красноярск : КГПУ 2019. – 264 с.
3. Сысоева, Л. А. Влияние темперамента на показатели психоэмоционального состояния студентов – старшекурсников / Л. А. Сысоева, Ю. С. Корогодина, О. А. Баздарева // ОГУ имени И.С. Тургенева. Россия, Орел. Наука России. Цели и задачи : сб. науч. трудов по материалам XV международной научной конференции. – 2019. – С. 43–46.

К содержанию

*П. В. Иванюк (Н. В. Былинская)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ С ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТЬЮ У ПОДРОСТКОВ**

В современном обществе каждому человеку приходится сталкиваться с нелегкими ситуациями, которые влекут за собой появление и развитие стресса. В связи с этим довольно часто меняется способ восприятия внешнего мира и поиск своего места в нем. Копинг-стратегии являются одним из главных механизмов адаптации человека к постоянно меняющимся социальным условиям. Поведение индивида, которое направлено на преодоление жизненно сложных ситуаций, изучается в рамках копинг-поведения в зарубежной психологии (Р. Лазарус, С. Фолкман, Э. Фрайденберг, С. Хобфолл, Н. Эндлер) и совладающего поведения в отечественной психологии (Л. И. Анцыферова, В. А. Бодров, Т. Л. Крюкова, А. А. Либин, И. М. Никольская) [1]. Копинг-поведение достаточно хорошо изучено для взрослого возраста, когда человек активно исследует собственные гипотезы, а также умеет приспособиться к различного рода ситуациям. Однако, изучение подросткового возраста с учетом существующих способов поведения в сложных жизненных ситуациях еще не получило достаточной разработки в психологии [2]. Разнообразные стрессовые ситуации в жизни подростка способны отражаться на его личностном развитии. Такие ситуации приводят к упадку работоспособности, продуктивности, к трудностям во взаимоотношениях. Способы совладания с проблемами, которые сформировались на данном этапе психического развития, с наибольшей вероятностью будут использоваться и в последующих возрастных периодах [3].

Целью настоящего исследования являлось выявление взаимосвязи копинг-стратегий и личностной тревожности у подростков (n=30).

В исследовании применялись следующие методики: методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях CISS» (С. Норман, Д. Ф. Эндлер, Д. А. Джеймс, М. И. Паркер, адаптированный вариант Т. А. Крюковой); методика диагностики личностной тревожности Ч. Д. Спилберга (адаптация Ю. Л. Ханина). Обработка эмпирических данных осуществлялась посредством методов дескриптивной и индуктивной статистики (коэффициент ранговой корреляции Спирмена).

Результаты исследования показали, что преобладающей копинг-стратегией у респондентов является избегание (50 %). Другие копинг-стратегии распределились следующим образом: проблемно-ориентированный копинг (27 %), эмоционально ориентированный копинг (23 %).

У 53 % участников исследования зафиксирован умеренный уровень личностной тревожности, у 37 % респондентов наблюдается высокий уровень личностной тревожности, а у 10 % опрошенных выявлен низкий уровень личностной тревожности.

В итоге корреляционного анализа было установлено следующее:

– чем выше личностная тревожность, тем реже используется проблемно-ориентированный копинг;

– чем выше личностная тревожность, тем чаще используется эмоционально-ориентированный копинг (была выявлена положительная корреляционная связь);

– чем выше личностная тревожность, тем чаще используются копинг ориентированный на избегание.

Обобщая выше сказанное, можно сделать вывод, что уровень личностной тревожности влияет на выбор копинг-стратегий. Так, подросткам, у которых преобладает низкий или умеренный уровень личностной тревожности свойственно применять проблемно-ориентированный копинг. Подростки, у которых наблюдается высокий уровень личностной тревожности склонны использовать эмоционально-ориентированный копинг и копинг, ориентированный на избегание.

Список литературы

1. Татьянченко, Н. П. Развитие понятия «копинг» в отечественной и зарубежной психологии / Н. П. Татьянченко // Журн. Известия Южного федерального университета. – 2006. – № 4. – С. 377–382.

2. Крюкова, Т. Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни / Т. Л. Крюкова. – Кострома : КГУ имени Н. А. Некрасова, 2010. – 296 с.

3. Реан, А. А. Психология подростка. Трудный возраст от 11 до 18 лет / А. А. Реан. – М. : Прайм-еврознак, 2006. – 480 с.

К содержанию

*Р. В. Карпович (Е. В. Ярмольчик)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ПРЕДСТАВЛЕНИЯ ПОДРОСТКОВ О СЕМЕЙНЫХ ЦЕННОСТЯХ**

Семейные ценности у каждого народа, и каждой семьи разные, при этом по-своему значимые. Они начинают складываться в узком кругу близких родственников. Сегодняшние подростки выросли в мире, где

культурные и социальные изменения оказывают значительное влияние на их взгляды на семейные ценности. Современные подростки все больше ценят поддержку и понимание со стороны своей семьи.

Семья является важнейшим фактором становления личности и формирования мировоззрения в подростковом возрасте. Формирование системы жизненных ценностей у современных подростков происходит в период кардинальных изменений в политической, экономической, духовной сферах нашего общества, что не может не отражаться на их ценностных ориентациях и поступках. Важно продолжать укреплять семейные связи и находить баланс между реальным и виртуальным миром, чтобы семейные ценности оставались основой здорового и счастливого общества. Семья, в которой растет ребенок, становится моделью его будущей семьи. В семейных отношениях для подростков более ценно чувствовать любовь и заботу друг о друге, уважение и доверие, возможность реализовать себя вне семьи, возможность получить поддержку в трудную минуту. Родители больше, по сравнению с детьми, ценят любовь и заботу друг о друге, взаимное уважение и доверие, дружеские отношения между родителями и детьми, возможность получить поддержку в трудную минуту.

Для изучения представления о семейных ценностях подростков было проведено эмпирическое исследование, которое осуществлялось на базе ГУО «Средняя школа № 10». В нем приняли участие 45 учащихся 9-10 классов. Для эмпирического исследования нами была использована методика М. Рокича «Готов ли я к семейной жизни?».

Анализ результатов показал, что 24 % респондентов – сомневающиеся, то есть они не уверены, что готовы к семейной жизни. Большинство учащихся (76 %) не готовы к семейной жизни. Этот установленный факт можно объяснить возрастом участников исследования, которые нормативно решают задачи развития подросткового возраста (построение Я-концепции и др.). При этом, во многих ответах юношей на утверждения часто употреблялись варианты «она», что говорит об их желании переложить все семейные обязанности на девушку, а также свидетельствует о том, что юноши не придают семейным ценностям значения, а на первый план по значимости у них выступают образование, карьера или способ повышения доходов.

Для уточнения мнения респондентов по некоторым семейным ценностям им также была предложена анкета «Ценности семьи и брака» разработанная Д. А. Сачивкиной. Анализ ответов показал, что, по мнению большинства опрошенных, основным мотивом создания семьи является любовь. Оптимальный возраст для вступления в брак – 20-30 лет, при этом 60 % опрошенных приветствуют вариант вступления в брак во время

учебы в вузе. Половина опрошенных (50 %) хотят иметь двоих детей, 40 % учащихся не хотят иметь детей вообще, 10 % хотели бы одного ребенка в будущем. Большинство учащихся затруднились ответить на вопрос «Что Вы понимаете под гражданским браком?», а также не смогли выделить преимущества неофициального брака над официальным. Эти ответы позволяют предположить, что, либо учащиеся не признают существование другой формы семьи, кроме как зарегистрированный брак, либо же не понимают до конца, что такое гражданский брак.

Таким образом, говорить о психологической готовности респондентов к семейной жизни в части семейных ценностей пока рано. И хотя любовь они считают основой для создания семьи, себя учащиеся часто не видят в роли родителей.

К содержанию

*А. А. Кирнич (А. А. Гаврилович)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ОСОБЕННОСТИ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ У СПОРТСМЕНОВ РАЗНОГО ПОЛА**

Анализ теоретико-эмпирических исследований в области психологического сопровождения спортивной деятельности свидетельствует, что проблема межличностных отношений представляется актуальной в контексте развития взаимоотношений субъектов спорта (А. А. Лалаян, Ю. А. Коломейцев, Б. Дж. Кретти, Т. А. Мусхаджиева и др.), социально-психологического климата (Б. А. Вяткин, Д. Гоулд, А. А. Даркач, А. А. Исаев и др.), профилактики конфликтов и конфликтных ситуаций в спортивной деятельности (П. С. Бородулин, В. В. Дугина, Р. Л. Кричевский, А. В. Мальчиков, Ю. В. Сысоев, А. П. Травина и др.) [1].

Цель нашей работы – изучение особенностей конфликтного поведения у спортсменов различного пола.

Организованное нами исследование осуществлялось на базе факультета физического воспитания и спорта Брестского государственного университета имени А. С. Пушкина. Выборку составили 60 студентов-спортсменов (n=60) факультета физического воспитания 1–2 курсов дневной формы получения образования, из них 30 – юноши (n=30) и 30 – девушки (n=30). Участие в исследовании было добровольным.

В качестве психодиагностического инструментария использовались методики: «Диагностика стратегий поведения в конфликте» К. Томаса в

адаптации Н. В. Гришиной, «Диагностика самооценки степени конфликтности личности» И. Д. Ладановой [2].

Анализ полученных результатов исследования позволяет констатировать, что у спортсменок преобладает компромиссный стиль поведения в конфликтах (28,2 %). Это характеризует их склонность к поиску таких решений, которые удовлетворят обе стороны, а также готовность пойти на некоторые уступки для устранения разногласий.

Параллельно спортсменки демонстрируют выраженную склонность к сотрудничеству (22 %), что отражает их готовность к взаимодействию с остальными участниками конфликтной ситуации для совместного поиска оптимального решения, их открытость к диалогу и стремлению к взаимопониманию.

Соперничество (19,7 %) занимает третье место среди используемых девушками стратегий и свидетельствует, что спортсменки в некоторых личностно значимых ситуациях готовы жестко отстаивать свои интересы, даже несмотря на высокую вероятность дальнейшей явной эскалации конфликта.

Избегание (17,4 %) и приспособление (14,4 %) являются наименее предпочитаемыми спортсменками стратегиями поведения в конфликтной ситуации. Такие девушки-спортсменки склонны, как правило, уходить от жесткого противостояния, однако не всегда готовы уступать и идти на компромисс, если их интересы серьезно затронуты.

Спортсмены-юноши также в большинстве отдают предпочтение стратегии компромисса (26,4 %), что проявляется во внутренней установке на достижение ими взаимовыгодных решений в конфликтных ситуациях, исключая устойчивое противостояние. Выбор стратегии сотрудничества (19,9 %) демонстрирует их готовность совместного урегулирования разногласий с целью достижения успеха в профессиональной деятельности. Стратегия избегания, характерная 18,9 % спортсменок-юношей, является социально пассивной и сводится как правило к непризнанию наличия внешнего конфликта. Соперничество (17,9 %) и приспособление (17,1 %) несколько реже используются юношами по сравнению с другими стратегиями, что может свидетельствовать в первом случае об менее выраженной агрессивности респондентов, во втором – ориентации на сохранение целесообразных взаимоотношений с партнерами.

Таким образом, конфликтное поведение у спортсменов разного пола существенно не различается. Однако можно отметить, что спортсменки обладают более гибким стилем поведения в конфликтах, склонны к компромиссу и сотрудничеству при этом сохраняя статус своего «Я», не поступаясь своими идейными принципами. Их предпочтение компромисса

позволяет находить решения, удовлетворяющие всех субъектов конфликтных отношений.

Представляет интерес дальнейшее изучение стратегий поведения в конфликте у спортсменов различных видов спорта (например, командных и индивидуальных), различных спортивных квалификаций (разрядников, кандидатов в мастера спорта и мастеров спорта).

#### Список литературы

1. Гаврилович, А. А. Личностные особенности спортсменов командных видов спорта / А. А. Гаврилович // Вестник БрГУ. Сер. 3. Филология. Педагогика. Психология. – 2019. – № 2. – С. 202–208.

2. Практикум по спортивной психологии / под ред. И. П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002. – 288 с.

К содержанию

***В. А. Кислова (Н. С. Зубарева)***  
***Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина***

### **СТРАХ КАК ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Страхи – это вполне обычное и нормальное явление в жизни каждого человека. Большое количество страхов возникают в детском возрасте и при должном внимании родителей и близких людей данные страхи «перерастают» ребенком. В случае, если они слишком заострены и сохраняются длительное время, это служит признаком неблагополучия, говорит об ослабленности нервной системы ребенка, некорректном поведении родителей, наличие у них самих страхов, конфликтных отношений в семье, а также чрезмерной опеке.

Страхи появляются практически у половины детей и могут оставить свой след и проявиться во взрослой жизни. Источником страха у детей может быть перенесенный личный опыт, а также влияние социальной среды, например, ребенка укусила собака или он застрял в лифте. Такие страхи легче всего поддаются коррекции. В то же время, перенесенный тяжелый опыт не всегда вызывает страх в будущем. Во многом это зависит от особенностей характера ребенка (тревожность, мнительность, пессимизм, неуверенность в себе, зависимость от других людей и т. д.). А эти черты характера могут возникнуть, если у самих родителей имеется большое количество страхов, повышена тревожность или есть невроз, а также они сами придумывают причины страха для малыша, например

какие-то ситуации или личности, в том числе вымышленные (бабайка, баба-яга, волчок). Опираясь на все вышеперечисленные аргументы, к самым распространенным страхам относят внушенные страхи [1].

Наиболее чувствительными к страхам являются дети старшего дошкольного возраста. Согласно точке зрения А. И. Захарова, к этому возрасту у детей в основных чертах завершается созревание эмоциональной сферы, а также развивается воображение и умение ставить себя на место другого человека. Все это в целом способствует расширению восприятия страхов и усилению их переживания, которое становится более глубоким [2]. У страха можно выделить начальную стадию – тревожность.

Тревожность можно считать одним из трудноразрешимых вопросов в современной психологии. Почти в каждой исследовательской работе встречаются ссылки на ее неразработанность, неопределенность, неточность и многозначность самого понятия. Однако при этом ее часто используют в практике для различных целей: как диагностических, так и объяснительных, интерпретационных. В этом вопросе относительно легко достигается взаимопонимание между специалистами вне зависимости от их теоретических взглядов, если речь идет о влиянии тревожности на поведение и развитие личности, о саморегуляции состояния тревоги, о тревожном типе личности, о «работе с тревогой», способах преодоления устойчивой тревожности и т.д.

По мнению Б. И. Кочубей и Е. В. Новикова, развитие тревожности происходит при наличии у ребенка внутреннего конфликта, который может быть вызван рядом причин: 1. Родители, воспитатели/учителя, предъявляют к ребенку противоречивые, противоположные требования. Например, папа не считает плохим то, что дошкольник не убирает за собой, а мама по этой же причине ругается на него. 2. Неадекватными, зачастую завышенными требованиями. Например, родители требуют от ребенка получать одни десятки и девятки, не приемлют оценки ниже, повторяют ребенку, что он непременно должен быть отличником, что очень негативно влияет на самооценку ребенка. 3. Негативными, шантажными методами, которые ставят его в зависимое положение. Например, воспитатель или учитель говорят ребенку: «Если расскажешь кто это сделал, я не расскажу твоей маме, что ты себя плохо вел» [3].

По мнению экспертов, тревожность в дошкольном и младшем школьном возрасте развита сильнее у мальчиков. После 12 лет ситуация меняется, и девочки становятся более тревожными. Также для девочек и мальчиков характерны различные поводы тревожности. К примеру, девочки больше переживают об отношениях с другими людьми, а мальчиков беспокоят насилие и наказание. Если девочки совершили поступок, за который их накажут, они беспокоятся о том, какое отношение

к ним будет потом, что о них подумают и захотят ли с ними в последствии дружить. Мальчиков же беспокоит то, какое наказание за этим последует.

Тревожность ребенка во многом зависит от уровня тревожности окружающих его взрослых. Высокая тревожность педагога или родителя передается ребенку. В семьях с доброжелательными отношениями дети менее тревожны, чем в семьях, где часто возникают конфликты.

Таким образом, необходимо внимательно относиться к тревожности детей в возрасте от 5 до 7 лет и возможности рассмотрения различных способов помощи им в управлении и преодолении своих эмоций.

#### Список литературы

1. Зверева, О.Л. Семейная педагогика и домашнее воспитание / О. Л. Зверева, А. Н. Ганичева. – М. : Проспект, 1999. – 308 с.

2. Гусева, Л. М. Эмоциональное благополучие в развитии личности ребенка / Л. М. Гусева. – Чебоксары: Чувашский гос. пед. ин-т им. И. Я. Яковлева, 1997. – 64 с.

3. Кочетова, Ю. А. Страхи современных дошкольников и их связь с особенностями детско-родительских отношений / Ю. А. Кочетова // Психологическая наука и образование. – 2012. – № 3. – С. 77–87.

К содержанию

*А. А. Козицкая (С. Л. Ящук)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ВЗАИМОСВЯЗЬ УРОВНЯ АГРЕССИВНОСТИ И ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Одной из актуальных проблем современного общества является рост агрессивных тенденций. Агрессивное поведение в конфликте – это крайне отрицательное поведение, которое впоследствии может за собой повлечь печальный исход. Особенно важное значение от выбора такого поведения при конфликте имеют ситуации, возникающие в коллективе.

Конфликт – наиболее острый способ разрешения противоречий в интересах, целях, взглядах, возникающий в процессе социального взаимодействия, заключающийся в противодействии участников конфликта, и обычно сопровождающийся негативными эмоциями, выходящий за рамки правил и норм. Конфликт – это столкновение потребностей как внутри личности, так и вне ее. Конфликт вне личности в психологии обычно подразделяется на межличностный, личностно-социальный и социальный

(межгрупповой). В каждом конфликте есть некое общее начало, которое делает конфликты поразительно похожими друг на друга [1].

Агрессия – это любое поведение, направленное на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, которое не хочет такого отношения. Это определение указывает на то, что агрессию следует рассматривать как модель поведения, а не как эмоцию, мотивацию или отношение. Хотя все эти факторы, безусловно, играют важную роль в поведении, приводящем к травме, их наличие не является обязательным условием для таких действий. Зло не является предпосылкой для нападения на других: это может привести к тому, что все эти факторы причинят вред. Агрессия возникает как в состоянии полного спокойствия, так и в состоянии чрезмерного эмоционального возбуждения [2].

Период юности – это период самоопределения, выбор будущей сферы деятельности. Юность начинает чувствовать освобождение от непосредственной зависимости тесного круга значимых лиц (родных и близких людей). В юношеском возрасте молодые люди сталкиваются с множеством конфликтов, связанных с изменениями в своей жизни и окружающей среде. В этом возрасте самое важное, чтобы их понимали, принимали и считались с их мнением, дали возможность проявить себя, считались с эмоциями и чувствами. Агрессивность у юношей формируется в основном как форма протеста против непонимания взрослых, из-за неудовлетворенности своим положением в обществе, что проявляется и в соответствующем поведении.

Исследование проводилось с целью выявления взаимосвязи конфликтного поведения и агрессивности студентов. Для проведения эмпирического исследования были использованы следующие методики: тест К. Томаса «Определение стиля своего поведения в предконфликтных и конфликтных ситуациях», опросник агрессивности Басса-Дарки. В исследовании приняли участие 30 студентов в возрасте 17–18 лет.

Было установлено, что большинство студентов имеют более выраженный низкий и средний уровень физической агрессии, вербальной агрессии и негативизма. Выражен высокий и средний уровень подозрительности и чувства вины. Преобладает высокий уровень раздражения, низкий уровень обиды и средний уровень косвенной агрессии. Анализ стратегий поведения студентов в конфликтных ситуациях показал, что преобладающими являются стратегии компромисса, соперничества и сотрудничества.

Корреляционный анализ позволил выявить положительные и отрицательные связи между стратегиями поведения в конфликте и видами агрессии. Он показал, что значимая (положительная) связь выявлена между соперничеством и физической агрессией, что свидетельствует о том, что

студенты, которым свойственно применять физическую силу отдают предпочтение данной стратегии поведения при возникновении конфликтной ситуации. Между сотрудничеством и физической агрессией выявлена отрицательная корреляционная связь, которая также является значимой. Данная связь выступает свидетельством того, что респонденты, которые отдают предпочтение сотрудничеству как стратегии поведения в конфликте, не склонны к физической агрессии.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что между конфликтным поведением и агрессивностью студентов существует взаимосвязь. Студенты с высоким уровнем агрессивности будут отдавать предпочтение активной стратегии поведения соперничества в конфликте, ориентированной на свои интересы и победу над партнером.

#### Список литературы

1. Гришина, Н. В. Психология конфликта / Н. В. Гришина. – СПб. : Питер, 2002. – 464 с.
2. Бэрон, Р. Агрессия / Р. Бэрон. Д. Ричардсон. – СПб. : Питер, 1997. – 336 с.

К содержанию

*С. В. Козулько, К. В. Олесик (Г. В. Жук)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ЭМОЦИИ И ИХ РОЛЬ В МАССОВЫХ ЯВЛЕНИЯХ**

В основе массовых действий лежат эмоции и мотивация. Эмоциональные переживания оказывают большое влияние на массовые действия и массовые явления. Массовые явления – совпадающие оценки и установки, принятые стереотипы и внушенные образцы поведения, связанные с более или менее одновременно переживаемыми психическими состояниями людей, как результат коммуникаций в больших группах. К массовым явлениям относят многообразные виды поведения толпы: массовую истерию и массовую панику, слухи, моду, а также социально-психологические особенности народов, общественные настроения общественное мнение и т. д. [1]. Массовые явления и различные виды поведения толпы напрямую связаны с эмоциональными реакциями.

Собственно эмоции – это ситуативно возникающие переживания субъекта, которые выражают его отношение к складывающимся или возможным событиям, к своей деятельности, к людям и т. д.

Изучение эмоций неизбежно сталкивается с методологическими трудностями, связанными с их эфемерной природой, что приводит к сложности создания строгих научных концепций и их систематизации. При этом, следует указать, что современные нейронаучные данные в корне меняют представления научного сообщества о природе эмоций, подчеркивая фундаментальную роль эмоций в процессах, которые считаются основой для любой деятельности, в том числе коллективной, массовой. Существуют как минимум три общенаучные междисциплинарные дискуссии, исход которых ценен для понимания роли эмоций в массовых явлениях. Во-первых, дискуссия о роли эмоций в принятии решений. Во-вторых, проблема уровней анализа в изучении эмоций. Мнению о том, что эмоции являются исключительно индивидуальным феноменом, а следовательно не имеют серьезного значения в рамках массовых явлений, противопоставляется идея о том, что индивидуальные и коллективные эмоции различны по своей природе, но одинаково важны, так как коллективные эмоции неразрывно связаны с групповой идентификацией и межгрупповой динамикой. Существует точка зрения, что эмоция – это социальное явление, возникающее как следствие нейропластичности головного мозга, поэтому эмоции ощущаются по-разному представителями разных культурных и социально-политических общностей. В-третьих, значительную роль в научной литературе играет вопрос о причинно-следственной связи эмоций и действий: пока эмоция повышает вероятность действия, а также является одним из таких же влиятельных компонентов, как, например, объективные факты, мотивирующие к действию, причинно-следственная связь существует.

С точки зрения влияния на деятельность человека эмоции делятся на стенические и астенические. Стенические эмоции стимулируют деятельность, увеличивают энергию и напряжение сил человека, побуждают его к поступкам, высказываниям. Именно стенические эмоции играют важную роль в массовых явлениях. Массовые явления часто сопровождаются коллективными эмоциями, создавая либо ощущение единства и связи между его участниками, либо представляя угрозу безопасности. По сути, эмоции служат как катализатором, так и барьером для конструктивного общения между людьми. Определенные эмоции, например, гнев, страх или солидарность могут явиться поводом активных, порой непредсказуемых действий. Одним из примеров воздействия эмоций на массовые действия является трагедия на «Немиге», произошедшая 30 мая 1999 года. Во время массового мероприятия начался сильный дождь. Переполненные эмоциями от концерта и испугавшиеся погодных условий почти две с половиной тысячи молодых людей попытались укрыться от непогоды в подземном переходе станции метро. В результате образовавшейся давки погибло 53

человека, а более 250 человек получили ранения и травмы различной степени тяжести. Ситуация на «Немиге» продемонстрировала, как эмоциональные переживания могут оказать серьезное влияние на массовые действия. В условиях стресса и паники эмоциональные состояния людей могут спровоцировать необратимые последствия, приводящие к трагедиям.

Таким образом, на современном этапе отчетливо видна необходимость активного включения эмоций в поле научных исследований. Изучение эмоций – перспективное направление на стыке нескольких научных дисциплин, способное пролить свет на причины множества процессов в массовых явлениях. Понимание природы эмоций открывает новые горизонты для исследования межличностных и социальных взаимодействий. Осознание силы эмоций не только помогает предотвращать трагедии, но и способствует созданию более гармоничного общества.

К содержанию

*В. С. Комарчук (А. В. Даниленко)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ВЛИЯНИЕ РОДИТЕЛЬСКИХ УСТАНОВОК НА ФОРМИРОВАНИЕ ХАРАКТЕРА РЕБЕНКА**

Родительские установки играют ключевую роль в формировании характера ребенка и оказывают существенное влияние на его психологическое развитие и социальную адаптацию. В представленных материалах рассматриваются теоретические основы, виды и типы родительских установок, а также факторы, влияющие на этот процесс.

Теоретические основы влияния родительских установок на формирование характера ребенка базируются на работах ведущих психологов и педагогов. Согласно теории привязанности Дж. Боулби, качество ранних отношений между ребенком и родителями формирует базовое чувство безопасности и влияет на дальнейшее развитие личности [1]. Э. Эриксон в теории психосоциального развития подчеркивал важность родительского влияния на формирование базового доверия к миру на ранних этапах жизни ребенка [2]. Л. С. Выготский в культурно-исторической теории развития высших психических функций отмечал, что взаимодействие ребенка со взрослыми, в первую очередь с родителями, является ключевым фактором в формировании его психики и характера. А. Бандура в теории социального научения подчеркивал роль родителей как моделей поведения, которые ребенок наблюдает и имитирует [3].

Авторитетный стиль воспитательной деятельности родителей отличается строгим и жестким контролем, который сочетается с поощрением ребенка к общению и обсуждению в кругу семьи правил поведения, которым он должен следовать. Родители пытаются объяснить причины использования награды или наказания.

Авторитарный стиль родительского воспитания характеризуется высоким уровнем контроля, но базируется на фоне значительно отчужденного отношения к детям. Родители остаются закрытыми от постоянного общения с детьми, с целью обеспечения «порядка в доме» – они устанавливают строгие правила, которые не подлежащие пересмотру, существенно ограничивают индивидуальное пространство детей, позволяя лишь умеренную степень самостоятельности в познавательной деятельности [4, с. 181].

Либеральный стиль воспитания характеризуется низким уровнем контроля на фоне доброжелательного отношения к детям. По мнению Бомринд, чрезмерно либеральные родители так увлекаются демонстрацией «безусловной любви», что перестают выполнять прямые родительские функции, в частности, устанавливать запреты для своих детей.

Индифферентный стиль родительского воспитания, по мнению Е. Маккоби и Дж. Мартин, характеризуется слабым контролем за поведением детей и отсутствием теплоты и сердечности в отношениях с ними. Родители, которым свойствен индифферентный стиль поведения, не устанавливают ограничений для своих детей либо из-за отсутствия интереса и внимания к детям, либо из-за того, что трудности повседневной жизни не дают им времени и сил на воспитание детей. Если безразличие родителей сочетается с враждебностью, ребенка, ничто не удерживает от того, чтобы дать волю своим самым разрушительным импульсам и проявить склонность к делинквентному поведению [5, с. 18–20].

На формирование характера ребенка под воздействием родительских установок влияют: последовательность в применении воспитательных мер, эмоциональный климат в семье, степень вовлеченности родителей в жизнь ребенка, культурный и социально-экономический контекст семьи, индивидуальные особенности ребенка. Важно отметить, что влияние родительских установок на характер ребенка не является однозначным и линейным. Оно характеризуется множеством факторов, включая индивидуальные особенности ребенка, его окружение и жизненный опыт [6].

Родительские установки играют важную роль в формировании характера ребенка, влияя на его эмоциональное, социальное и когнитивное развитие. Понимание механизмов этого влияния и осознанный подход к воспитанию могут способствовать формированию гармоничной личности ребенка.

#### Список литературы

1. Боулби, Дж. Привязанность / Дж. Боулби ; пер. с англ. Н. Г. Григорьевой, Г. В. Бурменской. – М. : Гардарики, 2003. – 477 с.
2. Эриксон, Э. Детство и общество / Э. Эриксон. – СПб. : Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996. – 592 с.
3. Бандура, А. Теория социального научения / А. Бандура. – СПб. : Евразия, 2000. – 320 с.
4. Семченко, В. А. Психология и педагогика семейного общения: учебное пособие / В. А. Семченко, В. С. Заслуженюк; – М. : Межд. фонд «Возрождение». – М. : Радуга, 2013. – 214 с.
5. Бабарыкин, И. В. Психологические особенности коррекционной работы с детскими страхами / И. В. Бабарыкин // Вестник Харьковского национального университета им. В. Н. Каразина. – Сер. Психология. – Харьков : ХНУ, 2011. – Вып. 45. – № 937. – С. 18–20.
6. Смирнова, Е. О. Детская психология / Е. О. Смирнова. – М. : КНОРУС, 2013. – 280 с.

К содержанию

*О. А. Конопацкая (Н. С. Ступень)  
Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина*

### **ФОРМИРОВАНИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО СОЗНАНИЯ УЧАЩИХСЯ НА УРОКАХ ХИМИИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ДАНЫХ МОНИТОРИНГА ВЫБРОСОВ ЗАГРЯЗНЯЮЩИХ ВЕЩЕСТВ**

Экологические проблемы рассматриваются, как проблемы сознания человека и его отношения к окружающей среде. Предупреждение и преодоление экологической катастрофы неосуществимо без изменения сознательного отношения человека к окружающему миру, которое, является основой экологического сознания. Период юношества считается самым интенсивным для формирования экологического сознания, так как именно в этом возрасте формируются основные установки, основы и ориентации личности.

Основная часть экологического образования формируется в школе на уроках естественнонаучного профиля. Естественнонаучное образование как составная часть общего основного и среднего образования вносит свой вклад в достижение общей цели деятельности школы, обеспечивая усвоение учащимися основ учебных дисциплин, развитие их

мыслительных и творческих способностей, выработку научного мировоззрения.

Целью исследований является методический аспект формирования экологического сознания учащихся при анализе данных мониторинга выбросов загрязняющих веществ на уроках химии 9 класса.

Результаты исследования. Экологизация знаний учащихся является важной завершающей частью каждой изученной темы на уроках химии.

Для понимания причин и следствий экологических проблем окружающей среды учителю необходимо не только предоставлять теоретические знания учащимся, но и организовать практическую часть экологизации знаний для развития умений анализировать, выявлять причины загрязнения и делать выводы. В качестве метода экологизации знаний можно применить анализ данных мониторинга выбросов загрязняющих веществ от промышленных предприятий.

Мониторинг выбросов в атмосферу и водные объекты от промышленных предприятий – это комплексная система наблюдения и контроля за выбросами загрязняющих веществ в окружающую среду, которая позволяет отслеживать уровень выбросов, принимать меры для их снижения, соблюдения экологических норм [1].

Так, в школьном курсе химии 9 класса при изучении главы «Неметаллы», для анализа выбросов загрязняющих веществ мы рекомендуем выбрать следующие темы: «Оксид серы (IV) и оксид серы (VI)», соответствующие загрязняющие выбросы –  $\text{SO}_2$  и  $\text{SO}_3$ ; «Азотная кислота», загрязняющие выбросы –  $\text{NO}$  и  $\text{NO}_2$ ; «Оксиды углерода», загрязняющие выбросы –  $\text{CO}$  и  $\text{CO}_2$ .

Анализируются данные выбросов загрязняющих веществ после изучения темы в конце урока. Так, при изучении темы «Оксиды углерода», учащим предлагается проанализировать предоставленные им данные выбросов угарного газа ( $\text{CO}$ ). Учитель предоставляет ученикам диаграмму выбросов угарного газа за период 2022–2024 г. (рисунок 1).

Учащиеся анализируют диаграмму: отмечают, в каком году выбросы увеличились, а в каком году уменьшились, определяют превышение выбросами ПДК (предельно допустимое количество). Прогнозируют изменение количества выбросов на будущий год, делают выводы.

При анализе данных мониторинга учащиеся видят изменения динамики выбросов загрязняющих веществ, происходит развитие понимания важности экологического образования для здоровья окружающей среды.

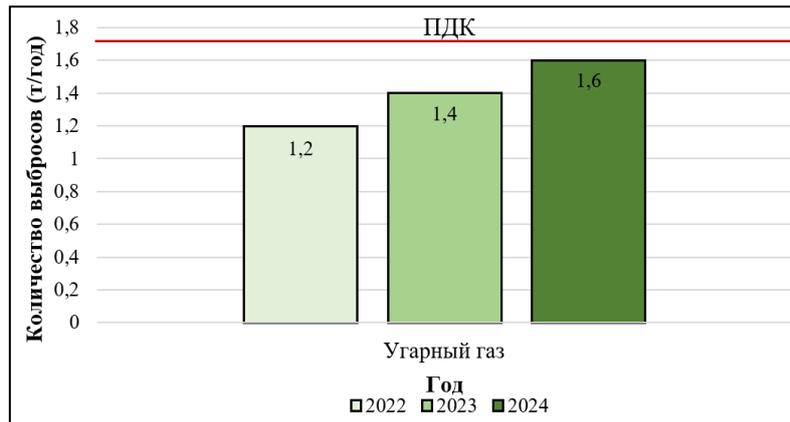


Рисунок 1 – Динамика количества выброса угарного газа за 2022–2024 гг.

Использование анализа данных мониторинга выбросов загрязняющих веществ на уроках химии способствует лучшему развитию экологического образования, понимания причин загрязнения окружающей среды и бережному отношению к природе.

#### Список литературы

1. Жиганков, Д. В. Современные формы реализации онлайн-мониторинга выбросов в атмосферу и водные объекты на предприятиях / Д. В. Жиганков // МНЖ Вестник науки. – 2023. – № 9. – С. 59–63.

К содержанию

*Р. Д. Корнелюк (Е. А. Гузюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРАКТИЧЕСКОГО ПСИХОЛОГА СТУДЕНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ИНСТИТУТА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ И ПЕРЕПОДГОТОВКИ**

У человека, который получает профессиональное образование, всегда есть определенные представления о содержании этой профессиональной деятельности. Так и в содержании сознания тех, кто получает образование по специальности «Психология», есть определенные представления о том, для чего нужна психология и в чем заключается суть работы практического психолога. Эти представления обучающихся во многом определяют ожидания от будущей профессии и формируют соответствующие мотивы учебной деятельности.

С целью изучения представлений о профессиональной деятельности психолога был проведен письменный опрос, респонденты должны были

ответить на вопросы, в чем заключается суть работы практического психолога и для чего нужна психология. В исследовании приняло участие 53 респондента: студенты первого курса, обучающиеся на дневной форме получения образования по специальности «Психология» и слушатели Института повышения квалификации и переподготовки первого года обучения по специальности «Психология». Для контент-анализа собранных эмпирических данных мы использовали следующие категории: «Познание себя», «Познание других», «Преобразование себя» и «Преобразование других».

Рассмотрим результаты опроса студентов первого курса, обучающиеся на дневной форме получения образования по специальности «Психология». Мы проанализировали 229 утверждений, 48 % (110 ответов) утверждений описывало, что содержание деятельности психолога направлено на преобразование других людей (помощь клиентам в преодолении трудных жизненных ситуаций, психокоррекция, налаживание детско-родительских отношений, проработка детских травм клиентов и т. п.); 34 % (77 ответов) характеризовали, что деятельность психолога, направлена на познание других людей (для психодиагностики, выслушивание клиентов и их проблем, анализ проводимых исследований и т. д.). По 9 % (по 21 ответу) – на категории «Познание себя» и «Преобразование себя», чаще всего здесь респонденты отмечали принятие себя, изучение своего внутреннего мира, самопомощь, налаживание контактов с другими людьми и т. п.

Рассмотрим результаты опроса слушатели Института повышения квалификации и переподготовки первого года обучения по специальности «Психология». Мы проанализировали 123 утверждения. Больше всего ответов респондентов мы отнесли к категории «Преобразование себя» – 36 % (44 ответа), 33 % (41 ответ) – «Познание себя», слушатели Института повышения квалификации и переподготовки в большей степени нацелены в профессиональной сфере на саморазвитие, оттачивание коммуникативных навыков и техник самопомощи; 20 % (24 ответа) – «Преобразование других», 11 % (14 ответов) – «Познание других». Слушатели указывали, что важно вырастить новое поколение счастливым, также шла речь о проработке травм клиентов и психологической помощи другим людям, для этого необходимо принятие других людей, понимание детской психологии, проведение психологических исследований и т. д.

Таким образом, анализируя полученные результаты проведенного исследования, можно утверждать, что студенты 1 курса больше нацелены на помощь другим людям, в их ответах чаще звучал интерес к научно-исследовательской работе, в то время как слушатели Института повышения квалификации и переподготовки акцентируют внимание на

возможности саморазвития, познании себя, постоянном исследовании собственной личности, принятии себя и улучшении собственного психологического здоровья, как специалиста.

К содержанию

*Е. В. Коротких (Д. Э. Синюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ПРОБЛЕМА КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ**

Конфликты возникают при любых формах взаимодействия между людьми. Во время учебы в университете молодые люди образуют студенческие группы. Этот процесс случаен и основан исключительно на выборе профессии. В связи со случайным характером объединения людей в студенческих группах неизбежно возникают конфликты. Такие конфликты могут быть временными и легко решаемыми, но иногда они затягиваются и ухудшают психологический климат в группе, что негативно влияет на усвоение знаний студентами [1].

Для подробного рассмотрения данной темы следует определить понятие конфликта. Многочисленные исследователи данной области трактуют его по-своему. Например, в толковом словаре С. И. Ожегова конфликт трактуется как столкновение, серьезное разногласие, спор [3]. В целом, конфликт – это столкновение разнонаправленных идей, точек зрения и целей субъектов взаимодействия. Он обладает тремя характеристиками:

– наличие личного значения для одного или обоих участников. Противоречие в понимании происходящего между двумя или более людьми может привести к открытому конфликту;

– наличие конфликтной ситуации – это условия, которые выявляют разные взгляды, мнения и цели. Например, когда одна из сторон осознает свое несогласие с ситуацией.

– инцидент, т. е. ситуация, в которой участники выражают свое недовольство, предъявляют претензии и защищают свои интересы [2].

Конфликтное поведение студентов считается распространенной проблемой, которая может возникать как в образовательном процессе, так и в повседневном взаимодействии между сверстниками. Такие конфликты могут быть вызваны различными факторами, такими как:

1. Разные мнения и ценности. Студенты могут иметь различные точки зрения на учебные темы, личные убеждения или социальные вопросы, что может приводить к спорам и недопониманию.

2. Конкуренция. В условиях жесткой конкуренции за оценки, места в учебных группах или другие ресурсы может возникать недовольство и агрессия.

3. Личностные характеристики. Разные типы личности могут вызывать трения. Например, доминирующие или агрессивные личности могут проявлять конфликтное поведение по отношению к более спокойным и интровертированным студентам.

4. Нехватка социальных навыков. Некоторые студенты могут не уметь эффективно общаться, что приводит к недоразумениям и обидам.

5. Стресс и давление. Высокий уровень стресса, связанный с учебой, сдачей экзаменов и другими обязанностями, может ухудшать эмоциональное состояние и способствовать конфликты [4].

Насколько мы знаем, нет конфликтов, которых нельзя было бы разрешить. Таким образом, для разрешения конфликтных ситуаций у студентов можно использовать следующие подходы: обучение коммуникации. Курсы или семинары по эффективному общению могут помочь студентам развить навыки конструктивного разрешения конфликтов; – психологическая поддержка. Наличие психологов или консультантов в учебных заведениях может помочь студентам справляться с эмоциями и находить здоровые способы разрешения конфликтов; создание культуры уважения. Важно формировать атмосферу, в которой ценятся разнообразие мнений и уважительное отношение к другим людям; групповая работа. Совместные проекты могут помочь студентам научиться работать в команде и развивать навыки сотрудничества; медиация. В сложных случаях можно прибегнуть к помощи третьей стороны для разрешения конфликта [1]. Таким образом, эффективное управление конфликтами в образовательной среде может способствовать созданию более позитивной атмосферы и улучшению учебного опыта для всех студентов.

#### Список литературы

1. Гомыранова, О. Н. Межличностные конфликты во взаимоотношениях студентов вуза / О. Н. Гомыранова// Вестник Астраханского государственного технического университета. – 2006. – № 5. – С. 301–305.

2. Козырев, Г. И. Введение в конфликтологию : учеб. пособие для вузов / Г. И. Козырев, И. А. Сухарьков. – М. : ВЛАДОС, 2001. – 176 с.

3. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка: Около 100 000 слов, терминов и фразеологических выражений / С. И. Ожегов ; под ред. Л. И. Скворцова. – М. : Мир и образование, 2018. – 736 с.

4. Шарков, Ф. И. Общая конфликтология : учебник для бакалавров / Ф. И. Шарков, В. И. Сперанский. – М. : Дашков и К, 2016. – 240 с.

К содержанию

*А. В. Коцуба (С. Л. Яцук)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИВЯЗАННОСТИ К МОДЕ**

Привязанность к моде – это явление, которое затрагивает не только эстетические предпочтения, но и глубокие психологические механизмы. Встает вопрос о том, какие психологические факторы способствуют формированию этой привязанности и как она может влиять на специфику поведения человека и его эмоциональное состояние.

Роль моды в обществе начинает изучаться западными психологами на рубеже 19–20 веков. Однако, понятие моды во всей ее многогранности было сформулировано более поздними исследователями, такими, как Р.Б. Фишман, Т. В. Козлова, Б. Д. Парыгин, Г. Зиммель, Р. Барт.

Согласно Б. Д. Парыгину, мода – это специфическая и весьма динамичная форма стандартизованного массового поведения, возникающая преимущественно стихийно, под влиянием доминирующих в обществе настроений и быстроизменяющихся вкусов, увлечений и т. д.

Противоположную точку зрения сформулировал Р. Барт. Он пришел к выводу о том, что мода является своеобразной знаковой системой, с помощью которой, подобно человеческой речи, люди общаются между собой. Обобщая вышеперечисленные подходы к рассматриваемому понятию, можно отметить, что мода – это совокупность привычек и вкусов, господствующих в определенной общественной среде и в определенное время.

Мода является одним из ключевых средств идентификации не только отдельных людей, но и целых субкультур и социальных групп. Мода наиболее легко предоставляет возможность почувствовать себя частью конкретной общности людей, культурного или социального явления. Она также выступает инструментом эмоционального удовлетворения, приносит комфортное ощущение тела и способствует принятию человека самого себя. Кроме того, следование модным веяниям может обеспечить более качественное социальное взаимодействие, поскольку люди склонны объединяться по интересам, схожим ценностным установкам и социальным привычкам. По мнению некоторых исследователей, человек склонен к конфликту между собственной индивидуальностью и принятием общества, вследствие чего существуют два ключевых пути разрешения данного конфликта: примкнуть к коллективизму и забыть о своей индивидуальности, либо реализовать себя в социально значимой деятельности, при этом руководствуясь личными побуждениями.

Мода является отражением того, способен ли человек успевать за динамикой развития общества. Наблюдение за традициями моды и ее изменениями раскрывает в личности устремление соответствовать быстро растущим тенденциям. Напротив, человек не соответствующий принятым среди большинства культурным и иным нормам, перестает быть частью постоянно функционирующего биологического организма под названием общество. Так как динамика развития общества выносит человеку определенные нормы и требования, с которыми необходимо считаться, ему жизненно важно стать частью общего потока развития [1, с. 247–255].

Не менее важным психологическим аспектом привязанности к моде является престиж. Зачастую люди подвергаются влиянию чужого мнения, которое в свою очередь и определяет общественный статус. Престиж – это устойчивая оценка личности, которая сформирована окружающим социумом. Исторически сложилось, что люди, обладавшие значительной престижностью в обществе, старались иметь хороший вкус во всем, что имеет показательную составляющую и стремились доказать актуальность своего выбора. Необходимо добавить, что социальные сети направлены на создание искусственной привлекательной картинки, которой восхищаются, чей образец постепенно становится общепринятым стандартом. Роль интернета заключается и в том, что он массово и стремительно привязывает социум к модным тенденциям, к желанию соответствовать наиболее популярным веяниям и является доминирующим инструментом влияния, в особенности, среди молодежи.

Анализируя привязанность человека к моде, можно сделать следующие выводы. Во-первых, мода выступает проводником индивидуальных идей и самовыражения, которые в итоге могут стать социально значимыми и обрести популярность в обществе. Во-вторых, мода является отражением влияния мнений окружающей среды на человека, а также, руководствуясь основными механизмами человеческой психики, заставляет личность примыкать к общественно принятым стандартам, даже если они не имеют важности для человека. Можно также добавить, что мода – это одно из ключевых явлений социокультурной жизни, которое является цикличным и хаотичным по своему характеру.

#### Список литературы

1. Парыгин, Б. Д. Социальная психология. Проблемы методологии, истории и теории / Б. Д. Парыгин – СПб. : ИГУП, 1999. – 592 с.

К содержанию

*А. В. Коцуба (М. Г. Соколовская)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ОСОБЕННОСТИ ТИПОЛОГИИ ПОВЕДЕНИЯ ИНДИВИДА В ПЕРИОД ЛИЧНОСТНОГО КРИЗИСА**

Личностный кризис – социокультурное и психологическое потрясение, которое сопровождается внутренней и внешней конфликтностью, затрагивающей как функционирование общества, так и индивида. Отражение кризиса на личности является актуальной проблемой современного научного поля, в частности, данный аспект рассматривается в исследованиях по социологии, психологии, культурологии и политэкономии. Цель данной работы – анализ типологии личностных кризисов, а также их воздействия на поведение индивида.

Первоначально необходимо охарактеризовать типологию кризисов, которая была сформулирована психологической наукой, в первую очередь советскими (российскими) исследователями Л. С. Выготским, Ф. Е. Василюком и М. И. Еникеевым. Обобщая изучение многообразия кризисов, они выделяют их ключевые форматы: нормативно-возрастные и индивидуальные. Нормативно-возрастные психологические кризисы – это временные периоды в развитии человека при переходе в последующий возрастной этап развития, который характеризуется качественными психологическими преобразованиями в сознании, деятельности и социальном взаимодействии личности.

Психологи обычно выделяют следующие стадии кризиса данного типа: 1) оживление – становление человеческого тела в единстве его сенсорных, двигательных, социального взаимодействия личности; 2) одушевление – развитие собственных средств регуляции поведения (эмоции, воля, способности); 3) персонализация – период становления личности; 4) индивидуализация – обретение уникального опыта, авторства в творчески-созидательной деятельности и собственной жизни при наличии личных жизненных планов и начала их реализации; 5) универсализация – восхождение к предельной полноте реальной жизни, откровение духовного единства себя и мира. Вхождение в него начинается с кризиса взрослости (39–45 лет), так называемого «кризиса среднего возраста».

Содержание индивидуального кризиса психологи характеризуют как критическое состояние индивида, вызванное субъективным травмирующим опытом. Основою образующими предпосылками индивидуальных кризисов являются: стрессовые события (травмы, катастрофы, пережитое насилие); профессиональная деформация, возникающая при специфиче-

ческих видах деятельности (спасатели, военные, хирурги и т. п.); неудачная адаптация к новой социальной среде; переход индивидуума на качественно новый период развития (экзистенциальные, трансформационные кризисы); неудачное социальное взаимодействие [1].

Немаловажным аспектом выступает характеристика специфики поведения человека во время кризиса. Протекание нормативно-возрастных личностных кризисов зачастую сопровождается следующими признаками: аутоагрессия (отрицательная социальная активность, направленная на причинение морального и физического вреда окружающей среде); застой социального роста и культуры индивида; упадок эмоционально-волевой сферы личности, а также склонность к социальной изоляции. Необходимо подчеркнуть, что реакция индивида на данный тип кризиса состоит в изменении характера взаимодействия с социумом. Индивидуальные кризисы, напротив, приводят к деформации непосредственно личности человека. Им свойственен эмоциональный дисбаланс, реструктуризация мировоззрения, склонность к восприятию и заимствованию качественно новых ценностных установок и норм морали. Исходя из рассматриваемой совокупности признаков, можно отметить, что любой личностный кризис приводит к импульсивному, социально неблагоприятному и несбалансированному поведению индивида [2, с. 30–51].

Проведя диагностический анализ особенностей поведения личности в период кризисных ситуаций, можно сделать ряд выводов. Во-первых, общепринятая типология кризисов в психологии опирается на два ключевых формата кризиса: нормативно-возрастной и индивидуальный. Во-вторых, ее наиболее важными критериями являются источник кризиса и его зависимость от конкретной возрастной стадии развития. Следует подчеркнуть, что содержание поведенческих особенностей в период кризиса сопровождается необратимой деформацией внутреннего и внешнего поведения индивида, что настоятельно требует усилий по его позитивной коррекции посредством кризисной интервенции.

#### Список литературы

1. Солдатова, Е. Л. Структура и динамика нормативного кризиса перехода к взрослости: автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / Е. Л. Солдатова ; Урал. гос. ун-т им. А. М. Горького. – Екатеринбург ; 2007. – 43 с.

2. Козлов, В. В. Работа с кризисной личностью : метод. пособие / В. В. Козлов. – М. : Изд-во Институт Психотерапии, 2003. – 300 с.

К содержанию

*К. В. Кравчук (Е. А. Гузюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ МАТЕРЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В ОТПУСКЕ ПО УХОДУ ЗА РЕБЕНКОМ**

В настоящее время можно услышать довольно популярное мнение в обществе, что декрет – это отпуск по уходу за ребенком, при этом забывается, что воспитание ребенка – огромный неоплачиваемый труд. Считается, что знания о том, как ухаживать за новорожденным, есть у женщин в силу ее обязанности стать матерью, а уставать от своего ребенка она просто не может. Давление на матерей могут оказывать близкие родственники, знакомые, соседи, да и общество в целом, устанавливая определенные негласные правила и требования, поэтому женщины сталкиваются с боязнью обращаться за квалифицированной помощью к специалистам, стремятся стать непостижимым «идеалом» и в целом стараются не обращать внимание на волнующие симптомы.

Примечательно, что симптомы эмоционального выгорания матерей идентичны симптомам выгорания на работе у людей помогающих профессий, т. е. тех, кто работает с людьми. Женщины находятся с детьми весь день, всю ночь без выходных и, если нет помощи от других людей (бабушек, супруга) и свободного времени для отдыха, своего любимого дела, каждодневная рутина превратится в «день сурка» с плачевными для нее последствиями, а именно, эмоциональным выгоранием.

Синдром эмоционального выгорания у матерей опасен нарушением эмоционального обмена между ней и детьми, что в последствии приведет к таким сложностям как негативное восприятие ребенком самого себя, наличие у него низкой самооценки, трудностей в попытке установить здоровый контакт с другими людьми.

При этом синдром эмоционального выгорания легче поддается профилактике, чем лечению, но, к сожалению, молодых мам не предупреждают о возможности его формирования, о причинах и методах борьбы с ним, им не предоставляют методички для самостоятельного изучения данной темы. Хотя мы можем заметить, что в глобальной сети Интернет начинают все больше говорить об этом.

Сложность синдрома состоит также в том, что причины его возникновения настолько разнообразны, что их невозможно перечислить. На выгорание матерей могут повлиять и их особенности характера, и отсутствие поддержки, и несоответствие их личных представлений, образцов с тем, чем им приходится столкнуться в реальности.

С целью установить фактический уровень эмоционального выгорания у матерей, находящихся в отпуске по уходу за ребенком, а также проверки гипотезы о влиянии на него количества находящихся на попечении у женщины детей, нами было проведено исследование по методике Л. А. Базалевой «Опросник эмоционального выгорания матерей» (2010 года), основанный на опроснике выгорания В. Бойко. В исследовании приняли участие 52 респондента, составляющие две группы: матери с одним ребенком и матери с двумя и более детьми, по 26 человек в каждой группе.

В соответствии с данной методикой, синдром эмоционального выгорания состоит из трех основных элементов: тревожное напряжение, сопротивление и истощение, которые, в свою очередь, также подразделяются на характерные для них симптомы.

Результат исследования показал, что матери с одним ребенком испытывают больше тревоги, чем матери с двумя и более детьми. В свою очередь, матери с двумя и более детьми больше подвержены симптому расширения сферы экономии эмоций во взаимоотношениях с детьми и редукации материнского взаимодействия вследствие того, что обмен эмоциями происходит не с одним человеком, а с несколькими, у них прослеживается переизбыток эмоционального взаимодействия. Однако, обе группы испытуемых продемонстрировали не критичный уровень эмоционального выгорания, соответственно, наша гипотеза не подтвердилась.

Тем не менее, не стоит отрицать существование данного синдрома, так как столкнуться с ним может любая мать. А чтобы этого избежать, необходимо ориентироваться на восполнение своих ресурсов либо при помощи сторонних ресурсов (общения с психологом, клуба по интересам), либо при самопомощи (спорт, хобби, медитация). Любой из этих методов будет хорош, если доставляет удовольствие женщине. Главное, ей не забывать о себе и своих интересах. Ведь наполненная и счастливая женщина – это самая лучшая мама для своего ребенка.

К содержанию

*Т. Ю. Кулич (Ю. Е. Иванюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **РОЛЕВЫЕ ОЖИДАНИЯ И ПРИТЯЗАНИЯ В БРАКЕ У МУЖЧИН И ЖЕНЩИН**

В современных реалиях изучение гендерных особенностей брачных отношений становится особенно актуально. Анализируя работы отечественных и зарубежных исследователей, можно заметить, как влияют на мужчин и женщин произошедшие изменения в нормах построения отношений. Изменения произошли как в детско-родительских отношениях, так и в супружеских отношениях.

Среди современных отечественных исследователей гендерный аспект рассматривали Н. М. Римашевская, З. А. Хоткина, М. М. Малышева, М. П. Писклакова-Паркер, Н. В. Русанова, Г. Г. Силласте, Е. А. Здравомыслова, А. А. Темкина, В. Лиманская, Ю. С. Задворнова, Т. Б. Рябова, О. Г. Овчарова, А. П. Багирова и многие другие.

Особое место занимает проблема восприятия распределения ролей в паре женщинами, выполняющими достаточно наряду с профессиональной деятельностью большую долю семейных обязанностей. Так, у большинства молодых пар наблюдается рассогласование представлений о ролевой структуре семьи, вследствие чего возникают нарушения отношений между ними и трудности в процессе их адаптации к супружеской жизни.

Вступая в брак, мужчины и женщины при реализации семейных ролей ориентируются на установки, которые формируют у них определенный образ семейного устройства. Эти установки закладываются в родительской семье каждого супруга, а также усваиваются из социального окружения и средств массовой информации. При этом, как правило, они часто разнятся между собой и ориентируют молодых людей на разные модели семейных отношений.

Поэтому изучение данной темы становится особенно актуально в период развития общества, когда традиционные представления о ролях мужчины и женщины в паре претерпевают изменения. Данную проблематику рассматривали также И. С. Кон, А. Н. Обозова, В. Б. Голофаст, С. И. Голод, А. А. Клецин и др. В Республике Беларусь тема исследования освещалась Ю. С. Смирновой, Ю. В. Зайцевой и др.

Цель нашего исследования заключается в определении различий в представлениях женщин и мужчин о распределении ролей в брачных отношениях.

В эмпирическом исследовании приняли участие 30 человек: мужчины и женщины от 19 до 42 лет, состоящие в супружеских отношениях в первом браке или же во втором и более.

Для решения поставленных задач нами использовались следующие методики: опросник «Ролевые ожидания партнеров» (А. Н. Волкова). Опросник позволяет выявить представления супругов об основных функциях семьи: сексуальная сфера; родительские обязанности; хозяйственно-бытовая сфера; личностная общность между супругами; профессиональные интересы; моральная и эмоциональная поддержка. А также представления мужа и жены о желаемом распределении ролей между супругами при реализации данных семейных функций, т. е. ожидания от партнера по выполнению данных функций и свои притязания на выполнении этих функций. Методы математической статистической обработки: U-критерий Манна-Уитни для независимых выборок. Математическая обработка данных осуществлялась с помощью онлайн-калькулятора.

В проведенном исследовании мы рассмотрели гендерные аспекты брачных отношений, сущностное значение гендерных ролей и пути их формирования в паре. Выявлено, что наиболее значимыми для женщин в паре являются ориентация на совместные цели и ценности, бытовой комфорт, родительские обязанности, социальная активность и профессиональная успешность, эмоционально-психотерапевтические функции брачных отношений. Наименее значимым – внешний вид партнера. Для мужчин же наиболее значимым оказалась внешность, несмотря на то, что остальные аспекты брачных отношений также для них важны, но не так сильно, как для женщин.

Женщины чаще ожидают от партнеров активное выполнение родительских обязанностей, социальной и профессиональной успешности, и также оказание эмоциональной поддержки. Мужчины чаще ожидают от женщин внешней привлекательности и выполнения бытовых функций.

Рассматривая ролевые притязания, мы обратили внимание, что женщины предъявляют к себе повышенные требования к роли хозяйки, матери, эмоциональной поддержки и внешней привлекательности. Мужчины же предъявляют к себе повышенные требования только в сфере профессиональной успешности, так как она связана с материальным обеспечением. При этом для мужчин характерны высокие ожидания от супруги, но низкие притязания со своей стороны к выполнению брачных функций в отношениях. Женщинам же, напротив, свойственны повышенные требования к себе во всех сферах супружеских отношений.

Различий в представлениях у мужчин и женщин о распределении ролей в брачных отношениях выявлено не было, что говорит о следующем:

мужчины и женщины данной выборки тяготеют к партнерским отношениям в семье и распределению ролей в равной мере. А именно: мужчина ответственен за материальное обеспечение пары, женщина выполняет роль эмоциональной поддержки и хозяйки в доме, тогда как воспитание детей, организация досуга, сексуальная сфера и создание субкультуры семьи становятся полем для совместных действий. Сравнивая ролевые притязания и ожидания у женщин как в первом браке, так и во втором браке и последующих, можно сделать вывод, что существенного влияния количество браков на представление о распределении ролей не наблюдается.

Сравнивая ролевые притязания и ожидания у мужчин как в первом браке, так и во втором браке и последующих, можно сделать вывод, что мужчины, у которых было два и более браков, более рефлексивны и способны к оказанию поддержки, выполнению эмоциональной функции семьи, а также меньше уделяют внимания внешности супруги.

Таким образом, изучив ролевые ожидания и притязания в браке у современных женщин и мужчин, мы выяснили что наряду с традиционными представлениями у опрошенных отмечается эволюция рассматриваемых представлений, свидетельствующая о равноправном участии супругов в решении семейных вопросов.

К содержанию

*В. С. Курилюк (В. Ю. Москалюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ЗНАЧЕНИЕ СТРЕССА В УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ**

Начало обучения в высшем учебном заведении является стрессом для большинства студентов. Им необходимо привыкать к новым условиям жизнедеятельности, осваивать новые социальные роли, некоторым приходится привыкать к новому месту жительства и самостоятельной жизни. Дальнейший процесс обучения также связан с постоянными стрессами. Напомним, что под стрессом чаще понимают реакции организма на негативные воздействия внешней среды [1].

Во время учебы студенты испытывают стресс из-за успеваемости, большого потока информации, сессии, а также по множеству других причин. Последствиями стресса могут стать остановка личностного роста, перенапряжение, психосоматические расстройства [2].

Стресс, который испытывают на себе студенты, затрудняет получение, переработку и возможность дальнейшего применения информации, полученной в ходе обучения. В результате этого может ухудшиться академическая успеваемость, что будет повышать общий уровень стресса.

Наиболее распространенным является экзаменационный стресс. Данный вид стресса является психотравмирующим фактором, который может приводить к сердечно-сосудистым нарушениям, ослаблению иммунитета и проблемам с нервной системой. Однако в других ситуациях психологическое напряжение может способствовать мобилизации всех знаний и личностных ресурсов студентов для выполнения учебной задачи. В связи с этим необходимо корректировать уровень экзаменационного стресса в зависимости от типа нервной системы учащихся [1]. Продолжительность учебной сессии при сочетании с другими неблагоприятными факторами может также приводить к развитию синдрома экзаменационного стресса, который включает в себя нарушения сна, возрастание тревожности, увеличение артериального давления и другие симптомы. Впоследствии это может привести к отсутствию мотивации обучения, страху экзаменов, к неверию в свои силы и возможности, также могут наблюдаться невротические реакции [1].

Учебная деятельность сопровождается различными эмоциональными переживаниями, стремлением достичь поставленных целей, преодолением трудностей, что приводит к состоянию эмоционального напряжения и тревоги. Такие учебные стресс-факторы, как зачетные работы, оценки, конфликты с преподавателями и в коллективе, низкий уровень подготовки к занятиям, недостаток времени, совмещение учебы и работы вызывают эмоциональные реакции, негативно сказывающиеся на здоровье и эффективности учебной деятельности [3]. Наиболее значимыми для студентов последствиями стресса являются снижение качества сна, замена полезных привычек на неадекватные способы компенсации стресса, увеличение числа ошибок, низкая продуктивность учебно-профессиональной деятельности, повышение конфликтности, снижение количества времени для общения с близкими, негативная окраска общего эмоционального фона, а также нарушения памяти, внимания, логики [1].

Для саморегуляции психологического состояния во время стресса могут использоваться:

- аутогенная тренировка, которая позволяет оказывать существенное влияние на психические и вегетативные процессы в организме;
- дыхательные техники (изменяя характер дыхания, мы можем изменять в нужную сторону свое настроение);

– мышечная релаксация – важно обучаться мышечному расслаблению для того, чтобы расслабить напряженное сознание;

– визуализация – необходимо фокусироваться на положительных переживаниях и думать о путях выхода из проблем [1].

То, как часто и насколько продолжительно студент будет находиться в состоянии стресса, зависит от него самого. Все стороны его жизни, такие как качество отдыха, привычные реакции на стресс, способы совладания со стрессом, отношения с окружающими людьми, физическая активность определяют образ жизни и стрессоустойчивость студента. Снижению учебного стресса также может способствовать правильно организованная учебная и педагогическая деятельность.

#### Список литературы

1. Щербатых, Ю. В. Психология стресса и методы коррекции / Ю. В. Щербатых. – СПб. : Питер, 2006. – 256 с.

2. Бадмаева, З. А. Проблемы формирования стрессоустойчивости у студентов / З. А. Бадмаева, Б. П. Джилеева // Инновационная наука. – 2020. – № 5. – С. 171–172.

3. Апарина Е. Н. Особенности стресса студентов разных специальностей / Е. Н. Апарина // Современная высшая школа: инновационный аспект. – 2010. – № 2. – С. 32–37.

К содержанию

*М. А. Ли (Л. Ю. Казаков)*

*Минск, БГУ*

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ВОЗДЕЙСТВИЯ В МАССОВОЙ КОММУНИКАЦИИ**

Современный человек, даже если учитывать его биологическую (инстинктивную) природу, не свободен от социальных влияний. И эти влияния могут носить как индивидуальный, так и коллективный характер. И это очень разные влияния: стремление родителей направить интересы ребенка в определенную профессиональную область или стремление представителей определенной торговой марки привлечь внимание к их продукции, или стремление некоторых правительств «донести» до аудитории определенную точку зрения на какое-то событие.

Все мы по-разному реагируем на любое воздействие или влияние (часто эти слова используют как синонимы), но очень подвержены воздействиям, направленным на большие социальные группы.

Каковы же психологические механизмы воздействия в массовой коммуникации? Первым таким механизмом является социальное доказательство. Люди склонны легко поддаваться мнению большинства. СМИ часто используют это в своих целях: прибегают к примерам успешных людей и групп, чтобы убедить других людей в правильности своих действий. Один из примеров социального доказательства – закадровый смех в телешоу. Второй механизм воздействия – повторение. Частое повторение информации увеличивает вероятность ее запоминания и принятия ее истинности (правдивости). Рекламные кампании часто используют этот прием, чтобы закрепить бренд в сознании потребителей. Третий механизм – страх. Использование страха как инструмента воздействия может быть эффективным, но требует осторожности. Например, социальные кампании, информирующие население о вреде курения или наркотиков часто используют элементы запугивания для мотивации людей бросить пагубную привычку. Но такое воздействие не всегда эффективно. Курильщики не перестают курить, хотя на каждой пачке сигарет можно увидеть «пугающее предупреждение». Четвертый механизм – идентификация. Аудитория более восприимчива к сообщениям, когда может идентифицировать себя с представленными в них персонажами или ситуациями. Это создает чувство близости и доверия.

С применением психологических средств в массовой коммуникации мы чаще всего сталкиваемся в рекламе и политике. Рекламные компании активно используют эмоциональное воздействие, социальное доказательство и идентификацию. Например, в случае с эмоциональным воздействием, когда реклама вызывает у нас положительные эмоции, мы склонны к более благоприятному отношению к продукту или услуге, а также к более вероятной покупке. Политические кампании используют страх, социальное доказательство и эмоциональные обращения для формирования общественного мнения и мобилизации избирателей.

Это не единственные средства воздействия в массовой коммуникации. Эффективным является убеждение, но оно предполагает опору на достоверные статистические данные и официальные документы, апелляцию к мнению профессионалов в своей области и т. д., а потому требует длительной подготовки и впоследствии – аргументированной позиции при сообщении информации. Эффективным является и внушение, которое воздействует на эмоции и волю собеседника, но не предполагает обязательным сообщать правдивую информацию окружающим.

Вместе с тем, использование психологических средств в массовой коммуникации часто поднимает вопросы этики. Манипуляция

общественным сознанием может привести к негативным последствиям, таким как дезинформация или создание неадекватных убеждений.

Интересно, что не любое воздействие достигает аудитории напрямую, часто «агентом влияния» оказывается так называемый «лидер мнений» – человек, который анализирует и оценивает поступающую информацию и сообщает ее членам группы. Группа доверяет «лидеру мнений», и даже если значимую информацию первыми узнают другие члены группы, за разъяснениями идут именно к лидеру. Поэтому важно нести ответственность за последствия своих действий и стремиться к честной и открытой коммуникации, в том числе и на массовом уровне.

К содержанию

*А. А. Лобойко (Н. Д. Джига)  
Барановичи, БарГУ*

## **ОТВЕТСТВЕННОСТЬ КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН**

Ответственность, по определению С. Ю. Головина – это контроль над деятельностью человека, реализуемый в различных формах с помощью норм и правил, ранее принятых человеком или обществом. Различают две формы ответственности: «внешние», предполагающие подотчетность, наказуемость и пр., и «внутренние», такие как чувство ответственности (долга) и пр. [1]. В психологии под ответственностью подразумевается осуществляемый в различных формах контроль над действиями человека с точки зрения выполнения им общепринятых норм и правил. Психологической предпосылкой ответственности является возможность выбора или сознательное предпочтение определенной линии поведения. Для человека особенно значимой является проблема выбора своего «Я». На этой почве может возникнуть проблема «быть или не быть» или «быть или казаться». Для личности «быть» значит быть человеком, отстаивать свои жизненные позиции и нести за них ответственность. Выбор «казаться» является отказом от ответственности [2].

В зарубежной психологии ответственность личности рассматривалась в психоаналитическом, когнитивно-бихевиоральном, когнитивно-генетическом, гуманистическом подходах, а также в теории каузальной атрибуции. Изучение ответственности в российской психологии ведется с позиций: субъектно-деятельностного подхода; ответственности как нравственной категории; социально-психологическое направление изучения ответственности личности. Современные белорусские исследования

ответственности посвящены: взаимосвязи данного феномена с составляющими перфекционизма и субъектностью, роли социальной ответственности в содержании и структуре обыденных представлений о личностной зрелости, развитию ответственности у студентов, ментальным репрезентациям ответственности, структурно-содержательным характеристикам ответственности личности, склонной к переживанию иррационального чувства вины.

М. М. Кашапов выделяет следующие виды ответственности:

1. Ответственность в контексте решаемых проблем: проблемы, связанные с характером (воспитание ответственности); проблемы, связанные с чувствами (моральная ответственность); проблемы, связанные с интеллектом (осмысление и осознание ответственности).

2. Ответственность как умение отвечать за что-либо. Даже если человек не виноват в конфликте, он может взять ответственность на себя. Это может выражаться либо в принятии вины, либо в принятии решения. Данный вид ответственности является своего рода критерием проверки психологической грамотности.

3. По степени возложения ответственности. Ответственность может возлагаться на себя или делегироваться другим.

4. По степени активности. Ответственность может быть за деятельность или за бездеятельность.

5. Во временном аспекте различают ретроспективную, настоящую и перспективную ответственность [3].

Рассмотрение ответственности как системного качества личности подразумевает, по меньшей мере, рассмотрение функционального единства мотивационных, эмоциональных, когнитивных, динамических, регуляторных и результативных компонентов.

Таким образом, ответственность определяется как контроль над деятельностью человека, реализуемый в различных формах с помощью норм и правил, ранее принятых человеком или обществом. Различают две формы ответственности: «внешние», предполагающие подотчетность, наказуемость и пр., и «внутренние», такие как чувство ответственности (долга).

#### Список литературы

1. Словарь психолога-практика / Сост. С. Ю. Головин. – 2-е изд., перераб. и доп. – Минск : Харвест, М. : АСТ, 2001. – 976 с.

2. Муздыбаев, К. Психология ответственности / К. Муздыбаев. – М. : Книжный дом «Либроком», 2017. – 248 с.

3. Кашапов, М. М. Ответственность как фактор реагирования в конфликте / М. М. Кашапов, Е. А. Королева // Ярославский психологический вестник. – 2010. – Вып. 26. – С. 74–78.

К содержанию

*А. В. Лошкевич (Н. С. Зубарева)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **РАЗВИТИЕ ПАМЯТИ И ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Дошкольный возраст – это важный период в психическом развитии каждого ребенка, когда происходит интенсивное созревание всего организма. По мнению многих исследователей, дошкольный возраст играет важную роль в развитии памяти и внимания ребенка. На сегодняшний день проблема развития памяти и внимания у дошкольников является актуальной и социально значимой.

Память – это один из сложных и ведущих психических процессов. По мнению Л. С. Выготского, память носит произвольный характер, но уже к концу дошкольного возраста под влиянием игр и обучающего процесса закладывается произвольный характер памяти. Наряду с памятью активно развивается внимание. Внимание – это направленность и сосредоточенность на определенном объекте. Это процесс, который способствует отбору нужной информации через органы чувств [1].

Эти два процесса тесно переплетаются друг с другом. Человек не может одновременно быть внимательным ко всем внешним раздражителям, думать сразу обо всем. Тут и включается в работу внимание, которому присуща организованность и последовательность работы сознания.

Психологами доказано, что именно в игровой деятельности интенсивно формируются психические и личностные особенности ребенка. Игровая деятельность способствует развитию памяти и внимания, так как в условиях игры дети лучше запоминают, чем в разговорной речи. В игре всегда присутствует момент соперничества между детьми. В этом возрасте большинство детей хотят одержать победу, а для этого необходимо внимательно запоминать условия игры и следовать правилам. Игровая деятельность также развивает: речь, интеллект, воображение, личность.

В зависимости от целей деятельности память бывает произвольной и произвольной. Сознательный процесс, требующий волевого усилия - это

произвольная память. Такой вид памяти начинает формироваться в среднем и старшем дошкольном возрасте. К непроизвольной памяти относят запоминание, которое происходит как-бы само собой, автоматически, без определенной цели запомнить что-либо.

Первоначально память носит непроизвольный характер. В дошкольном возрасте дети не ставят перед собой цель запомнить что-либо, они обращают внимание на то, что вызывает у них интерес [2].

Экспериментальное изучение памяти проводилось с помощью методики: «Запоминание 10 слов». Высокий уровень развития памяти был выявлен у 27,7 % испытуемых, средний у 61,1 % дошкольников, ниже среднего – у 11,10 % детей. Сравнительный анализ показал: что у детей четырех лет еще не наблюдается высокий уровень развития памяти, в большей степени у них преобладает средний уровень. Также выявлен и уровень ниже среднего. Это обусловлено тем, что у детей четырех лет доминирует непроизвольная память, они не ставят перед собой конкретную цель запомнить что-либо. Также память кратковременна – они не могут долго удерживать информацию в течение долгого времени. Дети пяти лет уже имеют задатки произвольной памяти. Это обусловлено психофизическим развитием дошкольника, его мозговой деятельности.

При проведении методики «Найди различия в картинках», были получены следующие результаты: из 18 исследуемых детей, только 5 имеют высокий уровень, 11 детей – средний уровень и только 2 обладают низким уровнем развития внимания. Эксперимент показал, что дети с низким и средним уровнем – это дети 4–4;5 лет, дети с высоким уровнем в основном – это дети 5 лет. Судя по данным результатов можно сделать вывод, что дети пяти лет уже имеют большую усидчивость и задатки произвольного внимания, чем дети в четыре года. Постепенно, с взрослением и развитием мозга, такой познавательный процесс, как внимание будет развиваться и достигнет максимума во взрослости.

Также с помощью проведенной методики было выявлено, что дети с интересом делают то, что им нравится и то, что они хотят. В частности, мальчики больше придают значения новым стимулам, а девочки чаще берутся за что-то привычное.

Таким образом, произвольная память начинает появляться в возрасте пяти лет, до данного возраста она в основном носит непроизвольный характер. Дети пяти лет имеют большую усидчивость. Увеличивается объем памяти. Внимание в возрасте пяти лет становится более сконцентрированным, чем у детей четырех лет. Дети, у которых хорошо развита речь, лучше идут на контакт, они дольше думают и задают наводящие вопросы. Речь играет также важную роль в развитии памяти и внимания.

Можно сделать вывод о том, что память и внимание тесно связаны между собой. Чтобы запомнить информацию, для начала необходимо на ней сосредоточиться. Развивать память и внимание в дошкольном возрасте не просто нужно, а необходимо. При выборе занятий для детей раннего возраста очень важно подбирать те игры, которые больше всего подходят по возрасту и направлены на развитие познавательных процессов.

#### Список литературы

1. Гиппенрейтер, Ю. Б. Психология внимания : хрестоматия / Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. – М. : АСТ, Астрель, 2013. – 656 с.
2. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология : учебник для вузов / Л. Ф. Обухова. – М. : Юрайт, 2024. – 411 с.

К содержанию

*Э. С. Лушиш (А. В. Северин)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ПРОКРАСТИНАЦИИ И ТРЕВОЖНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ (СТУДЕНЧЕСКОМ) ВОЗРАСТЕ**

Под прокрастинацией понимается склонность к постоянному откладыванию важных и срочных дел, приводящая к жизненным проблемам и болезненным психологическим эффектам. Человека, склонного к такого типа поведению, называют прокрастинатор. Данный термин впервые упоминается в 1977 году, когда одновременно выходят две научные статьи: «Прокрастинация в жизни человека» и «Преодоление прокрастинации». Первый исторический анализ данного феномена был сделан только в 1992 году Н. Милграмом в своей работе «Прокрастинация: болезнь современности». Отечественные психологи предлагают свои варианты терминологии: «завтрачество», «переносительство», «напотомство», «промедление», особо выделяется термин «откладывание», как наиболее приемлемый. Впрочем, каждый человек волен назвать данный тип поведения (данную склонность), как ему будет угодно, для истинного «любителя» отложить дела «на потом» гораздо важнее разобраться в данной проблеме и получить для себя ценные рекомендации по искоренению в себе этой черты.

Считается, что лень и прокрастинация это не одно и то же. Сторонники этого мнения объясняют свою позицию следующим образом: ленивый человек не тревожится и не чувствует угрызения совести,

прокрастинатор же испытывает совершенно противоположные чувства, находится в постоянном напряжении и стрессе. Мы позволим себе не согласиться с таким суждением и не считаем необходимым разделять эти два понятия. Хотя бы потому, что мы не встретили за время исследования ни одного человека готового сказать: «Какая еще прокрастинация? Это не про меня, я просто ленивый». Мы все (или почти все) хотим оправдать свою лень (хотя бы перед самим собой) и считаем причины ее появления вполне оправданными. А если есть желание оправдаться, значит, есть и чувство вины, и тревога от этого. По нашему мнению, термин «прокрастинация» отличается от понятия «лень» лишь большей своей научностью... От отдыха прокрастинацию отличает то, что при отдыхе человек восполняет запасы энергии, а при прокрастинации – теряет.

Прокрастинатор, осознавая необходимость выполнения вполне конкретных дел (например, своих должностных обязанностей), игнорирует эту необходимость и отвлекает своё внимание на бытовые мелочи или развлечения, а когда сроки подходят к концу, он либо отказывается от запланированного, либо пытается сделать всё отложенное «рывком», за нереально короткий промежуток времени. В результате дела не выполняются или выполняются некачественно, с опозданием и не в полном объёме, что приводит к соответствующим отрицательным эффектам в виде неприятностей по службе, упущенных возможностей, недовольства окружающих из-за невыполнения обязательств и тому подобного. Следствием этого может быть стресс, чувство вины, потеря продуктивности. Комбинация этих чувств и перерасхода сил (сначала – на второстепенные дела и борьбу с нарастающей тревогой, затем – на работу в авральном темпе) может спровоцировать дальнейшую прокрастинацию.

Основные работы по данной проблеме принадлежат западным авторам (П. Рингенбах, А. Эллис, В. Кнаус, Дж. Бурк, Л. Юэн, Н. Милграм). В России вопросы прокрастинации стали исследоваться лишь начиная с 2000-х гг. и представлены незначительным количеством работ (Н. Шухова, Е. Михайлова, Я. Варваричева).

Исследованием тревоги занимались З. Фрейд, К. Хорни, Р. Мэй, Ф. Перлз, Ч. Спилбергер, Ф. Б. Березин, А. М. Прихожан и др. Влияние тревоги может быть как стимулирующим, так и дестабилизирующим. На психологическом уровне тревога ощущается как напряжение, озабоченность, беспокойство, нервозность и переживается в виде чувств неопределенности, беспомощности, бессилия, незащищенности, одиночества, грозящей неудачи, невозможности принять решение и др. На физиологическом уровне тревога проявляется в усилении сердцебиения, учащении дыхания, повышении артериального давления,

возрастании общей возбудимости, снижении порогов чувствительности и т. д. Именно в юношеском возрасте, по мнению ряда ученых (А. М. Прихожан, А. И. Захаров, А. В. Микляева и др.), тревожность может стать устойчивым личностным качеством. Подросткам не всегда легко справиться с постоянно возникающим чувством беспокойства, а тем, кто имеет повышенный уровень тревожности, требуется обязательная поддержка со стороны специалиста.

Актуальность исследования прокрастинации и тревожности обусловлена распространенностью данной проблемы: по данным различных исследований на сегодняшний день с трудностями выполнения необходимых дел в срок сталкиваются до 70% людей, вследствие чего появляются другие жизненные проблемы и трудности. Анализ литературы позволяет сделать вывод, что данные феномены в современной психологии исследованы незначительно. Учитывая широкую распространенность данной проблемы, становится очевидной необходимость ее научного осмысления, выявления причин и разработки способов коррекции.

В настоящее время нами проводится исследование прокрастинации и тревожности на выборке из 70 респондентов, студентов УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина». Пол и специальность студентов не учитывается в исследовании. Предполагается выявление уровня прокрастинации, уровня тревожности у студентов, а также уровня волевой саморегуляции и соотнесение полученных результатов, их обобщение и последующая интерпретация, объяснение и анализ. Планируется разработка методических рекомендаций по коррекции прокрастинации и тревожности, развития волевой саморегуляции личности.

К содержанию

*П. Г. Лысюк (Е. А. Гузюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ И ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ ТАМОЖЕННЫХ ДЕКЛАРАНТОВ**

В современных реалиях изучение процесса личностного развития становится особенно актуально. Анализируя работы отечественных и зарубежных исследователей, можно заметить, что множество работ описывает непосредственно сами теории личности, и непосредственно процесс развития личности, однако вопросы взаимосвязи общего

личностного развития и профессионального становления остаются не до конца изученными.

Целью данного исследования было выявление взаимосвязи между развитием личности и результатом переподготовки на базе учебного центра по специальности «таможенный декларант». В исследовании приняли участие 40 человек, мужчины и женщины от 28 до 42 лет, проходящие переподготовку на базе центра по специальности «таможенный декларант». Для сбора эмпирического материала были использованы следующие методики: «Опросник жизненных ориентаций» (Е. Ю. Коржова) «Профессионально-психологический опросник» (В. Е. Петров).

В ходе проведения методики «Опросник жизненных ориентаций» (Е. Ю. Коржова) и выявления субъект-объектных ориентаций у проходящих переподготовку на базе учебного центра по специальности «таможенный декларант» выявлена высокая изменчивость и низкий локус контроля, что говорит о том, что обучающиеся в объяснении своей собственной жизни придают больше значения случаю, судьбе, стечению обстоятельств и влиянию других людей либо внешних обстоятельств и условий. Например, условий своей профессиональной деятельности. По шкале освоение мира уровни экстравертности и интровертности представлены в равной степени. Выявлен высокий уровень инертности, что способствует возникновению сильной тревоги в случае стрессовых ситуаций. Для проходящих переподготовку на базе учебного центра по специальности «таможенный декларант» характерны такие типы ориентаций в жизненных ситуациях как «пользователь» и «потребитель» (30 % и 30 %, соответственно). Это говорит о достаточно низком уровне творческого мышления, однако о высоком контроле и ответственности в случае типа «пользователь».

В ходе проведения «Профессионально-психологического опросника» (В. Е. Петров) у проходящих переподготовку на базе учебного центра по специальности «таможенный декларант» были выявлены высокие уровни общительности, подчиненности, что говорит о стремлении соблюдать правила и иерархическую структуру в рабочем пространстве, а также высокий уровень ответственности и сознательное отношение к соблюдению профессиональных требований, гражданского долга, социальных норм и ценностей. Такие люди эмоционально стабильны, однако, ригидны и предпочитают шаблонные схемы действий и решений, при этом демонстрируют активную позицию в заданных профессией рамках. Для них характерна выраженная мотивация к труду и достижению результатов в профессиональной деятельности. И в то же время у них обнаруживается стремление к избеганию значимых психофизических нагрузок, они склонны к достижению результатов не за счет собственной

трудовой деятельности. Такие качества, как доброжелательность и конфликтность, предположительно имеют больше личностную дифференциацию, и этот показатель зависит от индивидуальных различий.

Вероятно, обучающиеся, проходящие переподготовку на базе учебного центра по специальности «таможенный декларант», в силу необходимости совмещения трудовой деятельности и посещения курсов переподготовки, испытывают признаки эмоционального выгорания, выражающееся в чрезмерной усталости.

Среди проходящих переподготовку на базе учебного центра по специальности «таможенный декларант» преобладает юридическое (35 %) и экономическое (20 %) образование.

Отмечая профессиональные склонности, выявлено преобладание испытуемых с предрасположенностью к профессии типа «человек – знаковая система», что говорит о соответствии их личностных качеств выбранной новой специальности, так как профессия таможенного декларанта непосредственно связана как с техническим обеспечением и знаковой системой (оформление документации), так и с межличностной коммуникацией в процессе решения профессиональных задач, в том числе осложненной необходимостью взаимодействовать с клиентами иной культуры и языковых особенностей.

Таким образом, чем выше позиция активной деятельности в жизненных ситуациях, тем выше у специалистов, проходящих переподготовку на базе учебного центра по специальности «таможенный декларант» уровень общительности, ответственность, нормативность, гибкость в различных ситуациях и эмоциональная стабильность также улучшаются. Также чем ниже позиция активной деятельности в жизненных ситуациях, тем выше у специалистов, проходящих переподготовку на базе учебного центра по специальности «таможенный декларант» уровень подчиняемости, лени (предположительно, как форма прокрастинации), конфликтности (трудности с коммуникацией, чувство загнанности в угол), пассивности. Пригодность к деятельности в профессии также имеет обратную связь, что объясняется тем, что многие качества, основанные на пассивности, подчиняемости, нормативности и эмоциональной стабильности важны в профессиональной деятельности таможенного декларанта, где имеется четкий регламент совершаемых операций, высокий уровень контроля со стороны смежных инстанций, а также достаточно статичный режим работы.

Результаты данного исследования могут быть использованы для построения работы с проходящими переподготовку работниками юридических специальностей.

К содержанию

*Е. А. Лякшева (А. В. Даниленко)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ИДЕАЛЫ И ЦЕННОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

В юношеском возрасте (от 15 до 18 лет) происходят значительные изменения в сфере ценностей и идеалов. Этот период характеризуется так называемым переходом от детства к взрослой жизни, сопровождающимся формированием идентичности и системы ценностей. Идеалы и ценности юношей играют важную роль в их социальном становлении и психологическом развитии.

Идеалы – это образцы для подражания, представления о совершенстве, к которым стремится человек. Они могут быть связаны с различными сферами жизни: мораль, отношения, профессия, искусство.

Ценности – это принципы, которые определяют поведение человека, его отношение к себе, к другим людям и к миру в целом.

В раннем юношеском возрасте семья и близкие друзья играют ключевую роль в формировании ценностей и идеалов. Модели поведения родителей, ценности друзей и авторитетов становятся образцами для подражания. Семья является первым и самым важным фактором в формировании идеалов и ценностей. Родители выступают как образец для подражания, их ценности и моральные принципы передаются детям через воспитание, поведение и общение. Школа также влияет на формирование идеалов и ценностей через учебную программу, взаимодействие с учителями и сверстниками.

Одним из ключевых аспектов юношеского возраста является стремление к принятию в социальных группах. Юноши часто ориентируются на мнения сверстников и авторитетов. Исследования показывают, что группы сверстников значительно влияют на формирование представлений о дружбе, любви и социальной справедливости [1, с. 45].

На этапе юношеского развития также формируются индивидуальные ценности, такие как честность, трудолюбие и стремление к саморазвитию. Как отмечают ученые, эти ценности часто основаны на воспитании и среде, в которой растет юноша [2, с. 78]. Важно отметить, что личный опыт каждого юноши также играет значительную роль в формировании его системы ценностей.

Выделяются типы идеалов и ценностей в юношеском возрасте:

1. Материальные ценности – в юношеском возрасте часто наблюдается интерес к материальным благам, статусу и внешней привлекательности.

2. Социальные ценности – молодые люди стремятся к общественному признанию, популярности, дружбе и любви.

3. Духовные ценности – по мере взросления, юноши и девушки начинают интересоваться вопросами смысла жизни, нравственности, религии и искусства.

4. Ценности саморазвития – стремление к самореализации, профессиональному росту, личностному развитию и творчеству становится важным фактором.

С возрастом юноши начинают осознавать важность общественного блага и развивать альтруистические идеалы. Это проявляется в желании участвовать в социальных акциях, волонтерских проектах и других формах социальной активности [3, с. 102].

Таким образом, юноши начинают осознавать свою роль в обществе и ответственность за него. Формирование идеалов и ценностей в юношеском возрасте – это сложный и многогранный процесс, на который влияют как внутренние, так и внешние факторы (внимание и поддержка со стороны семьи, школы и общества).

Важно создать условия для свободного и открытого диалога, помочь молодым людям разобраться в своих ценностях, сформировать реалистичные идеалы и найти свое место в жизни. Понимание этих процессов может помочь педагогам и родителям более эффективно взаимодействовать с подростками. Необходимость в поддержке и развитии позитивных идеалов и ценностей в юношеском возрасте подчеркивает важность взаимодействия различных социальных институтов.

#### Список литературы

1. Бойко, Н. А. Социальные аспекты формирования ценностей у подростков / Журнал социальной психологии. – 2018. – № 14(2). – С.44–50.

2. Иванова, М. С. Влияние окружающей среды на личностные качества юношей / М. С. Иванова // Психология и образование. – 2020. – № 5(1). – С. 75–80.

3. Кузнецов, В. П. Альтруизм и социальная ответственность молодежи: проблемы и перспективы / В. П. Кузнецов // Социология молодежи. – 2019. – № 8(3). – С. 100–105.

4. Выготский, Л. С. Психология развития ребенка / Л. С. Выготский. – М. : Педагогика. – 1982. – С. 125.

5. Ильин, Е. П. Психология подростка / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2000. – С. 87.

К содержанию

*В. А. Макеева (М. М. Карнелович)  
Гродно, ГрГУ имени Я. Купалы*

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ АКЦЕНТУАЦИЙ ХАРАКТЕРА И САМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ**

В настоящее время самоповреждающее поведение не только среди взрослых, но и среди подрастающего поколения стало частым явлением. Многие психологи обеспокоены этим, поскольку девушки и юноши в период студенчества имеют высокий уровень стресса [1], могут быть предрасположены к депрессии и вследствие нее – аутоагрессии [2], и такое поведение наблюдается как среди молодежи, которая росла в неблагоприятных социальных условиях, так и среди юношей и девушек, которые склонны к использованию неадаптивных способов совладающего поведения [2].

По мнению Н. Польской самоповреждающее поведение (СП) – понятие, охватывающее широкий круг действий, связанных с намеренным физическим повреждением собственного тела. К этим действиям относят порезы на коже, удары по телу, ожоги раскаленными предметами, прикусывание губ и языка, уколы иглой или другими острыми предметами, расчесывание кожи и тому подобное [3].

Целью настоящего исследования являлось выявление взаимосвязи самоповреждающего поведения и акцентуаций характера у юношей и девушек. В опросе приняли участие 18 юношей и 48 девушек в возрасте от 17 до 22 лет. Для изучения самоповреждающего поведения была выбрана Шкала причин самоповреждающего поведения (Польская Н.А., 2014). Для изучения акцентуаций характера выбран Опросник Шмишека (H. Schmieschek, 1970) в адаптации Ю. Р. Кортневой. Применялся коэффициент ранговой корреляции Спирмена для обработки данных.

В ходе исследования взаимосвязь акцентуаций характера и самоповреждающего поведения была выявлена по некоторым из акцентуаций. Показатель по акцентуации «Застревание» коррелирует с соматическим фактором самоповреждающего поведения ( $r_s=0,334$ ,  $p<0,05$ ), а также с такими стратегиями СП как «Восстановление контроля над эмоциями» ( $r_s=0,284$ ,  $p<0,05$ ), «Избавления от напряжения» ( $r_s=0,316$ ,  $p<0,05$ ) и «Изменения себя, поиск нового опыта» ( $r_s=0,401$ ,  $p <0,05$ ). Можно сделать вывод о том, что девушки и юноши, для которых характерно долго переживать какие-либо обиды, заикливаться на произошедших событиях, могут прибегать с СП с целью избавления от накопившегося напряжения и в последствие контроля над эмоциями.

По акцентуации педантичность была выявлена связь по всем факторам и стратегиям СП. Это свидетельствует о том, что юноши и девушки с данной акцентуацией находятся в наибольшей зоне риска склонности к деструктивному способу совладания с собой и своими эмоциями.

По акцентуации «Тревожность» выявлена связь по соматическому способу самоповреждающего поведения ( $r_s=0,295$ ,  $p < 0,05$ ), а также по стратегиям «Восстановление контроля над эмоциями» ( $r_s=0,324$ ,  $p < 0,05$ ), «Избавления от напряжения» ( $r_s=0,293$ ,  $p < 0,05$ ) и «Изменения себя, поиск нового опыта» ( $r_s=0,292$ ,  $p < 0,05$ ) и «Воздействие на других» ( $r_s=0,287$ ,  $p < 0,05$ ). По результатам корреляции можно увидеть, что девушки и юноши, для которых характерно переживать ситуативную и постоянную тревогу и беспокойство, чаще прибегают к соматическому способу самоповреждающего поведения. Также для таких девушек и юношей характерны все факторы самоповреждающего поведения. Однако корреляционной связи между инструментальным СП и тревожным типом акцентуаций обнаружено не было.

По акцентуации «Возбудимость» не было выявлено корреляционной связи между факторами СП, особенно низкий показатель по инструментальному способу СП ( $r_s=0,002$ ,  $p < 0,01$ ). Это говорит о том, что для девушек и юношей, для которых характерна чрезмерная возбудимость, активность и тому подобное не характерно прибегать к самоповреждающему поведению. Однако выявлена связь между стратегиями «Избавления от напряжения» ( $r_s=0,283$ ,  $p < 0,05$ ) и «Изменения себя, поиск нового опыта» ( $r_s=0,296$ ,  $p < 0,05$ ) и «Воздействие на других» ( $r_s=0,276$ ,  $p < 0,05$ ). В некоторых случаях личности с акцентуацией возбудимость могут прибегать к СП с целью избавления от излишнего напряжения, а также в ходе поиска иного способа обратить на себя внимание окружающих людей.

Значимость результатов состоит в возможности их учета в процессе проведения диагностики учащихся старших классов и студентов с целью профилактики самоповреждающего поведения у девушек и юношей с акцентуациями характера.

#### Список литературы

1. Казаренков, В. И. Источники и признаки стресса у студентов разных курсов обучения / В. И. Казаренков, М. М. Карнелович // Психолого-педагогический поиск. – 2022. – № 1 (61). – С. 129–142.

2. Казаренков, В. И. Стратегии совладания и риск депрессии у студентов / В. И. Казаренков, М. М. Карнелович // Психолого-педагогический поиск. – 2023. – № 2 (66). – С. 115–121.

3. Польская, Н. А. Феноменология и функции самоповреждающего поведения при нормативном и нарушенном психическом развитии: автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.04 / Н. А. Польская; МГПУ. – М., 2017. – 35 с.

К содержанию

*О. В. Маринчик (Н. В. Былинская)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Страх сопровождает человека на протяжении всей жизни. Под страхом необходимо понимать такую эмоцию, которая дает возможность человеку почувствовать опасность, исходящую как из реальных, так из воображаемых предметов или явлений. Страхи можно разделить на природные, социальные, страхи, которые человек создает самостоятельно (страх темноты, будущего), страхи понятные и неосознанные, страх смерти, детские страхи и пр. Период младшего школьного возраста в отечественной психологии определен как период от 6–7 до 9–11 лет и получил название вершины детства. В данный период психического развития ребенок учится анализировать свои переживания, проводит размышления о себе, активно накапливает социальный опыт. У младших школьников в первом классе происходят социально-психологические изменения – новая обстановка и нормы поведения, новые требования к ребенку как к школьнику. Это обуславливает появление страхов, связанных с режимом обучения в школе, и страхом непосредственно школьного пространства. Для обучающихся вторых классов характерны страхи связанные с учебной ситуацией. В 3–4 классах тревожность возрастает на фоне появления оценочной системы и ситуаций, которые связаны с отметками, получаемыми учащимися в ходе работы на уроке, а также страх контактирования с одноклассниками и страх не оправдать надежды родителей и окружения. Также для периода младшего школьного возраста характерны страхи смерти, социальные страхи, страхи животных [1; 2].

Целью настоящего исследования являлось выявление страхов у детей младшего школьного возраста (n=62). В качестве диагностического инструментария были использованы: методика А. И. Захарова и М. А. Панфиловой «Страхи в домиках», методика А. И. Захарова «Нарисуй страшное»), метод статистической обработки данных U-критерий Манна-

Уитни. Результаты исследования показали, что для детей младшего школьного возраста характерны страхи физического ущерба, школьные страхи, страхи животных, пространственные страхи, социальные страхи, страхи темноты, сказочных персонажей, медицинские страхи. При этом согласно методике «Страхи в домиках» у мальчиков наиболее выражены такие страхи, как страх стихии, страх оставаться одному, страхи войны, темноты и смерти родителей, в группе девочек – страх смерти родителей, страх страшных снов, страх войны, стихии, огня, пожара, страх своей смерти, страх сделать что-либо не так, не правильно. По результатам методики И. А. Захаровой «Нарисуй страшное» у девочек преобладали страхи животных, темноты, физического ущерба, в то время как у мальчиков преобладали страхи физического ущерба, сказочных персонажей, темноты. При сравнении выраженности у младших школьников уровня страха между группой мальчиков и девочек по критерию U–критерий Манна–Уитни обнаружены статистически значимые различия, что свидетельствует о специфичности страхов, присущих мальчикам и девочкам младшего школьного возраста. Перспективы дальнейшего исследования состоят в определении основных факторов проявления страхов у детей.

#### Список литературы

1. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей / А. И. Захаров. – СПб. : СОЮЗ, 2000. – 448 с.
2. Колпакова, А. С. Детские страхи и их причины у детей младшего школьного возраста / А. С. Колпакова // Альманах современной науки и образования. – 2014. – № 4. – С. 83–85.

К содержанию

*С. О. Мархель (Е. С. Коверец)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВЫЕ ОРИЕНТАЦИИ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ БОЛЬНЫХ**

Ценностно-смысловые ориентации представляют собой совокупность устойчивых представлений человека о том, что для него является наиболее значимым в жизни, какие цели он преследует и какие средства считает приемлемыми для их достижения. Они формируются под воздействием различных факторов: воспитания, культуры, социального окружения, личного опыта. Существует множество психологических теорий,

посвященных изучению ценностей. С. Л. Рубинштейн подчеркивал, что ценности не являются пассивным отражением объективной реальности, а формируются в процессе активной деятельности человека. Сознание играет ключевую роль в формировании и трансформации ценностей [1]. Д. А. Леонтьев рассматривал смысл жизни как динамичную систему ценностей, целей и убеждений, постоянно взаимодействующую с внешним миром и внутренним состоянием человека. Центральное место в его теории занимает понятие самодетерминации – способность человека самостоятельно строить свою жизнь. Смысл не является готовым шаблоном, а формируется в процессе взаимодействия личности с окружающим миром и под влиянием социокультурного контекста [2]. По А. Маслоу, личность постоянно развивается, стремясь к самоактуализации. Это стремление способствует личностному росту и развитию всего общества, поскольку основано на универсальных ценностях, творчестве и глубоких межличностных отношениях [3]. М. Рокич, в свою очередь, подчеркивал прогностическую значимость ценностей, указывая на то, что они находят свое выражение в ценностных ориентациях, которые отражают стремление личности к определенным смыслам, проявляющимся в поведении и деятельности [4]. Формирование ценностно-смысловых ориентаций – это процесс, в ходе которого человек усваивает и формирует систему ценностей, убеждений и жизненных целей [5].

Онкологическое заболевание, являясь серьезным жизненным испытанием, неизбежно приводит к переосмыслению ценностной системы человека. Первоначальная реакция на диагноз рака обычно связана с сильным эмоциональным потрясением. Однако со временем пациенты адаптируются к новой реальности и начинают переоценивать свои жизненные ценности, фокусируясь на том, что действительно важно.

Исследование особенностей ценностно-смысловых ориентаций молодых людей охватило 56 юношей и девушек в возрасте от 17 до 22 лет. Участники были разделены на две группы: молодые люди с онкологическими заболеваниями (остеосаркома, лейкоз, рак легких, кожи и сетчатки) и контрольная группа здоровых участников. Целью исследования было выявить различия в ценностно-смысловых ориентациях между онкологическими больными и здоровыми людьми. В качестве методик исследования были использованы тест смысловых ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева и методика «Ценностные ориентации» М. Рокича.

Результаты исследования показали, что, несмотря на наличие некоторых общих приоритетных ценностей, между двумя группами существуют значимые различия в степени значимости ряда ценностей. Онкологические больные люди, согласно полученным результатам, в большей степени ориентированы на преодоление трудностей и ценят

возможность реализации себя в этом процессе. Кроме того, для респондентов с онкологическими заболеваниями ценность «здоровье» является приоритетной, что, скорее всего, связано с влиянием тяжелого заболевания на систему ценностных ориентаций человека. При этом здоровые респонденты продемонстрировали более высокие показатели по шкалам, выявляющим степень осмысленности жизни, постановки целей и ощущения контроля над своей жизнью.

Полученные данные могут быть полезны для психологов, работающих с онкологическими больными, а также для разработки программ психологической поддержки и реабилитации пациентов. Дальнейшие исследования в этом направлении могут расширить понимание влияния тяжелого заболевания на систему ценностных ориентаций человека и открыть перспективы для оказания эффективной психологической помощи.

#### Список литературы

1. Рубинштейн, С. Л. Бытие и сознание / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2015. – 328 с.
2. Леонтьев, Д. Новые горизонты проблемы смысла в психологии / Д. Леонтьев // Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла): матер. междунар. конференции. – М. : Смысл, 2005. – С. 36–49.
3. Маслоу, А. По направлению к психологии бытия / А. Маслоу. – М. : Эксмо-пресс, 2002. – 272 с.
4. Rokeach, M. The nature of human values / M. Rokeach. – N.Y. : Free Press, 1973. – 438 p.
5. Карабаева, И. Особенности формирования ценностных ориентаций в среднем – старшем дошкольном возрасте / И. Карабаева // Фундаментальные и прикладные исследования в практике ведущих научных школ. – 2019. – № 36 (6). – С. 37–41.

К содержанию

*Д. А. Матвеева (С. П. Хабарова)*  
*Минск, БГПУ имени М. Танка*

### **РОЛЬ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА И УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА В СОПРОВОЖДЕНИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОСОБЕННОСТЯМИ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

В последнее время все чаще в учебных заведениях открываются классы интегрированного обучения и воспитания, в которых совместно обучаются дети с особенностями психофизического развития и нормально

развивающиеся дети. К сожалению, в обществе существуют стереотипы, утверждающие, что такое решение не является правильным, и «особенных» детей следует обучать в специальных классах, отдельно от «обычных детей», так как, во-первых, они будут «задерживать» процесс обучения всей группы и, во-вторых, их могут не принять из-за специфических особенностей другие учащиеся.

Так и может произойти, если не будет выполнено некоторое условие, а именно: к процессу интеграции и сопровождения таких учащихся не будут привлечены педагоги-психологи и учителя-дефектологи, и, в частности, учителя-логопеды. Эти специалисты очень нужны в построении комфортного образовательного процесса, в котором учащиеся будут принимать и уважать друг друга, в котором ребенок с особыми образовательными потребностями сможет полноценно развиваться и быть ничуть не менее успешным, чем его сверстники. Конечно, такое возможно, если при наличии определенного нарушения или нарушений интеллектуальные способности ребенка позволят или позволяют ему осваивать программу общеобразовательной школы, а учителя готовы (знают и умеют) работать с такими детьми.

Для детей с особенностями психофизического развития очень важен фактор социальной адаптации, и как раз специалисты-психологи предоставляют инструменты для оценки социальной и эмоциональной адаптации ребенка с нарушениями психофизического развития на всех этапах его обучения, содействуют формированию и развитию у него коммуникативных навыков, а также более эффективному социальному взаимодействию с детьми и взрослыми. Взрослыми участниками образовательного процесса являются не только учителя, но и родители, которые заинтересованы в организации психологически безопасной образовательной среды для своего «особенного ребенка». Именно педагоги-психологи могут быть более компетентными в вопросах обеспечения такой образовательной среды не только для детей с особенностями психофизического развития, но и для всех учащихся.

Логопеды, в свою очередь, будут предупреждать, выявлять и устранять нарушения речи посредством изучения причин, механизмов, симптомов, структуры нарушений речевой деятельности и построения соответствующей системы коррекционной работы, в том числе и с детьми с нарушениями, не относящимися к речевым.

Мы говорим о логопедах отдельно, так как эти специалисты сейчас очень востребованы не только в работе с детьми, но и в работе со взрослыми. В обычном общении мы не слишком внимательны к нарушениям речи, если они не мешают нам в понимании того, что говорит собеседник, а также, если он нам хорошо знаком, и мы привыкли к

особенностям его речи (например, нарушениям звукопроизношения или расстройствам темпо-ритмической стороны речи). Но стоит признать, что правильность речи значительно влияет на процесс общения. И если у ребенка или взрослого имеются выраженные нарушения, с ними следует работать специалисту. Ведь если в школе тебя не понимают учителя, они не могут правильно оценить твой ответ. Понимание специфики нарушения речи позволит учителю при организации образовательного процесса учитывать его, но это возможно только при тесном взаимодействии педагога и логопеда.

Поэтому развитие тесного союза педагога-психолога и учителя-логопеда в процессе интегрированного обучения и воспитания детей с нарушениями психофизического развития видится перспективным и необходимым. Логопедия и специальная психология дополняют друг друга, создавая более полное понимание специфики процесса обучения детей с особенностями психофизического развития и эффективные стратегии работы с детьми и взрослыми, имеющими разнообразные нарушения.

К содержанию

*М. В. Матвейчук (Е. А. Гузюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ**

В современном обществе профессия психолога приобретает все большую значимость, что обусловлено растущей потребностью в психологической поддержке и помощи. В условиях динамично меняющегося мира, где психическое здоровье становится важным аспектом жизни, необходимо изучение содержания мотивации профессиональной деятельности будущих специалистов, которая является ключевым фактором, определяющим не только их успешность в учебе, но и будущую эффективность в профессиональной сфере.

В настоящее время одна из важнейших задач современного вуза – содействие формированию и развитию у обучающихся мотивации к получению высокопрофессиональных знаний, приобретению профессиональных компетенций, непрерывному самообразованию, саморазвитию и профессиональной самореализации. Современный выпускник должен не только владеть специальными знаниями, умениями и навыками, но и ощущать потребность в достижениях и успехе, в творческом применении

этих знаний для решения практических проблем в дальнейшей профессиональной деятельности. Перед преподавателями вуза стоит задача улучшения образовательного процесса и подготовки квалифицированных специалистов в области психологии, опираясь на понимание особенностей содержания мотивации студентов.

В своем развитии мотивация профессиональной деятельности проходит несколько этапов, каждый из которых характеризуется определенной структурой профессиональной мотивации: этап выбора профессии; этап выбора места работы; этап непосредственно реализации профессиональной деятельности. Выделяют также возможные этапы профессиональной переориентации, переподготовки и смены рабочего места под влиянием внешних и внутренних факторов.

Профессиональная мотивация, как и мотивация любого вида активности человека, одновременно является и относительно устойчивым, и относительно изменчивым образованием. Учитывая динамический характер мотивации профессиональной деятельности, возникает необходимость мониторинга ее динамики, с целью повышения качества формирования базовых профессиональных компетенций у студентов на разных этапах обучения.

Для установления ведущих мотивов профессиональной деятельности, а также проверки гипотезы о существовании различий в структуре профессиональной мотивации студентов-психологов разных курсов обучения нами было проведено эмпирическое исследование по методике Т. Н. Францевой «Опросник диагностики мотивов профессиональной деятельности специалистов» (2010 г.). В исследовании принимали участие 56 респондентов, составляющие две группы: студенты-психологи 1–2 курсов обучения и слушатели ИПКиП 1–2 года обучения, по 28 студентов в каждой группе.

В соответствии с выбранной методикой мотивы профессиональной деятельности разделяются на группу внешних и внутренних мотивов. Первые представлены мотивами жизнеобеспечения, взаимодействия и признания. К внутренним мотивам автор относит познавательный мотив, мотив активности и самореализации. Методика также позволяет определить способы регуляции профессиональной деятельности: ценностной, эмоциональной, социальной, волевой и информационной регуляции.

По результатам исследования у 40 % студентов-психологов 1–2 курсов обучения ведущим мотивом является мотив жизнеобеспечения, у 31 % – познавательный мотив, у 17 % – мотив активности. Следовательно, более трети студентов сосредоточили внимание на материальном вознаграждении за предстоящую работу, их поведение мотивируется

потребностью в высокой зарплате, т. е. внешними условиями деятельности субъекта. У 72 % слушателей ИПКиП ведущим мотивом в структуре профессиональной деятельности является познавательный мотив и у 16 % – мотив самореализации. Таким образом, у трети студентов-психологов и у большинства слушателей ИПКиП наблюдается мотив получения новой информации, непосредственный внутренний интерес к предстоящей деятельности. У большинства студентов-психологов (69 %) и примерно половины слушателей ИПКиП (55 %) преобладает информационная регуляция, которая характеризуется когнитивными способностями и обработкой информации, получаемой во время работы, побуждающей к актуализации мотива.

Таким образом, полученные результаты свидетельствуют о том, что преподаватели могут влиять на получаемую студентами информацию в процессе учебно-профессиональной деятельности, тем самым реализовывать целенаправленную работу по мотивированию студентов на получение выбранной профессии. Чтобы повысить профессиональную мотивацию студентов, необходимо, например, раскрывать практическую значимость изучаемых тем для выполнения будущей деятельности, использовать методики активного обучения, методы группового решения задач, проводить деловые игры, исследовательские работы и т. п.

К содержанию

*А. С. Меняйло (Н. А. Окулич)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ТРЕВОЖНОСТИ И СТИЛЯ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ У СТУДЕНТОВ**

На сегодняшний день тревожные расстройства беспокоят около 12 % людей, до 30 % страдают тревожными расстройствами в определенный период жизни. Хотя на первый взгляд понятия «тревожность» и «тревога» кажутся схожими, но они не являются одинаковыми. Тревога – это эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях неопределенной опасности и проявляемое в ожидании неблагоприятного развития событий, а тревожность – это индивидуальная психологическая особенность, которая проявляется в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также в низком пороге его возникновения. В контексте нашей работы конкретный интерес представляет понятие «тревожность».

Нами было проведено исследование, направленное на выявление взаимосвязи между тревожностью и семейным воспитанием у студентов. Выборку составили две группы респондентов: 1) студенты 1–2 курсов (n=30); 2) матери студентов первой группы (n=30). Использовались следующие методики: а) «Интегративный тест тревожности» (А. П. Бизюк, Л. И. Вассерман, Б. В. Иовлев); б) «Психологический портрет родителя» (Г. В. Резапкина).

По результатам первой методики ситуативная тревожность была выявлена у 43,3 % опрошенных студентов: наибольшее количество респондентов имеют высокие показатели по шкалам «астенический компонент» (56,7 %) и «тревожная оценка перспективы» (40 %). Проявление ситуативной тревожности в студенческом возрасте может быть связано с публичными выступлениями, сдачей экзаменов, зачетов.

По шкале личностной тревожности высокие показатели наблюдается более чем у половины респондентов (66,7 %): значительный уровень выраженности выявлен по субшкалам «астенический компонент» (80 %), «эмоциональный дискомфорт» (66,7 %), «тревожная оценка перспективы» (60 %), «фобический компонент» (50 %). Высокие баллы по указанным шкалам свидетельствуют о многогранных проявлениях личностной тревожности, включая физические, эмоциональные и когнитивные аспекты. Таким образом, личностная тревожность касается практически всех сфер жизнедеятельности студентов и негативным образом влияет на психологическое благополучие и качество жизни.

Результаты второй методики позволили построить «портрет» матерей студентов: они имеют достаточно сложный психоэмоциональный фон, но одновременно стремятся к гармоничным отношениям с детьми, имеют позитивную самооценку (30 %) и применяют в основном демократический стиль воспитания (76,7 %), что способствует созданию поддерживающей и любящей атмосферы в семье, где дети чувствуют себя уважаемыми и ценными. Однако некоторая нестабильность матерей (36,7 %) может приводить к недостаточной последовательности и четкости в воспитании.

Для статистической проверки взаимосвязи между стилями семейного воспитания и уровнем тревожности у студентов был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Статистически значимых связей между уровнем выраженности личностной тревожности и демократическим стилем семейного воспитания выявлено не было, как не выявлена связь между личностной тревожностью, ее различными компонентами и такими характеристиками матерей, как нестабильное психоэмоциональное состояние и несформированный субъективный контроль. Полученные результаты могут быть объяснены следующим

образом: исследование проводилось среди тех матерей, кто добровольно согласились участвовать в нем по просьбе своих детей, что может свидетельствовать о наличии доверительных отношений между данными матерями и их детьми, о высоком уровне коммуникации в их семьях. Характерный практически для всех опрошенных матерей демократический стиль воспитания свидетельствует о балансе между высоким уровнем поддержки и достаточным контролем со стороны родителя, что способствует формированию социальных навыков, саморегуляции и лучшей адаптивности детей, что, в свою очередь, не способствует формированию у них тревожности. Еще одним объяснением полученных результатов может быть специфика рассматриваемого нами студенческого возраста – процесс сепарации от родителей, перестройка детско-родительских отношений, изменяющая функционирование всей семейной системы. Молодые люди строят свою индивидуальность, опираясь на собственные ценности и убеждения; принимают ответственность за свою жизнь и благополучие; способны выстраивать здоровые отношения с окружающими, решать свои проблемы, применяя индивидуальные методы борьбы со стрессом и тревожностью, которые могут отличаться от подходов, используемых в семейном окружении. Поэтому люди в данном возрасте менее подвержены влиянию родительской семьи.

В целом, отсутствие корреляции между стилями семейного воспитания и тревожностью у студентов указывает на сложность и многогранность факторов, влияющих на психологическое состояние человека и на возникновение тревожности в частности; на необходимость учитывать различные аспекты при изучении данной проблемы.

К содержанию

*А. С. Меняйло (Е. С. Коверец)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **СПЕЦИФИКА СЕПАРАЦИИ ОТ РОДИТЕЛЕЙ В ПЕРИОД ЮНОСТИ**

Юношеский возраст – это период «знакомства» с взрослостью, начало самостоятельной жизни, профессионального самоопределения, постепенного отделения от родительской семьи.. Психологическая сепарация, концепция которой была разработана М. Малер в середине XX века, в современной научной литературе рассматривается как сложный, нелинейный процесс, который сопровождается изменениями детско-

родительских отношений и семейной системы в целом [1]. Дж. Хоффман выделяет четыре компонента сепарации от родительской семьи в юношеском возрасте: конфликтологическую, аттитюдную, эмоциональную и функциональную независимость [2]. Конфликтологическая независимость характеризуется отсутствием в отношениях с родителями таких негативных переживаний, как вина, недоверие и гнев. Аттитюдная независимость подразумевает способность человека формировать собственные убеждения, картину мира, жизненные цели, не полагаясь на мнение родителей. Эмоциональная независимость понимается как свобода от родительского одобрения и поддержки. Функциональная независимость рассматривается как способность самостоятельно принимать решения, финансово не зависеть от родителей и жить отдельно [3].

Успешное прохождение сепарации зависит от множества факторов, включая личностные качества ребенка и родителей, культурный контекст и социально-экономические условия. Некоторые явления могут значительно затруднить данный процесс. Например, в современном обществе стремительно распространяется идея о том, что условно к 25 годам человек уже должен достичь значительных материальных успехов: заработать первый миллион, приобрести жилье, автомобиль, полностью обеспечивать уже построенную к этому времени семью. Потребность незамедлительного достижения успеха может оказывать сильное психологическое давление на молодых людей. Для некоторых это становится источником мотивации, для других – источником стресса и тревоги. В результате наблюдается явление инфантилизма: молодежь зачастую избегает переезда от родителей, не берет на себя ответственность за свою жизнь и откладывает начало трудовой деятельности. Это связано со страхом столкновения ожиданий с реальностью и свидетельствует о незавершенной или даже не начатой сепарации молодых людей от родителей.

Еще одно явление, осложняющее процесс сепарации, можно назвать как «культ родителей». Безусловно, роль семьи в жизни каждого человека невозможно переоценить, однако не все дети имеют близкие и гармоничные отношения со своими родителями. В раннем возрасте родители воспринимаются как фигуры с абсолютной властью и авторитетом, что затрудняет критическое осмысление их недостатков, образа жизни, взглядов и поведения. Принятие идеи о святости родительской фигуры препятствует процессу сепарации, в результате чего взрослые продолжают подменять собственные ценности родительскими, оставаясь в подчиненной позиции. Однако не все следуют данному негативному жизненному сценарию. Восприятие родительской фигуры у молодежи претерпевает значительные изменения: современные молодые люди менее склонны к ее идеализации. Н. Х. Гафиатулина и

А. В. Верещагина отмечают, что при этом также наблюдается тенденция к увеличению важности доверительных отношений в семье, что связано с разрушением традиционных норм, предписывающих формальное поведение в детско-родительских отношениях [4].

Таким образом, сепарация подразумевает не разрыв связи с родителями, а формирование устойчивых и психологически здоровых отношений. Дальнейшее исследование особенностей сепарации в юношеском возрасте имеет не только теоретическое, но и практическое значение, так как открывает перспективы для более глубокого понимания взаимодействия между родителями и детьми, а также является основой для разработки эффективных стратегий поддержки молодежи в их стремлении к самостоятельности.

#### Список литературы

1. Белинская, Е. Д. Особенности сепарации от родителей и психологическое благополучие студентов / Е. Д. Белинская // StudArctic Forum. – 2023. – Vol. 8. – № 4. – P. 158–167.

2. Hoffman, J. A. Psychological separation of late adolescents from their parents / J. A. Hoffman // Journal of Counseling Psychology. – 1984. – Vol. 31. – P. 170–178.

3. Харламенкова, Н. Е. Психологическая сепарация: подходы, проблемы, механизмы / Н. Е. Харламенкова, Е. В. Кумыкова, А. К. Рубченко. – М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2015. – 368 с.

4. Гафиатулина, Н. Х. К вопросу об институциональном кризисе молодой семьи: проблемы формирования социального здоровья / Н. Х. Гафиатулина, А. В. Верещагина, С. И. Самыгин // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. – 2016. – № 10. – С. 60–64.

К содержанию

*Т. Р. Мунфурури (Н. В. Былинская)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ С ПРОБЛЕМАМИ РАЗВИТИЯ В ЗИМБАБВЕ**

В последние годы глобальный разговор о психическом здоровье и психологической поддержке набирает обороты, и растет признание их важности для развития ребенка. В Зимбабве проблемы, с которыми сталкиваются дети с проблемами развития, многогранны и обусловлены

социально-экономическими факторами, культурными убеждениями и системными недостатками в здравоохранении и образовании. Зимбабве – страна с богатым культурным наследием, столкнулась со значительными социально-экономическими проблемами, особенно после политических потрясений и экономической нестабильности. Эти проблемы имеют далеко идущие последствия для доступа к здравоохранению, качества образования и общих систем поддержки общества. Дети с проблемами развития часто испытывают трудности с доступом к необходимым психологическим услугам из-за стигмы, окружающей проблемы психического здоровья, отсутствия осведомленности и недостаточных ресурсов, выделяемых на инициативы в области психического здоровья детей. Часто возникают проблемы с организацией психологической поддержки, в том числе стигматизация и культурные убеждения. Во многих общинах Зимбабве проблемы психического здоровья часто рассматриваются через призму суеверий или стыда. Эта стигма может удерживать семьи от поиска необходимой поддержки для своих детей, что приводит к длительным страданиям и усилению изоляции.

Необходимо отметить, что наличие обученных психологов и специалистов по психическому здоровью в Зимбабве является дефицитным, особенно в сельской местности. Многие семьи не могут получить профессиональную помощь из-за географических ограничений, непомерных расходов и общей нехватки ресурсов для медицинских услуг. Более того, несовершенная инфраструктура также способствует проблемам и перспективам организации психологической поддержки для детей с проблемами развития в Зимбабве. Система здравоохранения в Зимбабве сталкивается со значительными проблемами, включая недостаточное финансирование и нехватку основных ресурсов. Психологические услуги часто игнорируются в более широкой повестке дня здравоохранения, что затрудняет создание систем поддержки, адаптированных для детей с проблемами развития. Наконец, существует проблема недостаточной подготовки квалифицированных специалистов. Так, многие педагоги и работники в области здравоохранения не имеют достаточной подготовки в распознавании и решении проблем развития. Этот недостаток опыта часто приводит к неспособности определить детей, которым требуется психологическая поддержка, что приводит к неудовлетворенным потребностям и отсутствию соответствующего вмешательства.

Несмотря на эти проблемы, существует несколько перспективных направлений для улучшения психологической поддержки детей с проблемами развития в Зимбабве. Первое из них – это осведомленность и образование общества. Повышение осведомленности общества о психическом здоровье может сыграть решающую роль в снижении

стигматизации. Программы на уровне общества, которые обучают семьи вопросам развития и важности психологической поддержки, могут способствовать созданию более благоприятной среды для пострадавших детей. Также необходимо реформировать политику и проводить пропаганду. Пропаганда более жесткой политики, которая ставит психическое здоровье детей в приоритет в национальной повестке дня, может привести к лучшему финансированию и распределению ресурсов для психологических служб. Политикам необходимо признать важность раннего вмешательства и поддержки психического здоровья в содействии общему развитию ребенка. Интеграция психологической поддержки в существующие структуры здравоохранения и образования может повысить доступность помощи и поддержки детей с проблемами развития.

Кроме этого, партнерство с неправительственными организациями и международными органами может обеспечить необходимые ресурсы, обучение и финансирование. Такое сотрудничество может также внедрять передовой опыт других стран, который может быть адаптирован к местному контексту.

В заключение, организация психологической поддержки для детей с проблемами развития в Зимбабве представляет собой сложный набор проблем, коренящихся в культурных, системных и ресурсных факторах. Однако существуют значительные перспективы для улучшения посредством вовлечения сообщества, реформы политики и стратегического партнерства. Решая эти проблемы, Зимбабве может проложить путь к более инклюзивной и поддерживающей среде для своих детей, в конечном итоге способствуя их общему благополучию и развитию. По мере того, как заинтересованные стороны объединяются для достижения этой общей цели, потенциал для значимых изменений становится все более достижимым.

К содержанию

*К. А. Мытько, Е. В. Пашкевич (С. В. Головня)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ОСОБЕННОСТИ СЕПАРАЦИИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Изучение различных теоретических подходов процесса психологического отделения детей в различные возрастные периоды от родительской семьи показало сложность и неоднозначность категории «психологическое отделение» либо «сепарация». Учитывая те социальные изменения в современном обществе, которые влияют на жизнедеятельность

людей, процесс психологической сепарации, ученые связывают, как правило, с этапом юности: «ранней юностью» (18–25 лет), и «взрослостью» (25–30 лет). Наличие различных взглядов в трудах отечественных и зарубежных психологов к исследованию феномена сепарации показывает сложность и неоднозначность данной проблемы. Сепарация в психологической науке рассматривается как сложный, пролонгированный социально-психологический процесс, который сопровождается качественными изменениями характера детско-родительских отношений [1].

Родители и взрослеющие дети начинают взаимодействовать по совершенно другим сценариям, чем те, которые были выработаны ранее в семье. Как правило, детско-родительские отношения в период сепарации складываются по нескольким траекториям: гармоничная, комбинированная и кризисная. В семьях, где процесс детско-родительского «разделения» проходит успешно, родители и дети видят его как естественный элемент эволюции семьи, как новый вариант развития системы, и тогда юноши и девушки переходят в период взросления более подготовленными. Молодых людей, которые активно стремятся к самостоятельности в данных семьях, не сопровождают конфликтные отношения с родителями, они могут получить от них помощь и эмоциональную поддержку. Фундаментальным условием успешности процесса психологического отделения детей от родителей является осознание важности своевременной сепарации как родителями, так и детьми. Выявлено, что конструктивное отделение от родительской семьи к юношескому возрасту помогает успешно адаптироваться к учебе, профессиональной деятельности, личной жизни и созданию собственной семьи. Психологами рассмотрены и разработаны многочисленные модели сепарации от родителей в период юности. Важно подчеркнуть, что структурная модель Дж. Хоффмана является наиболее значимой в рамках психологической науки [2].

Рассмотрение нами далее различных теоретических подходов позволило сформулировать вывод о том, что сепарация как социально-психологический процесс детерминирована комплексом факторов: личностными особенностями субъекта, культурно-этническим контекстом, социально-экономическими явлениями и т. д. [2, 3, 4]. Однако здесь колоссально важно именно переосмысление своего места в иерархии отношений, рефлексия актуальной ситуации как взрослеющими детьми, так и уже повзрослевшими [5].

В период юности выделяют несколько паттернов при сепарации от родителей: «функциональный» определяется удачным достижением отделения; «дисфункционально-зависимый» характеризуется очень близкими, эмоционально «слитыми» отношениями; «дисфункционально-независимый» связан с утратой эмоциональной связи либо же своеобразной

обособленностью во взаимодействии. Результаты последних исследований и предложенные модели формирования личности доказывают возможность разнообразных результатов трансформации детско-родительских отношений в юношеском возрасте при сепарации [4, 5].

Представленный ранее теоретический анализ по проблематике сепарации в юности указывает на потребность в эмпирических исследованиях, направленных на изучение ее взаимосвязи с рядом иных психологических феноменов, и выявлению ее непосредственного влияния на жизнедеятельность личности в сферах жизнедеятельности.

#### Список литературы

1. Салпагаров, М. Р. Эмпирические особенности психологической сепарации от родителей в период юности / М. Р. Салпагаров // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 1. – С. 283–285.

2. Лепшокова, А. А. Психологические особенности эмоционального интеллекта и его роль в различных сферах жизнедеятельности человека / А. А. Лепшокова, Ф. О. Семенова // Традиции и инновации в психологии и социальной работе : сборник научных трудов / отв. ред. Г. А. Чомаева. – Карачаевск : КЧГУ, 2019. – С. 89–93.

3. Садовникова, Т. Ю. Роль матери и отца в развитии индивидуации юношей и девушек: кросс-культурный аспект / Т. Ю. Садовникова, В. П. Дзукаева // Национальный психологический журнал. – 2014. – Т. 16. – № 4. – С. 52–63.

4. Семенова, Ф. О. Психологические особенности этнических структур интегральной индивидуальности подростков и юношей : монография / Ф. О. Семенова. – Карачаевск, 2009. – 130 с.

5. Китова, Д. А. Феномен сознания как предмет психологического анализа / Д. А. Китова, Ф. О. Семенова // Вестник Университета Российской академии образования. – 2019. – № 4. – С. 49–54.

К содержанию

*А. В. Нахват (С. Л. Ящук)*

*Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ПРОИЗВОДСТВА**

Актуальность исследования обусловлена несколькими факторами. Во-первых, уровень текучести кадров во многих отраслях остается высоким, что накладывает определенные издержки на организации в виде

поиска, подбора и обучения новых сотрудников. Во-вторых, неправильно организованный процесс адаптации может привести к быстрому выгоранию или потере мотивации среди новых сотрудников, что снижает общую продуктивность и может привести к дополнительным финансовым потерям для компании. Понимание того, как индивидуальные особенности влияют на процесс адаптации, позволяет организациям разрабатывать более эффективные программы введения для новичков, а также адаптировать существующие подходы к управлению персоналом, что способствует созданию более гармоничного и продуктивного рабочего пространства.

В постиндустриальном обществе наблюдается тенденция к росту социально-психологических проблем, которые связаны с психологической адаптацией к профессиональной деятельности. Это подтверждается работами многих современных исследователей, таких как В. А. Петровский (1992), Е. А. Климов (1996), Ф. Б. Березин (1988), А. А. Реан (2006), А. А. Деркач (1996), В. И. Слободчиков и Н. А. Исаева (1996), Н. Е. Водопьянова (1998) и др. Результаты этих исследований указывают на сложности, с которыми сталкиваются специалисты при вхождении в профессиональное пространство, и подчеркивают необходимость разработки эффективных методов адаптации.

Целью данного исследования является выявление особенностей адаптации к профессиональной деятельности сотрудников производства (n=40). В соответствии с поставленной целью были использованы следующие психодиагностические методики: опросник «Оценка профессиональной дезадаптации» (М. А. Дмитриева); опросник поведения и переживания, связанного с работой (У. Шааршмидт и А. Фишер)

Результаты исследования профессиональной дезадаптации позволили выявить, что выраженным уровнем профессиональной дезадаптации обладают восемь из сорока испытуемых (что составляет 20 % от выборки), средним уровнем – десять из сорока (25 %), Большинство сотрудников (55 %) находятся на низком уровне профессиональной дезадаптации, т. е. адекватно, удовлетворительно адаптированы к профессиональной деятельности. Эти сотрудники с радостью приходят на работу; работают легко и без напряжения, во время работы не отвлекаются на посторонние мысли, без труда справляются с выполнением плановых показателей. Обычно имеют хорошее самочувствие, специфические соматические жалобы отсутствуют или редкие. Эти сотрудники воспринимают свой характер как ровный и спокойный, имеют много интересов помимо работы, им нравится работать в коллективе.

Выраженный уровень профессиональной дезадаптации обнаружен у 20 % опрошенных. Эти работники входят в «группу риска», так как состояние их профессиональной дезадаптации, не будучи скорректированным, сказывается на эффективности выполнении должностных обязанностей и кроме того, может быть генерализовано на прочие сферы жизнедеятельности. Источниками данного негативного состояния у опрошенных являются главным образом, ухудшение физического и эмоционального самочувствия и соматовегетативные нарушения. Нарушение снижения мотивации к деятельности снижено в меньшей мере.

Также на основании анализа среднебалловых значений, полученных по личностному профилю сотрудников организации зафиксированы следующие тенденции: испытуемые с умеренным уровнем профессиональной адаптации-дезадаптации набрали наибольшее по выборке среднее количество баллов по шкалам «способность к поддержанию дистанции по отношению к работе» (DF) (значение 6,01) и «внутреннее спокойствие и равновесие» (IR) (значение 6,1).

Испытуемые с крайними значениями профессиональной адаптации-дезадаптации оказываются более эмоционально вовлечены в производственную деятельность. Эти сотрудники более других готовы к энергетическим затратам (VB) (среднее значение 5,18); активной стратегии решения проблем (OP) (среднее значение 5,50). Для них наиболее характерно чувство успешности в профессиональной деятельности (EE) (среднее значение 4,50) и чувство социальной поддержки (SU) (среднее значение 4,91).

К содержанию

*О. В. Нигирыш (А. В. Даниленко)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ВНУТРЕННЯЯ КАРТИНА ЗДОРОВЬЯ: СУЩНОСТЬ И СОДЕРЖАНИЕ**

Внутренняя картина здоровья (ВКЗ) – продукт познавательной и личностной активности субъекта, целостное представление человека о здоровье, его ценности, путях его достижения и поддержания, а также оценка собственного состояния и доступных психических и физических ресурсов.

Термин «внутренняя картина здоровья» впервые введен в обиход В. М. Смирновым и Т. Н. Резниковой в 1983 г. Начало разработки феномена ВКЗ было обусловлено несколькими причинами. Во-первых, глобальным

переходом науки от патоцентрической парадигмы к саноцентрической, то есть перемещением фокуса внимания с лечения болезни на поддержание здоровья, а также рассмотрением его в культурно-историческом контексте и контексте психосоматического развития индивида. Во-вторых, изменением ценностных установок общества и превращением субъектного (активного) отношения к здоровью в эталон.

Внутренняя картина здоровья представляет собой сложный психологический феномен, который включает в себя ряд уровней. Однако структура ВКЗ варьируется у разных авторов [1]. В соответствии с руководством по психологии здоровья, рассматриваются следующие уровни ВКЗ:

1. Когнитивный уровень, к которому относятся представления о здоровье, когнитивные аттитюды, локус контроля здоровья.

2. Эмоциональный уровень, к которому относятся аффективные аттитюды, тревога и страхи, связанные со здоровьем.

3. Ценностно-мотивационный уровень, ядром которого является ценность здоровья – абстрактная мотивация по сохранению своего физического и психического благополучия.

Структура ВКЗ, по В. А. Ананьеву, включает в себя когнитивный, эмоциональный и поведенческий уровни. И здоровье, и болезнь человека объективируются его телесностью.

Картина здоровья подвержена влиянию культурных эталонов и стереотипов. Социум задает идеалы внешности и эталоны здоровья, предлагает различные формы контроля над своим самочувствием. Формирование внутренней картины здоровья идет путем интериоризации общественных значений и смыслов в процессе взаимодействия ребенка с ближайшим социальным окружением (семья, учителя, врачи, сверстники, СМИ). Часто одинаково релевантная информация, получаемая из разных источников, оказывается противоречивой, что негативно сказывается на главной функции ВКЗ – регуляции деятельности индивида в отношении его поведения, направленного на поддержание здоровья.

Формирование ВКЗ является гетерохронным, то есть уровни ВКЗ развиваются неравномерно на разных возрастных этапах. ВКЗ ребенка – важная часть его Я-концепции, которая представляет собой совокупность установок, направленных им на свое здоровье. Формирование ВКЗ в процессе развития ребенка проходит несколько этапов. Для каждого этапа характерны основные психологические системообразующие факторы, влияющие на отношение ребенка к своему здоровью [1].

Первый этап охватывает период младенчества. Эмоциональная привязанность – основа здорового эмоционального и социального развития ребенка в последующие годы. Второй этап охватывает период раннего детства. Это этап формирования идентичности и подражания. Примерно с

полутора до двух лет ребенок начинает осознавать свои возможности и свое состояние. Формирование ВКЗ осуществляется по типу родительского отношения к здоровью, ребенок подражает поведению родителей в отношении своего здоровья. Третий этап – этап конкретно-ситуативного представления о здоровье и эмоционального отношения к нему. Охватывает период дошкольного возраста. Четвертый этап – этап осознания и эмоционально-оценочного отношения к своему здоровью, который охватывает младший школьный возраст. Пятый этап – этап возникновения социальной установки личности подростка на свое здоровье, которая включает в себя когнитивные, эмоциональные и поведенческие компоненты.

Мотивационные модели поведения, связанного со здоровьем были предложены для предсказания поведения, связанного со здоровьем, однако затем, в связи с практическим запросом, их задача трансформировалась в изменение поведения, связанного со здоровьем.

1. Теория субъективной ожидаемой полезности.
2. Модель убеждений о здоровье.
3. Теория мотивации защиты.
4. Социально-когнитивная теория.
5. Теория запланированного поведения.

Внутренняя картина болезни (ВКБ) является частным случаем ВКЗ, а именно в условиях болезни. Это связано с тем, что именно границы внутренней картины здоровья определяют переживание актуального состояния человека как здоровое или болезненное. То есть человек воспринимает себя больным в том случае, если его ощущения не «вписываются» в его концепцию здоровья. Кроме того, болезнь никогда не воспринимается абстрактно, «сама по себе», но всегда – в соотношении с состоянием здоровья, его образом в прошлом и в будущем [2].

#### Список литературы

1. Руководство по психологии здоровья / Под ред. А. Ш. Тхостова, Е. И. Рассказовой. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 2019. – 840 с.
2. Психология здоровья : учебник для вузов / Под ред. Г. С. Никифорова. – СПб. : Питер, 2006.– 607 с.

К содержанию

*Ю. И. Палкина (Н. А. Окулич)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ОСОБЕННОСТИ РОЛЕВОЙ СТРУКТУРЫ СЕМЕЙ С РАЗНЫМ СТАЖЕМ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ**

Актуальность проблемы ролевой структуры семей с разным стажем семейной жизни обусловлена тем, что в современном мире семейные роли быстро меняются, на смену некоторым традиционным ролям приходят новые обязанности и ожидания. Изучение ролевой структуры семей, имеющих разный стаж совместной жизни, дает возможность ответить на вопросы о том, кто в семье осуществляет руководство и кто является исполнителем, как распределены между членами семьи права и обязанности, в чем состоят сходства и различия фактического распределения ролей в семьях и предпочитаемого распределения в партнерстве с идеальным супругом. Знание содержания представлений брачных партнеров о супружеских ролях помогут психологу как специалисту в области семейного и добрачного консультирования, семейной психотерапии более эффективно содействовать разрешению многих проблем взаимоотношений внутри семьи, супружеской пары. Также эти знания могут использоваться для разработки программ просветительской деятельности психологов по подготовке молодых людей как будущих супругов к вступлению в брак.

Целью исследования было изучение особенностей семейных ролей супругов и определения их различий в зависимости от стажа совместной жизни. Гипотеза исследования состояла в том, что структура семейных ролей носит динамический характер и может меняться вместе с изменениями жизненного цикла семьи и ролевых установок, в зависимости от стажа совместной жизни брачных партнеров. В качестве респондентов отобраны 120 человек (60 женщин, 60 мужчин), состоящих в браке на момент исследования; распределены на две группы: от 5 до 9 лет совместной жизни (молодой брак) ( $n=30$ ) и от 10 до 19 лет совместной жизни (средний брак) ( $n=30$ ). Инструментом исследования выступила методика определения особенностей распределения ролей в семье Ю. Е. Алешинной, Л. Я. Гозмана, Е. М. Дубовской. Важно отметить, что данная методика была использована как для определения особенностей фактического распределения ролей в семье, так и для оценки ролей идеального брачного партнера.

Результаты исследования показали, что в молодом браке мужчины относят женщин к главным исполнителям ролей по таким категориям как «Воспитание детей», «Ответственность за эмоциональный климат», «Организация развлечений», «Сексуальный партнер» и склонны разделять со своей партнершей роли «Добытчик», «Роль хозяйки/хозяина», «Организатор

семейной субкультуры». В то же время женщины в молодом браке имеют следующее представление о распределении ролей в их семье: женщины берут роль на себя роль воспитания детей, так же как ответственность за эмоциональный климат в семье, сексуальную жизнь и организацию развлечений, а мужчинам отдают главенство в роли «Добытчик»; готовы совместно с партнером по браку выполнять роли «Организатор семейной субкультуры» и «Хозяин/хозяйка».

В среднем браке особенностями распределения ролей между супругами являются:

- увеличение процента респондентов-мужчин, разделяющих роли поровну между супругами, особенно в сфере материального обеспечения, а также в роли «Организатор семейной субкультуры», «Сексуальный партнер», «Хозяйка/хозяин»; но они так же, как в молодом браке, отдают главенство женщинам в вопросах воспитания детей, обеспечения эмоционального климата, организации развлечений; роль «Добытчик» мужчины закрепили за собой;

- сохранение у женщин склонности доминировать в семье по вопросам воспитания, поддержания эмоционального климата, организации развлечений и быть в роли «Хозяйка»; в вопросах материального обеспечения многие женщины не только за супругом, но и за собой закрепляют роль «Добытчик», снижая тем самым важность вклада мужчины в материальное обеспечение семьи;

- у женщин доминирует мнение о равнозначной ответственности обоих партнеров в проявлении активности в сексуальной жизни.

По итогам статистической обработки полученных данных выявлены статистически значимые различия между выборками респондентов:

- для мужчин в среднем браке, по сравнению с таковыми в молодом браке, в роли «Сексуальный партнер» перестает доминировать женщина, акцент делается на вклад в роль обоих супругов, а в роли «Добытчик» женщина рассматривается как равнозначный партнер, а не основной деятель; все больше мужчин видят себя в роли «Хозяин»;

- для женщин среднего брака, по сравнению с женщинами молодого брака, в роли «Сексуальный партнер» их доминирование снизилось в пользу равнозначного вклада обоих супругов, а роль «Хозяйка» с увеличением стажа совместной жизни становится все более важной для женщин, как и роль «Добытчик».

Результаты исследования распределения ролей в семье, которую респонденты «строят» с «идеальным брачным партнером»:

1. Большинство мужчин и женщин, независимо от стажа совместной жизни, считают, что идеальный супруг разделит бы с ним поровну роли в сфере воспитания детей, организации развлечений, хозяйствования,

сексуальной жизни, организации семейной субкультуры. Поддержание эмоционального климата в семье идеальная жена взяла бы на себя, предоставив мужчине полное право на материальное обеспечение семьи.

2. По результатам анализа данных видно, что в молодом браке имеет место стремление к партнерскому типу распределения ролей с идеальным партнером в семье, причем это происходит как со стороны мужей, так и со стороны жен. Но две сферы – материальная и психотерапевтическая – разделяются супругами из обеих групп на «мужскую» и «женскую», что может быть связано с наличием (или отсутствием) фактических возможностей для успешной реализации связанных с ними семейных ролей.

3. По мнению мужчин в среднем браке их идеальная супруга забрала бы себе роль воспитателя, психотерапевта и главенство в сексуальной жизни как более сложные в эмоциональном плане. Роль добытчика она отдала бы мужу как понятную для мужчины роль и потому легче выполняемую. Роли хозяина, организатора развлечений и семейной субкультуры идеальная жена разделила бы поровну с мужем.

4. Женщины в среднем браке своему идеальному партнеру приписывают ответственность за материальное обеспечение, а себе – роль психотерапевта. В остальных сферах семейной жизни идеальный партнер женщин принимал бы равноценное участие в их реализации.

Статистическая обработка данных выявила статистически значимые различия между фактическим распределением ролей в семье и распределением ролей с идеальным партнером. Установлено, что в реальности семьи имеют матриархально-партнерский тип взаимодействия, так как большинство ролей берет на себя женщина, а остальные – несут оба супруга. Но в «идеальных» браках наблюдается стремление к партнерскому типу отношений с разделением ответственности супругов «на двоих» во всех сферах, кроме материальной и эмоциональной, где респонденты молодого брака, причем и мужчины, и женщины, хотели бы сохранить главенство мужчин в роли добытчиков, а женщин – в роли домашнего психотерапевта. Такого же мнения придерживаются женщины среднего брака, в отличие от своих мужей, которые, возложив на женщину главенство в основных ролях, стремятся к традиционному типу разделения обязанностей на «мужские» и «женские», оставляя за собой обеспечение материальной сферы.

Таким образом, подтверждается гипотеза о том, что структура семейных ролей носит динамический характер и может меняться вместе с изменениями жизненного цикла семьи и ролевых установок, в зависимости от стажа семейной жизни; изменения претерпевает «образ семьи» в целом.

К содержанию

*Е. А. Панченко (Д. Э. Синюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **СКЛОННОСТЬ СТАРШЕКЛАССНИКОВ К АГРЕССИВНОМУ ПОВЕДЕНИЮ**

Взросление современных старшеклассников происходит в период стремительных изменений в жизни мирового сообщества, на которые откладывают отпечаток экономические и политические кризисы, глобализация, информатизация, пандемии. Понятие насилия и агрессии прочно укоренилось в массовом сознании XXI века. Отсюда – неуверенность в завтрашнем дне, нестабильность и сомнения в выборе дальнейшего жизненного пути, отсутствие четких жизненных ориентиров. К этому добавляются психологические особенности юношеского возраста.

На данном возрастном этапе формируется самосознание (идентичность) и самокритичность с помощью механизмов личностной рефлексии, самоанализа, взгляда на себя со стороны [1]. Вследствие этого юноши и девушки порой обнаруживают противоречия в представлениях о себе, что может спровоцировать развитие агрессивности. Также в поведении старшеклассников проявляются максимализм, нетерпимость, непримиримость. При этом перед юношами и девушками стоят задачи жизненного и профессионального самоопределения, они нуждаются в индивидуализации, в поиске близкого друга. Когда молодые люди сталкиваются с какими-либо препятствиями в реализации данных задач, может возникнуть фрустрационная агрессия. Еще одной причиной агрессивного поведения на данном возрастном этапе может являться кризис юношеского возраста, так как у старшеклассников сталкиваются реальная жизнь и их идеальные представления о ней [2]. Кроме того, молодым людям нелегко принимать изменения, происходящие в их жизни. Они могут испытывать неуверенность перед лицом неизбежных перемен, тревогу за будущее. Такая ситуация порой воспринимается как катастрофа и чтобы избавиться от тревожных мыслей от неизвестности, они могут проявлять агрессию, направленную против общества и его устоев.

Среди причин возникновения агрессивного поведения в юношеском возрасте специалисты также называют потребность в самоутверждении, когда старшеклассник осознает себя уже взрослым, стремится к тому, чтобы все считались с его недетским статусом и может неуважительно и вызывающе относиться к старшему поколению (родителям, педагогам). Также на формирование агрессивного поведения влияет социальное научение, агрессивный контент СМИ, пример сверстников и агрессивные модели поведения родителей [3; 4].

Цель настоящего исследования состояла в определении склонности старшеклассников к агрессивному поведению. Для решения поставленной цели была использована проективная методика «Тест руки Вагнера» (авторы: Б. Брайклин, З. Пиотровский, Э. Вагнер). Эмпирическое исследование проводилось на базе учреждений образования «Средняя школа № 37 г. Бреста» и «Средняя школа № 23 г. Бреста» с апреля по май 2022 года. Выборку исследования составили 80 учащихся 9–11 классов (из них 40 девушек и 40 юношей).

При диагностике агрессивности лиц юношеского возраста обратим внимание на два критерия: агрессивность и директивность (указание). Именно эти критерии формируют уровень открытого агрессивного поведения испытуемых. Установлено, что у большей части респондентов (61,25 %) средний уровень открытого агрессивного поведения. Части респондентов (16,25 %) характерен высокий уровень открытого агрессивного поведения. Юноши и девушки, относящиеся к данной группе, готовы к высшему проявлению агрессивности, активно проявляют доминирование над другими, не желают приспособливаться к окружающим. Примерно четверть опрошенных (22,50 %) демонстрируют низкий уровень открытого агрессивного поведения. Они не способны к проявлению агрессии, активно приспособливаются к окружающим, способны к подчинению, как правило, имеют низкую самооценку, в некоторых ситуациях даже проявляют боязливость.

Таким образом, у большей части обследованных старшеклассников выявлен средний уровень открытого агрессивного поведения, при этом примерно шестая часть респондентов характеризуются высоким уровнем сформированности открытого агрессивного поведения. Они готовы к высшему проявлению агрессивности, склонны к доминированию над другими, не желают приспособливаться к окружающим.

#### Список литературы

1. Кон, И. С. Психология ранней юности / И. С. Кон. – М. : Просвещение, 2015. – 122 с.
2. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – М. : Прогресс, 1996. – 344 с.
3. Зубова, Л. В. О природе агрессивности личности / Л. В. Зубова // Вестник ОГУ. – 2004. – № 5. – С. 27–32.
4. Кузубова, В. О. Особенности агрессивного поведения в юношеском возрасте (на примере студенчества) / В. О. Кузубова // Международный научный журнал «Инновационная наука». – 2016. – № 7–8. – С. 183–187.

К содержанию

*А. С. Переходько (Н. Д. Джига)  
Барановичи, БарГУ*

## **НАПРАВЛЕННОСТЬ ЛИЧНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В РАННЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

На сегодняшний день вопрос развития направленности в условиях образования приобретает особую актуальность, особенно, в юношеском возрасте. На данном этапе личность оказывается перед выбором жизненного пути, подготовки к будущей профессиональной деятельности и ее осуществлению.

Изучением направленности личности занимались Л. И. Божович, М. С. Неймарк, В. Э. Чудновский, Т. Е. Конникова и др. Под направленностью личности они понимают иерархическую структуру ее доминирующих мотивов. Первые теоретические модели направленности личности были предложены Г. Г. Голубеевым, Н. Д. Левитовым, К. К. Платоновым. Предпринимались попытки раскрыть динамические взаимосвязи между структурными компонентами моделей направленности [1].

Направленность личности – это совокупность устойчивых мотивов, ориентирующих деятельность личности и относительно независимых от наличных ситуаций [2].

Многими исследователями мотивация определяется как один конкретный мотив или как единая система мотивов, мотивационная сфера. Мотивация, в свою очередь, включает в себя потребности, мотивы, цели, интересы, ценности, что образует сложное переплетение во взаимодействии этих компонентов. Мотив выступает сложным механизмом соотношения человеком внешней реальности и внутренних факторов поведения. Он и определяет возникновение, направление, способы осуществления конкретных форм деятельности, присущих определенному возрастному этапу.

В целом, структура направленности личности предстает перед нами в виде строгой иерархии мотивов. Л. И. Божович определила, что в основе направленности личности лежит возникшая в процессе жизни и воспитания устойчиво доминирующая система мотивов, в которой основные, ведущие мотивы, подчиняя себе остальные, характеризуют строение мотивационной сферы человека. Следовательно, возникновение такого рода иерархической системы обеспечивает наивысшую устойчивость личности.

Однако, неверным является сведение направленности личности только к потребностям, интересам, мировоззрению, убеждениям или идеалам. Стержневую линию жизни характеризует устойчивое доминирование потребности или интереса, выступающих в роли долговременных

мотивационных установок. В связи с этим Е. П. Ильин подчеркивает, что оперативные мотивационные установки, несмотря на то, что определяют готовность и способы поведения человека в конкретной ситуации, все же не являются достаточными, чтобы считать их одним из видов направленности личности. Направлять действия и деятельность может любая цель. В свою очередь, установка выступает устойчиво доминирующей. Чаще они представлены в виде социальных установок, связанных с межличностными и личностно-общественными отношениями, отношением к себе, другому, деятельности и т. д. [3].

Период целостного становления личности, время наступления социальной зрелости, активного вхождения личности во все сферы общественного бытия хорошо прослеживается в раннем юношеском возрасте, где центральным новообразованием выступает самосознание личности, ее «Я-концепция». Самосознание, как отмечала И. И. Чеснокова, проявляется в восприятии многочисленных «образов» самого себя в различных ситуациях деятельности и общения. Первоначально они возникают на основе осознания человеком оценок его другими людьми, далее на основе соотнесения оценок других и своих. То есть, они всегда являются результатом социального взаимодействия [4].

Целостная система установок, ценностных ориентаций, интересов личности, ее жизненная позиция по отношению к труду, к другим людям, к обществу в целом активно формируется у юношей и девушек в условиях образовательной деятельности. В направленности интегрируется все многообразие отношений личности, начиная от частных и ситуативных ее установок до жизненных устремлений, планов, идеалов.

Качественно новый уровень развития самосознания существенно влияет на процесс формирования ценностных ориентации, дальнейшее развитие мотивационно-потребностной сферы личности. Для ценностно-ориентационной сферы на данном этапе характерны: способность к анализу, осознание своих интересов и идеалов и поиск их, осознание общественных ценностей.

Таким образом, развитие направленности в юношеском возрасте включает не только профессиональные предпочтения, но и моральные, этические и социальные аспекты, которые влияют на взаимодействие с окружающим миром. Все это способствует формированию целостной личности, готовой к активному участию в жизни общества.

#### Список литературы

1. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – СПб. : Питер, 2008. – 400 с.

2. Мещеряков, Б. Г. Большой психологический словарь /Б. Г. Мещеряков, В. П. Зинченко. – СПб. : Прайм-Еврознак, 2004. – 672 с.

3. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2002. – 512 с.

4. Чеснокова, И. И. Проблема самосознания в психологии / И. И. Чеснокова, Е. В. Шорохова. – М. : Наука, 1977. – 144 с.

К содержанию

*А. И. Пивоваревич (О. А. Калита)*

*Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина*

## **МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ**

В условиях современного общества, где образование становится основой для успешной профессиональной деятельности, мотивация студентов педагогических специальностей приобретает особое значение. Педагоги не только передают знания, но и формируют личность будущего поколения. По этой причине важно исследовать факторы, влияющие на мотивацию студентов в вузе, а также способы ее повышения.

Мотивация – это внутренний процесс, определяющий стремление студентов к знаниям и профессиональному развитию. В образовательной среде она влияет на уровень успеваемости, качество усвоения материала и готовность к профессиональной деятельности. Важными аспектами мотивации являются заинтересованность в предмете, целеполагание, осознание значимости изучаемого материала для будущей профессии или жизни в целом, социальная поддержка. Согласно исследованиям, высокая мотивация способствует не только улучшению академической успеваемости, но и формированию профессиональной идентичности будущих педагогов [1].

Мотивы в ходе обучения – это внутренние или внешние побуждения, которые определяют, почему студент выбирает учиться, как он относится к учебному процессу и какие цели ставит перед собой. Их можно разделить на две категории: внутренние мотивы и внешние. Внутренние мотивы связаны с личным интересом к предмету, желанием самосовершенствования и стремлением к профессиональному развитию. Внешние мотивы включают оценку результатов обучения, социальное признание и материальные стимулы. Понимание этих мотивов позволяет создавать более эффективные образовательные стратегии, которые будут способствовать развитию интереса и вовлеченности студентов в процесс обучения [2].

Существует несколько подходов к изучению мотивации студентов. Гуманистический подход акцентирует внимание на внутренней мотивации и самореализации. Он предполагает создание поддерживающей образовательной среды, где студенты могут развивать свои интересы и способности. Такой подход особенно актуален для студентов педагогических специальностей, так как их будущая профессия требует высокой степени вовлеченности и заинтересованности.

Поведенческий подход сосредоточен на внешних факторах мотивации, таких как система наград и поощрений. В контексте педагогического образования он может проявляться через оценивание и признание достижений студентов.

Гуманистический подход позволяет глубже понять внутренние мотивы студентов, однако требует от преподавателей значительных усилий для создания соответствующей атмосферы. Поведенческий подход проще в реализации, но может не учитывать индивидуальные особенности студентов и их личные цели [3].

На основе анализа различных подходов к мотивации можно сделать вывод о необходимости интеграции гуманистических и поведенческих методов в образовательный процесс. Это позволит создать более гармоничную среду для обучения, где студенты смогут реализовать свой потенциал и подготовиться к будущей профессиональной деятельности.

Таким образом, мотивация студентов педагогических специальностей требует комплексного подхода. Уровень мотивации, внутренние и внешние мотивы, целеполагание, практическое применение знаний и поддержка со стороны преподавателей играют решающую роль в формировании интереса к образовательному процессу. Для повышения уровня мотивации студентов педагогических специальностей необходимо разрабатывать и внедрять разнообразные методы обучения, которые будут способствовать развитию профессиональных навыков и учитывать индивидуальные особенности студентов и их потребности.

#### Список литературы

1. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2002. – 720 с.
2. Бабанский, Ю. К. Избранные педагогические труды / Ю. К. Бабанский – М. : Педагогика, 1989. – 342 с
3. Бакшаева, Н. А. Психология мотивации студентов : учеб. пособие для вузов / Н. А. Бакшаева, А. А. Вербицкий. – М. : Логос, 2006. – 184 с.

К содержанию

*Я. И. Пстыга (М. М. Карнелович)  
Гродно, ГрГУ имени Я. Купалы*

## **ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИЙ СТРЕСС И СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЙ КРИЗИС У МУЖЧИН И ЖЕНЩИН**

Переживание утраты близкого человека нужно рассматривать как системное многоуровневое переживание, имеющее общепсихологические закономерности, инвариантные по отношению к ситуации утраты, полу и возрасту утратившего, а также типу утраченного. Такой подход позволяет психологу достаточно точно определить этап и уровень переживания утраты, на котором находится конкретный человек и определить содержание его наиболее болезненных переживаний. На этой основе можно спрогнозировать последующие стадии процесса переживания утраты и четко сформулировать конкретные шаги в оказании практической психологической помощи [1].

Цель исследования – определить связь между посттравматическим стрессом вследствие переживания утраты близкого человека и смысложизненным кризисом у мужчин и женщин.

С помощью «Миссисипской шкалы посттравматического стрессового расстройства» были получены данные о выраженности у испытуемых симптомов посттравматического стресса. У мужчин уровень посттравматического стресса выше, чем у женщин ( $Z = -2,17$ ;  $U=547,0$ ), т.е. мужчины тяжелее переносят утрату близкого человека. Межполовые различия получили статистическое подтверждение при статистической обработке данных при помощи критерия Манна – Уитни (Таблица 1).

По методике «Опросник посттравматического роста (ОПТР)» показатель посттравматического роста в выборке женщин оказался ниже, чем у мужчин. Можно сделать вывод, что у мужчин более развито умение выделять существенное в ситуации и оценивать, что на данный момент поддается контролю человека. Женщинам характерно «застывание» в проблемах и трудностях, глубокая негативная рефлексия.

Смысложизненный кризис – психологический кризис развития личности, в основе которого лежат неразрешимые проблемы в поиске и реализации смысла жизни субъекта [4]. По методике «Опросник смысложизненного кризиса» были получены результаты: мужчины более склонны к переживанию смысложизненного кризиса после утраты близкого человека и проходят его тяжелее, чем женщины. У мужчин уровень смысложизненного кризиса выше, чем у женщин ( $Z=-1,03611$ ;  $U=662,5000$ ;  $p=0,300019$ ).

На основе различий по шкалам «Уровень ПТРоста» ( $Z=-2,83$ ;

U=480,0) и «Уровень смысложизненного кризиса» ( $Z=-1,04$ ;  $U=662,5$ ) можно подтвердить гипотезу о том, что уровень смысложизненного кризиса у мужчин превышает уровень у женщин, и показатель посттравматического роста в выборке женщин ниже, чем у мужчин. Также были выявлены отрицательно направленные корреляции между отдельными шкалами методики – «Степень родства» и «Духовные изменения». Чем выше степень родства, тем меньше вероятность духовных изменений личности вследствие утраты близкого человека.

Таблица 1 – Результаты расчета межполовых различий в изучаемых психологических переменных

Шкалы	Rank Sum (ж)	Rank Sum (м)	p-level	Z	p-level	N (ж)	N (м)
Уровень посттравматического стресса	1723,000	1517,000	0,029975	-2,17042	0,029929	48	32
Уровень посттравматического роста	1656,000	1584,000	0,004678	-2,82843	0,004671	48	32
Уровень смысложизненного кризиса	1838,500	1401,500	0,300153	-1,03611	0,300019	48	32

Таким образом, подтверждены гипотезы: чем выше степень родства, тем больше вероятность переживания смысложизненного кризиса; высокий уровень посттравматического стресса приводит к переживанию смысложизненного кризиса; чем выше уровень посттравматического роста, тем меньше вероятность переживания смысложизненного кризиса субъектом.

#### Список литературы

1. Меновщиков В. Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. – М. : Смысл, 2012. – 192 с.
2. Василюк Ф. Е. Пережить горе / Ф. Е. Василюк, И. Т. Фролова. – М. : Политиздат, 1991. – 247 с.
3. Пстыга Я. И. Переживание утраты близкого человека как источник смысложизненного кризиса у взрослых / Я. И. Пстыга // Ступени: сб. науч. ст. студентов, магистрантов и аспирантов / ГрГУ им. Янки Купалы ; гл. ред. О. Г. Митрофанова. – Гродно: ГрГУ, 2023. – С. 105–109.
4. Карпинский, К. В. Смысложизненный кризис в развитии личности: анализ концепций отечественной и зарубежной психологии: монография / К. В. Карпинский. – М. : УО «ГрГУ им. Я. Купалы», 2015. – 319 с.

К содержанию

*С. В. Пучик (А. В. Северин)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **К ВОПРОСУ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ**

Возрастающая компьютеризация и интернетизация современного общества привели к появлению новой психологической зависимости – Интернет-аддикции. Проблема ее выявления и профилактики весьма актуальна на данный момент, так как чрезмерное пристрастие к компьютеру разрушающе воздействует на психику человека, снижает работоспособность. Актуальность исследования проблемы Интернет-зависимости становится все более важной в связи с ростом количества пользователей Интернета во всем мире. Со временем, Интернет забирает все больше и больше времени у своих пользователей и становится настолько доминирующим, что с годами у них прогрессирует снижение способности к волевому контролю над посещением мировой сети.

Первое психологическое исследование на зависимость от компьютера было проведено в 1980 годах М. Шоттон. В конце 1994 году Кимберли Янг разработала и поместила на веб-сайте специальный опросник, получила почти 500 ответов, из которых 400 были отправлены, согласно выбранному ею критерию, аддиктами. Голдберг в 1995 году предложил набор диагностических критериев для определения зависимости от Интернета, построенный на основе признаков патологических пристрастия к азартным играм (гимблинга.) В 1997–1998 годах были созданы исследовательские и консультативно-психотерапевтические веб-службы по данной проблематике. В 1998–1999 годах К. Янг, Д. Гринфилд и К. Сураатт опубликовали первые монографии. К концу 1998 года, как отмечает Сураатт, Интернет-аддикция оказалась фактически легализована – не как клиническое направление в узком смысле слова, но как отрасль исследований и сфера оказания людям практической психологической помощи. Интернет-аддикция рассматривалась также русскоязычными авторами, такими как А. Войскунский, М. Иванов, Ю. Фомичева и др.

В настоящее время интернет-зависимость включает в себя несколько зависимостей. Такие, как зависимость от компьютерных игр, зависимость от социальных сетей, зависимость от работы в сети, в целом зависимость от виртуального общения, зависимость от покупок через Интернет т. д. Сюда же относятся любого рода работа, связанная с компьютером и сетью.

Следует отметить, что феномен «зависимость от Интернета», или «интернет-аддикция» характеризуют следующие поведенческие характе-

ристики: активное нежелание отвлекаться даже на короткое время от работы в Интернете; досада и раздражение при вынужденных отвлечениях; неспособность спланировать время окончания сеанса работы в Интернете; расходование денег для обеспечения работы в Интернете; забывание в ходе работы в Интернете о домашних делах, учебе или служебных обязанностях, важных личных и деловых встречах; готовность мириться с разрушением семьи, потерей круга общения из-за поглощенности Интернетом; пренебрежение собственным здоровьем, сокращение длительности сна из-за работы в Интернете в ночное время; избегание физической активности - якобы из-за срочной работы, связанной с Интернетом; готовность удовлетворяться случайной и однообразной пищей, поглощаемой нерегулярно и не отрываясь от компьютера.

В связи с вышеизложенным профилактика и коррекция интернет-зависимости представляет собой важную проблему, которая имеет значение для современной молодежи в плане повышения качества их жизни и субъективного психологического благополучия, повышения их социальной и двигательной активности.

К содержанию

*Д. А. Пытлякова (Д. Э. Синюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВОСПРИЯТИЯ ТРАВМАТИЧЕСКОГО ОПЫТА**

В психологии травма определяется как серьезное психологическое переживание, вызванное внешними событиями, которые оказывают сильное отрицательное влияние на психику человека [1]. Личность сталкивается с негативным событием, которое не вписывается в ее картину мира и опыт, накопленный ранее. Психологическая травма может существенно повлиять на взаимоотношения с окружающими людьми в будущем. Пережитый травматический опыт изменяет эмоциональную и когнитивную сферу личности, что, в свою очередь, затрагивает способы общения, доверия и близости в отношениях.

Существует множество теоретических подходов к восприятию травмы. З. Фрейд одним из первых предложил концепцию психологической травмы как бессознательного конфликта [2]. По его мнению, травма вытесняется в бессознательное, где продолжает оказывать влияние на психику через механизмы вытеснения и подавления. Травматические события, которые не были полностью осознаны, проявляются через

невротические симптомы, повторяющиеся сны и воспоминания. По З. Фрейду, одной из ключевых характеристик травматического опыта является его способность нарушать внутренний баланс между сознанием и бессознательным, что приводит к устойчивым внутренним конфликтам.

Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ) рассматривает травму как фактор, который вызывает формирование деструктивных когнитивных схем и негативных убеждений. А. Бек отмечал, что травматические события могут приводить к искаженному восприятию себя и мира, формируя убеждения о собственной беспомощности или небезопасности окружающего мира [3]. Это может вызывать тревожные и депрессивные реакции, а также избегающее поведение. Важным аспектом КПТ является реструктуризация негативных когнитивных схем, что позволяет изменить восприятие травмы и ее последствий.

В гуманистической психологии травматический опыт рассматривается через призму самоактуализации и личностного роста. К. Роджерс полагал, что травма может препятствовать реализации потенциала личности, нарушая ее способность к аутентичности и гармонии с собой [4]. Однако гуманистический подход также акцентирует внимание на возможностях посттравматического роста, когда личность, преодолев травматический опыт, находит новые смыслы и жизненные цели.

Дж. Боулби развил теорию привязанности, которая объясняет травматические последствия через призму ранних взаимоотношений [5]. Травмы, связанные с утратой или нарушением привязанности в детстве, могут оказывать длительное влияние на восприятие мира и на формирование привязанностей в будущем. Такие люди часто испытывают трудности в построении доверительных отношений, что может усложнить социальное взаимодействие и профессиональные контакты.

Таким образом, особенности восприятия травматического опыта личностью оказывают ключевое влияние на ее эмоциональное и когнитивное состояние, социальные отношения и профессиональную деятельность. Важно отметить, что восприятие травмы может варьироваться в зависимости от индивидуальных психологических ресурсов и социальной поддержки. Понимание механизмов восприятия травмы и ее последствий необходимо для разработки эффективных стратегий психологической помощи и реабилитации. Своевременная психологическая поддержка может не только смягчить негативные последствия травмы, но и способствовать личностному росту и развитию.

#### Список литературы

1. Кровяков, В. М. Психотравматология : монография / В. М. Кровяков. – М. : Наука, 2005. – 315 с.
2. Фрейд, З. По ту сторону принципа удовольствия / З. Фрейд. // Очерки по психологии сексуальности. Психопатология обыденной жизни. О сновидении. По ту сторону принципа удовольствия. Я и ОНО : сборник / З. Фрейд. – Минск : Поппури, 1999. – С. 393–454.
3. Бек, А. Когнитивная психотерапия расстройств личности / А. Бек, А. Фримен ; пер. с англ. С. Комарова. – СПб. : Питер, 2019. – 447 с.
4. Роджерс, К. Становление личности. Взгляд на психотерапию / К. Роджерс ; пер. с англ. М. Злотника. – М. : Эксмо-Пресс, 2001. – 414 с.
5. Боулби, Дж. Привязанность / Дж. Боулби ; пер. с англ. Н. Г. Григорьевой и Г. В. Бурменской. – М. : Гардарики, 2003. – 477 с.

К содержанию

*К. А. Ракунова (А. В. Даниленко)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ПРОЯВЛЕНИЕ СВЕРХЦЕННОГО ИЛИ ЗАВИСИМОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗНАЧИМОМУ ДРУГОМУ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Чрезмерное проявление зависимого отношения представляет собой специфическое психологическое состояние, в основе которого лежит сильная потребность в эмоциональной близости, любви, стремление к получению помощи и поддержки на фоне постоянного ощущения себя беспомощным и слабым независимо от конкретной ситуации.

В 2000 годах было проведено исследование у детей в юношеском возрасте. В качестве психодиагностического инструментария были использованы зарубежные методики и опросник определения межличностной зависимости, адаптированные О. П. Макушиной [1]. Итоговое значение зависимости в опроснике определяется через такие шкалы, как эмоциональная опора на других, неуверенность в себе и стремление к автономии, и подсчитывается путем сложения первых двух шкал и вычитания из них третьей. Интерпретация итогового значения зависимости позволило выявить, что в данной выборке степень социальной зависимости колеблется от среднего к высокому с преобладанием средней степени, что соответствует норме. Кроме того, у мальчиков наблюдается больший процент повышенной зависимости по сравнению с девочками, что говорит о более выраженной их

межличностной зависимости. Это можно объяснить тем, что у мужского пола менее устойчивая психика и в старшем подростковом возрасте это выражено наблюдается из-за трудностей в процессах социализации и взросления. Старший подросток часто очень не уверен в себе и больше нуждается в эмоциональной опоре, находясь в социальной среде. Любовной зависимостью (аддикция) называют особый вид аддиктивного поведения с фиксацией на другом человеке. Такие фиксации Ц. П. Короленко и Н. В. Дмитриевой характеризуются следующими признаками: много времени и внимания уделяется человеку, на которого направлена аддикция, мысли о «любимом» доминируют в сознании, становясь сверхценной идеей, процесс носит в себе черты навязчивости от чего страдающему чрезвычайно трудно освободиться, любовный аддикт забывает себя, перестает заботиться о себе и думать о своих потребностях вне аддиктивных отношений, у аддикта имеются серьезные эмоциональные проблемы, в центре которых страх, который он старается подавить, в том числе страх быть покинутым. Любовная зависимость относится к нехимическим зависимостям. Это значит, что уход от реальности, от дискомфорта происходит не за счет каких-то веществ, а с помощью определенного поведения, а именно, с помощью установления симбиотической связи с любовным объектом или же с помощью постоянного поиска такого объекта.

На первый взгляд любовная зависимость может показаться безобидной формой зависимости, особенно на фоне химических форм зависимости (наркомании, алкоголизма). Однако установлены данные о негативном влиянии любых форм межличностной зависимости на личностное развитие, на возникновение психологических нарушений. Для любовной зависимости характерны и такие признаки, как сверхценное отношение к значимому другому с фиксацией на нем при неспособности справиться со своим влечением, некритическое ожидание безусловно положительного отношения, отказ от возможности быть самим собой; осознанный страх покинутости, который ослабляет негативные чувства, направленные на объект, и заставляет идти на любые жертвы ради сохранения отношений. Особый интерес у ученых вызывает становление первоначальных форм зависимости в ранней юности – дебютные формы зависимости. Это связано с тем, что возможность собственной интерпретации впервые актуализируется именно в ранней юности, что становится настоящим дебютом в целенаправленном формировании жизненного пути. Опираясь на работы классиков, в которых определены особенности развития человека на этапе ранней юности (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, И. В. Дубровина, Э. Эриксон, И. С. Кон, А. Н. Леонтьев) установлено, что именно в этом возрасте осуществляется переоценка

заложенных в детстве ценностей, переосмысливается отношение ко всему окружающему, к своей жизненной истории, родителям, референтной группе. Благодаря бурному развитию самосознания молодой человек становится способным самостоятельно интерпретировать события, поступки и отношения.

Зависимость от другого человека приводит к формированию нездоровых моделей поведения и навязчивых желаний, а также к выполнению компульсивных действий. Аддикт выбирает свой собственный объект одержимости и теперь только благодаря этому объекту он может чувствовать себя живым. Только этот объект дает ему смысл жизни в жизни, позволяет ему почувствовать собственную ценность, помогает ему повысить самооценку и поверить в себя. Подростку важно работать над этим или же обратиться за профессиональной помощью.

#### Список литературы

1. Макушина, О. П. Причины психологической зависимости от родителей в подростковом возрасте / О. П. Макушина // Вопросы психологии. – 2002. – № 5. – С. 135–143.

К содержанию

*А. В. Рапина (Н. А. Окулич)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **АУТОАГРЕССИЯ КАК ВИД ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ ПОВЕДЕНИЯ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Проблема аутоагрессивного поведения в юношеском возрасте в последние годы привлекает все большее внимание психологов. Аутоагрессия представляет собой особую форму неблагополучия, которая может привести к серьезным последствиям для молодого человека и его окружения. Понимание особенностей личности, склонной к аутоагрессии, и возможности эффективного предотвращения и лечения этого явления являются важными задачами современной психологии и педагогики.

Подростковый возраст и ранняя юность, как подчеркивает Н.Г. Церникова, представляет собой группу повышенного риска, так как сказываются внутренние трудности переходного возраста, начиная с психогормональных процессов и заканчивая построением Я-концепции; появляются противоречия, обусловленные перестройкой механизмов социального контроля. Пик суицидальных действий приходится на период

полового созревания. Стресс, депрессия, тревожность могут способствовать развитию аутоагрессии у подростков. Одним из ключевых факторов, влияющих на склонность к аутоагрессивному поведению у юношей, является их психологический статус. Неразрешенные конфликты, низкая самооценка, неудовлетворенность жизнью или отсутствие целей могут стать триггерами для самоповреждений. При этом для юношеского возраста характерно увеличение количества повторных актов самоповреждения. Опасность последнего состоит в том, что легкое возникновение и закрепление стереотипных реакций, приводящее к формированию и развитию у человека конкретного жизненного сценария, относится и к аутоагрессии.

С целью изучения аутоагрессии как вида отклоняющегося поведения в юношеском возрасте было проведено исследование с использованием методики «Склонность к девиантному поведению» (СДП) Э.В. Леус, М.В. Ломоносовой, А.Г. Соловьева. Респондентами выступили 20 юношей и 20 девушек.

У 47,5 % респондентов выявлены высокие баллы по шкале социально-обусловленного поведения: юноши и девушки используют общение как ведущий вид деятельности, ориентированы на идеалы группы, тесно слиты со значимой группой.

По шкале аутоагрессивного поведения высокие баллы набрали 45 % респондентов. Это значит, что выявлен риск к стремлению причинить себе боль у данных респондентов высок, как и сознательный отказ от жизни. Причинами этого всего могут выступать: низкая устойчивость к стрессу, неумение совладать с проблемами и внутренними переживаниями, низкая самооценка, проблемы в семье, школе и др.

По шкале делинквентного поведения большинству респондентов (67,5 %) присущи низкие баллы, т.е. у них отсутствуют признаки антисоциального или противоречащего правовым нормам поведения. Респонденты придерживаются социального порядка и поддерживают благополучие окружающих людей.

Низкие баллы у большинства юношей и девушек (62,5 %) выявлены и по шкале зависимого поведения. Это значит, что у них отсутствует злоупотребления различными психоактивными веществами, пищей, зависимость от шопинга или религий, склонность к азартным играм.

По шкале агрессивного поведения низкие баллы отмечаются у 50 % респондентов: юноши и девушки не склонны к вербальной и физической агрессии, вандализму.

Таким образом, по результатам исследования было обнаружено, что многим респондентам присущи как аутоагрессивное, так и социально-обусловленное поведение. Следовательно, юноши и девушки испытывают

внутренние конфликты и проблемы, которые они не редко пытаются решить через саморазрушительное поведение. Такие социальные факторы, как атмосфера в учебном заведении, отношения с родителями и сверстниками, события, происходящие в социуме в целом, могут оказывать значительное, в том числе негативное, влияние на поведение юношей и девушек.

Для профилактики девиантного поведения у лиц подросткового и юношеского возраста необходимо проводить системную работу по развитию их социальных и психологических компетенций, обеспечивать им поддержку и понимание в сложных жизненных ситуациях, а также создавать условия для конструктивной самореализации. Психологам, педагогам можно, например, осуществлять информирование подростков и молодых людей о центрах психологической помощи людям, попавшим в сложную жизненную ситуацию, организовывать для них тренинги по развитию жизненных навыков, рассказывать о психологическом здоровье и способах его поддержания, вовлекать в волонтерскую деятельность, привлекать к участию в различных творческих проектах, спортивных мероприятиях, стройотрядовском движении и т.п.

К содержанию

*А. А. Рыжикова (И. В. Калачева)  
Могилев, МГУ имени А. А. Кулешова*

## **КОММУНИКАТИВНЫЕ И ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ РЕВНОСТИ СУПРУГАМИ С РАЗНЫМ СТАЖЕМ БРАКА**

Ревность является весьма распространенным явлением в человеческих взаимоотношениях. Она сопровождает человека на протяжении практически всей его жизни. Одним из центральных является вопрос о роли ревности в любовных отношениях. Она возникает в случае угрозы потери значимых отношений из-за существования реального или воображаемого конкурента. В современной психологии ревность рассматривается как подозрительное отношение человека к объекту обожания, связанное с сомнением в его верности либо со знанием о его неверности [1]. Ревностные реакции индивидуальны, проявляются в различных формах поведения и обусловлены большим количеством факторов.

Для изучения особенностей проявления ревности у лиц с разным стажем супружеской жизни нами было проведено исследование с

помощью методики «Коммуникативные реакции на ревность» [2] и «Шкала положения частей тела при ревности» [3]. В нем приняли участие 104 респондента разного пола, имеющие разный стаж брачных отношений.

Статистический анализ результатов методики «Коммуникативные реакции на ревность», проведенный с помощью двухфакторного дисперсионного анализа, позволил установить, что для супругов в пожилых браках (20 и более лет) характерны более высокие показатели по шкалам «активное дистанцирование», «негативная аффективная экспрессия», «дистрибутивная коммуникация», «контроль ограничения», чем для супругов состоящих в очень молодых (0–4 года), молодых (5–9 лет) и средних (10–19) браках. Выявленные особенности могут быть обусловлены личностными кризисами, накопившимся эмоциональным выгоранием, возрастающей склонностью к эмоциональной компенсации потребностей, неудовлетворенных в супружеских отношениях, через взаимоотношения с детьми и внуками. Супруги со стажем супружеской жизни 10–19 лет имеют достоверно более высокие показатели по шкале «интегративная коммуникация», что обусловлено постепенно накопившимся достаточным жизненным опытом, устоявшейся супружеской дружбой, четкой структурой семьи, что обеспечивает относительную стабильность в средних браках. Женщины в пожилых браках (20 и более лет) имеют достоверно более высокие показатели, чем супруги других стажей брака и мужчины пожилых браков. Полученные результаты могут быть обусловлены более высокой ранимостью женского пола. Они более чувствительны к эмоциональной неверности, в соответствии с чем стараются уменьшить эмоциональную привязанность к партнеру. А имея высокую вовлеченность в заботы детей и внуков, еще больше отдаляются от партнера.

Статистический анализ данных методики «Шкала положения частей тела при ревности», проведенный с помощью критерия  $\phi^*$ -угловое преобразование Фишера, позволил установить, что доля респондентов в пожилых браках (20 и более лет), которые в ситуации ревности испытывают ощущения в области груди и изменения в напряжении мускулов, превышает долю респондентов из других категорий. Полагаем, что с возрастом возрастает чувствительность к стрессу, коим является ситуация ревности. Выработка гормонов адреналина и норадреналина в ситуации стресса запускает физиологические изменения, вызванные работой симпатической нервной системы: учащение сердцебиения и дыхания, что ощущается в области груди. Так как по мере старения организм становится менее способным эффективно регулировать уровень гормонов стресса, в том числе, и кортизола, это приводит к усилению физиологической реакции на стресс.

Доля лиц, испытывающих изменения в сердцебиении в ситуации ревности, из пожилых браков превышает долю лиц из молодых браков. Также доля лиц из совсем молодых браков превышает долю лиц из молодых браков по данному показателю. Можно предположить, что супруги в совсем молодых браках в силу возраста и неопытности импульсивны, эмоционально возбудимы и тревожны, поэтому в ситуации ревности испытывают стресс, проявляющийся в виде учащенного сердцебиения. С возрастом брачные партнеры становятся более эмоционально устойчивыми и рассудительными. Однако интенсивность проявления ревности в виде учащенного сердцебиения по мере увеличения стажа брака снова начинает увеличиваться, что может происходить на фоне приобретаемых хронических и острых заболеваний сердечно-сосудистой системы, которые влияют на снижение пороговой чувствительности к стрессу.

Список литературы

1. Энциклопедический психологический словарь-справочник / Р. А. Александрова [и др.]. – Минск : Харвест, 2021. – 735 с.

2. Фурманов, И. А. Тактики поведения в ситуации переживания ревности: адаптация методики «Коммуникативные реакции на ревность» / И. А. Фурманов, А. О. Вергейчик // Психологический журнал. – 2012. – № 1–2 (31–32). – С. 81–89.

3. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / Под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. – М. : Изд-во «Ин-т психологии РАН», 2011. – 512 с.

К содержанию

*А. Д. Сабиров (И. В. Калачева)  
Могилев, МГУ имени А. А. Кулешова*

## **ЖИЗНЕННЫЕ ЦЕННОСТИ СТУДЕНТОВ-ВЫХОДЦЕВ ИЗ МЕЖКУЛЬТУРНЫХ БРАКОВ**

В условиях современных социальных изменений молодые люди ищут и принимают ценности и жизненные ориентиры, которые помогут им найти свое место в различных системах взаимодействия и обрести самоидентификацию. Процессы самоопределения направляют человека в его жизненном пространстве, помогая ему определить цели, средства и ценности. На формирование ценностных ориентаций студентов значительное влияние оказывают социальные институты, в том числе вузовская и семейная среда. Семья, основанная на взаимопонимании и

поддержке, согласно В. А. Сухомлинскому, представляет собой уникальную экосистему, в которой формируются духовные и нравственные ценности, являющиеся фундаментом для становления молодого человека, для его успешной интеграции в общество. Воспитание в условиях взаимодействия двух культур может приводить к возникновению ценностных конфликтов у индивида.

С целью выявления жизненных ценностей студентов-выходцев из межкультурных браков нами было проведено исследование, в котором приняли участие 100 респондентов в возрасте 17 до 23 года. Для реализации цели исследования применялись опросник ценностных ориентаций С. Шварца [1, с. 57–62], а также методика Дж. Финни, позволяющая определить этничность респондентов, которая оценивалась по этнической принадлежности их родителей [2, с. 16–17]. В результате было сформировано две выборки респондентов: студенты-выходцы из поликультурных и монокультурных браков.

Анализ результатов исследования, проведенный с помощью  $\chi^2$ -критерия Пирсона для сравнения двух эмпирических распределений, позволил нам установить, что основными факторами, определяющими особенности жизненных ценностей респондентов, являются тип брака, выходцами из которого они являются, и пол:

– выходцы из межкультурных браков чаще демонстрируют более высокие показатели по шкалам «Власть» ( $\chi^2_{\text{эмп}} = 12,25992$ ;  $p = 0,00218$ ), «Достижение» ( $\chi^2_{\text{эмп}} = 6,864564$ ;  $p = 0,03231$ ), «Гедонизм» ( $\chi^2_{\text{эмп}} = 6,737564$ ;  $p = 0,03443$ ), «Самостоятельность» ( $\chi^2_{\text{эмп}} = 19,86864$ ;  $p = 0,00001$ ), «Универсализм» ( $\chi^2_{\text{эмп}} = 22,32051$ ;  $p = 0,00001$ ), «Доброта» ( $\chi^2_{\text{эмп}} = 13,12731$ ;  $p = 0,00141$ ) и «Конформность» ( $\chi^2_{\text{эмп}} = 9,056140$ ;  $p = 0,01080$ ), чем их сверстники из монокультурных браков. Мы полагаем, что воспитание в поликультурной семье может формировать у молодых людей более широкую перспективу восприятия мира, что способствует развитию таких ценностей, как универсализм и доброта. Интеграция норм и традиций двух культур формирует у студентов открытость новым идеям и опыту, что может проявляться в высоких показателях гедонизма и самостоятельности. Конфликт культур и необходимость адаптации к ним способствуют развитию навыков гибкости и компромисса, что отражается в высокой оценке респондентами конформности и доминирования;

– девушки, воспитывающиеся в поликультурных семьях, чаще демонстрируют высокие показатели по шкалам «Универсализм» ( $\chi^2_{\text{эмп}} = 13,76115$ ;  $p = 0,00103$ ), «Конформность» ( $\chi^2_{\text{эмп}} = 8,730773$ ;  $p = 0,00313$ ) и «Безопасность» ( $\chi^2_{\text{эмп}} = 5,629629$ ;  $p = 0,01766$ ), чем юноши из семей того же типа. Это может быть обусловлено воспитанием, которое ориентировано на сочетание культурных установок, на гармонию и устойчивость в

межличностных отношениях, на склонность девушек проявлять эмпатию и заботу о других. Все это способствует развитию у них стремления к конформизму и поиску безопасной среды.

Также установлено, что доминирующими ценностями, как у выходцев из поликультурных, так и монокультурных браков, являются «Универсализм», «Безопасность» и «Самостоятельность». Молодые люди высоко оценивают такие ценности, которые содействуют достижению гармонии и стабильности в социальном окружении, что свидетельствует о приоритете у них взаимопонимания и сотрудничества. Меньшая значимость ценностей «Власть», «Гедонизм» и «Стимуляция», которую продемонстрировали респонденты, подразумевает снижение у них акцента на индивидуальные амбиции и стремление к удовольствию.

Таким образом, проведенное нами исследование выявило особенности жизненных ценностей в юношеском возрасте, обусловленные такими социально-демографическими характеристиками, как тип брака и пол. Были составлены практические рекомендации для студентов-выходцев из межкультурных браков по оптимизации жизненных ценностей.

#### Список литературы

1. Карандашев, В. Н. Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство / В. Н. Карандашев. – Санкт-Петербург : Речь, 2004. – 70 с.
2. Стефаненко, Т. Г. Этнопсихология: практикум / Т. Г. Стефаненко. – Москва : Аспект Пресс, 2006. – 208 с.

К содержанию

*И. Т. Сайко (В. Ю. Москалюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **КОММУНИКАТИВНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ РАБОТНИКОВ С РАЗНЫМ ТИПОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ: ОБОСНОВАНИЕ АКТУАЛЬНОСТИ**

Коммуникативная компетентность играет важную роль в профессиональной деятельности, оказывает существенное влияние на эффективность взаимоотношений между работниками организации, клиентами и руководителями. Можно также предположить, что коммуникативно компетентные сотрудники будут более мотивированы к работе с клиентами. Тип профессиональной мотивации в свою очередь

определяет приоритетные характеристики поведения и общения между работниками и клиентами.

Традиционно выделяют два основных типа профессиональной мотивации: внутреннюю и внешнюю. Работников с внутренней мотивацией отличают интерес к содержанию профессиональной деятельности и ее результатам, стремление к саморазвитию и самореализации (карьерный рост). Внешне мотивированные сотрудники чаще уделяют внимание внешним вознаграждениям (зарплата, престиж профессии) и различным стимулам, не относящимся к трудовому процессу непосредственно (условия труда, одобрение коллег и др.).

Следует отметить, что у сотрудников с внутренней мотивацией часто наблюдается более высокий уровень коммуникативной компетентности, чем у сотрудников, которые ориентированы на внешнюю мотивацию. Люди с внутренней мотивацией склонны к открытому, эмоциональному общению и проявляют искренний интерес к мнению и потребностям партнера. Такие работники могут легко находить общий язык с коллегами, руководством и клиентами и эффективно разрешать конфликтные ситуации. Они часто выступают дипломатами между руководителями организации и помогают продуктивному взаимодействию между коллегами. Помимо этого, эти работники квалифицированы и всегда стараются улучшать свои коммуникативные навыки. Работники, у которых преобладает внешняя мотивация, демонстрируют более низкий уровень коммуникативной компетентности, чем внутренне мотивированные работники. Они демонстрируют более формальный, безличный стиль общения, склонность к конформизму, ориентированы на внешнюю оценку. Эти работники испытывают трудности с эффективным взаимодействием с коллегами, руководством и клиентами, особенно в ситуациях, которые требуют инициативы, творчества или эмоциональной вовлеченности. Они уделяют больше внимания строгому соблюдению правил, принятых в конкретной организации.

Помимо различий в общем уровне коммуникативной компетентности, работники с разными типами профессиональной мотивации демонстрируют специфические коммуникативные стратегии и предпочтения. Внутренне мотивированные люди часто находятся под влиянием таких коммуникативных стратегий, как активная и выражение идей, мнений и предпочтений. Часто они являются инициаторами информационного общения, умеют выстраивать доверительные контакты с коллегами. Эти чувствующие люди ориентированы на содержательное общение, обмениваются идеями и опытом. С другой стороны, работники с внешней мотивацией зачастую прибегают к более формальным, регламентированным коммуникативным стратегиям. Они могут быть

достаточно осторожными в выражении собственного мнения, также склонны подчиняться и сосредотачиваться на достоверных источниках. Такие работники обычно более эмоционально сдержаны и предпочитают строгое соблюдение инструкций и правил.

Знание особенностей коммуникативной компетентности работников с разными типами профессиональной мотивации может повысить эффективность управления персоналом организации.

К содержанию

*Е. В. Сергеюк (С. Л. Яшук)  
Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина*

## **ОСОБЕННОСТИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОФПР**

Современный общественный запрос на высоко адаптивную личность порождает проблему развития всех видов мышления с самого детства. Интеллектуальные способности активизируют все психические процессы ребенка на высоком уровне развития, побуждают к постоянному поиску изменений, осложнения целей деятельности, выделения из предметной среды актуальных аспектов для ее реализации, испытания новых способов деятельности, привнесение в них творческого элемента.

Интеллектуальное развитие детей дошкольного возраста является важным этапом формирования личности и определяет основы их будущих достижений в образовании и жизни. В рамках этого процесса выявляются различные особенности, в том числе у детей с особенностями психофизического развития. Они нуждаются в особом подходе и внимании, чтобы максимально раскрыть их потенциал и обеспечить успешное интеллектуальное развитие.

Актуальность изучения особенностей интеллектуального развития у детей дошкольного возраста с психофизическими особенностями неоспорима в контексте обеспечения инклюзивного образования и социальной справедливости. В современном обществе стремление к включению каждого ребенка в образовательный процесс и максимальному раскрытию его потенциала становится все более значимым. Понимание и учет индивидуальных особенностей каждого ребенка позволяют создавать инклюзивную образовательную среду, где каждый имеет равные возможности для развития.

Изучение и понимание особенностей интеллектуального развития у детей с психофизическими особенностями становится важным шагом в направлении обеспечения равенства и справедливости в образовании.

Целью настоящего исследования являлось выявление особенностей интеллектуального развития у детей с ОПФР. Методики исследования: диагностика интеллектуального развития Л.А. Венгера; методика «Кубик Рубика» (Р. С. Немов); методика «Нелепицы» (Р. С. Немов). База исследования: ГУСО «Центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации Пинского района». В исследовании приняли 30 детей дошкольного возраста 5–6 лет.

В результате изучения особенностей интеллектуального развития детей дошкольного возраста с ОПФР было выявлено, что они характеризуются слабо развитым умением относить свойства предметов к заданным эталонам, а также слабо развитой способностью использовать логические понятия и суждения, оперировать знаниями для получения выводов, установления связей и закономерностей. Для большей части детей с ОПФР характерна умеренная сформированность восприятия, действий, способствующих решению перцептивных задач, действий, способствующих сличению воспринимаемого предмета с образами памяти для его узнавания, а также степень овладения действиями наглядно-образного мышления.

Большая часть дошкольников с особенностями психофизического развития обладают средним уровнем наглядно-действенного мышления, что указывает на умеренное развитие этой когнитивной функции. Дети в процессе мышления активно опираются на восприятие предметов и манипулирование ими в ходе различных действий. Важно отметить, что у них наблюдаются определенные навыки восприятия окружающего мира через конкретные действия и взаимодействия с объектами. Эти дети, вероятно, проявляют способность к адаптации к различным ситуациям и задачам, хотя и могут испытывать затруднения в более абстрактном мышлении или решении задач, не связанных непосредственно с конкретными объектами или действиями.

Большая часть детей дошкольного возраста с особенностями психофизического развития демонстрируют низкий уровень умения логически рассуждать и способности выстраивать логические связи между объектами окружающего мира. Эти результаты указывают на то, что у этих детей могут быть затруднения в анализе и понимании логических концепций, а также в применении их на практике. Отмечается, что для большей части дошкольников с ОПФР логическое мышление может представлять сложность. Они могут испытывать трудности в выявлении причинно-следственных связей, в понимании порядка и

последовательности действий, а также в абстрактном мышлении, которое требует выстраивания логических связей без прямой визуальной поддержки.

К содержанию

*Е. Ю. Сиренко (М. С. Шиманчик)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **БЕЛОРУССКИЕ НАРОДНЫЕ ТРАДИЦИИ В СЕМЕЙНОМ ВОСПИТАНИИ**

Семейное воспитание рассматривается как один из ведущих факторов развития личности ребенка. Полноценная организация семейного воспитания детей невозможна без опоры на белорусские народные традиции семейного воспитания, которые закладывались в крестьянской семье и передавались из поколения в поколение. Семья является носителем национальных культурных традиций народа, играет основополагающую роль, поскольку всегда являлась и является одной из важнейших и неотъемлемых ценностей в жизни человека [1]. Белорусская семья рассматривается как основа воспитания ребенка, а белорусские народные семейные традиции исследуются от истоков крестьянской семьи до наших дней и подкрепляются афоризмами и пословицами.

Принимая во внимание особенности жизни и быта белорусского народа, В. С. Титов в своем исследовании определил такие группы традиций, как: «традиции, связанные с рождением и воспитанием детей; традиции, связанные с праздниками; традиции, связанные с семейным бытом; традиции, воспитывающие различные нравственные качества; традиции материальной культуры» [2, с. 15].

Традиционно воспитание белорусских детей осуществлялось в многодетной семье. Как отмечает исследователь Л. В. Ракова, большое количество детей было характерным для белорусских семей [3]. Многодетная семья считалась идеальной, ее благосостояние зависело от того, сколько в ней человек, способных трудиться. Кроме того, стремление иметь много детей было связано еще с тем, что в большой семье легче воспитывать детей. Не случайно народная мудрость гласит: «Адно дзіця – не дзіця, двое дзяцей – палова дзіцяці, трое дзяцей – гэта дзіця».

Воспитание в белорусских семьях отличалось строгостью и требовательностью к детям, но, вместе с тем, считалось, что ласка, теплота, любовь позволят добиться наилучших результатов в воспитании. Близкие люди относились к детям с большой любовью [1]. Характерной

была равная любовь ко всем детям. Родители любили всех своих детей, но с особой нежностью относились к новорожденным, детям до года.

Традиционно основным воспитателем детей считалась мать. Сына, как будущего работника, хозяина, главы дома, мать с детства приучала заботиться о других членах семьи, выполнять более тяжелую и сложную работу, принимать самостоятельные решения, проявлять силу духа, физическую крепость. Дочку с малых лет приучала к ведению домашних дел: учила готовить еду, убирать в доме, шить, вязать, ткать и др., тем самым готовила к будущей семейной жизни, выполнению основной функции женщины – материнству [1].

Однако истинным авторитетом в семье по праву являлся отец. Он был главный и полноправный хозяин, главный советчик. Отец относился к дочери со строгостью, но по традиции в хороших крепких семьях отец заботился о ней, часто в праздники делал подарки. У дочерей отец воспитывал аккуратность, рассудительность, приветливость, сердечность и деликатность [4]. С малых лет отец воспитывал сыновей как будущих хозяев и работников. Важнейшими качествами, которые воспитывались у мальчиков, были трудолюбие, самостоятельность, ответственность. В крестьянской семье, как отмечает Л. В. Ракова, существовало неписаное правило – дети во всем должны подчиняться родителям [4]. В большинстве семей распоряжения родителей, особенно отца, не подлежали обсуждению, выполнение их детьми являлось обязательным. Авторитет старших членов семьи (бабушек, дедушек), был непререкаемым. Они являлись основателями рода, основателями семейных традиций. К старшему поколению обращались за советом не только дети, но и все члены семьи. Народная мудрость гласит: «Паважай старэйшых, бо сам стары будзеш» [1]. Проживая в многопоколенной семье, дети хорошо знали своих предков (место жительства, род занятий, степень родства, чем прославили свой род). Их жизнь была примером для детей. Воспитание глубокой благодарности родителям – одна из народных традиций в семейном воспитании [4]. Кроме того, описывая традиции воспитания, Л.В. Ракова отмечает правила культуры общения для детей: уступать один другому, в присутствии взрослых разговаривать тихо, не кричать, не вмешиваться в разговор взрослых, если возникает необходимость обратиться с вопросом к взрослому, то необходимо дождаться конца разговора, не разговаривать во время еды и т. д. [3]. Данные правила сохранили свою актуальность и в наше время.

В целом, семейное воспитание традиционно проходило в труде. Поощрялось раннее приучение детей к труду, считалось, что все должны трудиться. Критерием высоконравственного поведения являлось добросовестное отношение к труду. Родители ценили детский труд,

терпеливо, с пониманием относились к тем или иным промахам, понимали, что труду необходимо учиться и это дело не одного дня. С 5 лет девочки заботились о младших братьях и сестрах, становились няньками, а мальчики с 7 лет пастушками [1]. С малых лет детей приучали к уходу за животными и растениями. Все это позволяло развивать у детей чувство человечности, проявлять гуманность к окружающим. Трудовые традиции белорусской семьи описаны в работах В. В. Чечета. Автор акцентирует внимание на таких трудовых традициях, как освоение детьми правил ведения сельскохозяйственных работ через характерные для белорусов праздники календарного цикла, выполнение большинства видов работ совместно с родителями и под их непосредственным наблюдением и руководством и др. [5].

Воспитание детей и молодежи сегодня базируется на общепринятых педагогических основах. Однако с уверенностью можно сказать, что народный воспитательный опыт не может быть невостребованным, так как все, что он содержит, звучит и сегодня очень актуально. Любовь и уважение к родителям, Родине, забота, доброта, уважение к старшему поколению, трудолюбие, честность, мужество – вот те качества, которые воспитывали в детях наши предки и которые сегодня не потеряли своего значения [6]. Труд, природа, сказки, пословицы, игры и развлечения, песни, бабушкины советы – это все народная педагогика. Народ стремился использовать в воспитательных целях родной язык, историю, фольклор, природу родного края, национальное искусство, символику, геральдику, народные промыслы и ремесла, семейно-бытовую культуру [7]. Для воспитания подрастающего поколения необходимо сохранить и возродить народные белорусские традиции семейного воспитания, а также укоренить новые традиции, отвечающие требованиям современного мира.

#### Список литературы

1. Орлова, А. П. Принципы белорусской народной педагогики / А. П. Орлова // Веснік ВДУ. – 2014. – № 3. – С. 49–56.
2. Титов, В. С. Историко-этнографическое районирование материальной культуры белорусов (19 – нач. 20в.) : автореферат...доктора исторических наук / В. С. Титов. – М., 1991. – 38 с.
3. Ракава, Л. З гісторыі беларускай сям’і / Л. Ракава // Роднае слова. – 1997. – № 6. – С. 172–181.
4. Ракава, Л. В. Традыцыі сямейнага выхавання ў беларускай весцы / Л. В. Ракава. – Мінск: Ураджай, 2000. – 111 с.
5. Чэчат, В. В. Педагогіка сямейнага выхавання (тэарэтыка-метадалагічны аспект) / В. В. Чэчат. – Мінск: Нацыянальны інстытут адукацыі, 1995. – 195 с.

6. Грымаць, А. А. Народная педагогіка беларусаў / А. А. Грымаць, Л. М. Варанецкая, У. В. Пашкевіч. – Мінск: wyd. У. М. Скакун, 1999. – 256 с.

7. Болбас, В. С. Принципы нравственного воспитания в народной педагогике белорусов / В. С. Болбас // Педагогика. – 2009. – № 10. – С. 86–95.

К содержанию

*Е. А. Совенок (В. С. Глинка)*

*Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина*

## **ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ОТРЯДА СОВЫ БРГУ ИМ. А. С. ПУШКИНА**

Волонтерское движение получило широкое распространение как в мире, так и у нас в Республике Беларусь. Одними из его представителей являются эковолонтеры. Они принимают участие в субботниках, высаживают различные растения, помогают утилизировать мусор, борются с лесными пожарами, спасают животных, проводят просветительскую работу [1]. Их деятельность идет в полном соответствии с задачами экологического воспитания обучающихся в Беларуси, которые направлены на формирование ценностного отношения к природе, навыков рационального природопользования и защиты окружающей среды [2].

В Брестском государственном университете имени А.С. Пушкина на факультете естествознания функционирует волонтерский экологический отряд «СОВЫ», которым руководит кандидат биологических наук Наталья Михайловна Матусевич. В его состав входят 23 студента, обучающихся по специальностям «Биология», «Биоэкология», «Биология и химия». В содержании работы отряда наибольший приоритет отдается экологическому воспитанию, о чем говорит преобладание мероприятий данной направленности в 2023/2024 уч.г. Так, в республиканских акциях «Неделя леса» и «Чистый лес» волонтеры убирали мусор и благоустраивали места массового отдыха. К Международному дню леса (в рамках «Недели леса») с работниками лесничества они занимались высадкой саженцев сосны и березы.

Участники акции «Друзья наши меньшие» приносили корм для собак и кошек, в дальнейшем он был передан на «Участок по отлову и содержанию безнадзорных животных». Ко Дню птиц был организован бердвотчинг, в ходе которого в окрестностях МК «Брестская крепость-герой» и на экотропе «Дорога жизни» студенты ознакомились с местными видами птиц и проблемами их существования, вызванными производственной деятельностью человека. К Дню водных ресурсов и Дню

Земли были подготовлены агитационные плакаты, ко Дню памяти Чернобыльской трагедии – тематические стенгазеты. Круглый стол «Лекарственные растения» расширил кругозор студентов по вопросу применения растительного сырья в медицине разных стран. В университете был проведен сбор пластиковых крышечек.

Однако деятельность отряда не ограничивается исключительно экологической направленностью. Важное место в его работе занимает пропаганда здорового образа жизни. В рамках областного фестиваля волонтерских отрядов «Волонтерство – на благо общества» была организована утренняя зарядка «Молодежь выбирает ЗОЖ». Акция «Скажи нет наркотикам!» была проведена в формате круглого стола: студенты проанализировали статистические данные о распространении наркомании в мире, медицинские, психические и социальные последствия употребления наркотиков. Ко Дням борьбы со СПИДом и туберкулезом были сделаны тематические стенгазеты.

Ряд мероприятий экологического отряда был направлен на поддержку нуждающихся в помощи различных категорий населения. Например, средства, вырученные от продажи выпечки и открыток на благотворительной акции «Рождественское тепло», были адресованы ветеранам труда. Состоялось совместное мероприятие студентов-волонтеров и Белорусского Красного Креста для людей с ограниченными возможностями отделений дневного пребывания ГУО «ТЦСОН Московского района г. Бреста». С целью профилактики суицидоопасного поведения среди обучающейся молодежи был создан фотоальбом «Жизнь на позитиве».

В большей степени раскрыть воспитательный потенциал экологического отряда СОВы позволило анкетирование, которое состоялось в июне 2024 г. В нем приняли участие 23 студента, задействованных в его работе. Среди ответов на вопрос «В чем для Вас заключается главное значение участия в работе экологического отряда СОВы?» преобладал – его дали 12 человек – «просто очень люблю природу». Близким к нему по смыслу является ответ «люблю везде наводить чистоту, в том числе в окружающей среде» (5 чел.). Четверых студентов в отряде СОВы привлекает прежде всего очень комфортная психологическая атмосфера, хороший коллектив. Для двух респондентов на первом месте оказалась романтика, возможность вырваться из рутинных будней, сменить обстановку.

В рамках анкетирования студентам также было предложено выделить качества (максимум пять), формированию которых наиболее способствовало их участие в деятельности отряда СОВы. В первую очередь участники анкетирования выделили любовь к природе (15 ответов)

и взаимопомощь (12). Далее были названы такие качества, как взаимоуважение (8), бескорыстие, отзывчивость, коммуникабельность (все три – по 7 ответов), доброта (6), доверие, трудолюбие, любовь к Родине (все – по 5 ответов), милосердие, уважение к старшим, спокойствие (по 4 ответа). Респонденты упоминали и другие положительные черты. Следует отметить, что никто из студентов не назвал отрицательных качеств.

Таким образом, у большинства опрошенных в содержании работы отряда доминировала его непосредственная связь с природой. В то же время деятельность отряда СОВы свидетельствует о наличии условий воплощения на практике духовно-нравственного потенциала студентов, возможности их самореализации в процессе обучения на факультете естествознания.

#### Список литературы

1. Кто такие экологические волонтеры? // РИА Новости [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://sn.ria.ru/amp/20180605/1522099435.html>. – Дата доступа: 03.06.2024.

2. Программа непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи на 2021–2025 гг. // Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.brsu.by/sites/default/files/ovr/programma\\_nepreryvnogo\\_vospitaniya\\_21-25\\_0.pdf](https://www.brsu.by/sites/default/files/ovr/programma_nepreryvnogo_vospitaniya_21-25_0.pdf). – Дата доступа: 03.06.2024.

К содержанию

*Н. В. Сымоник (Т. В. Васильева)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ПРОБЛЕМА ЧУВСТВА ВЗРОСЛОСТИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

На сегодняшний день переживание человеком подросткового возраста входит в число самых сложных периодов в жизни, так как данный возраст является промежуточным между детством и взрослой самостоятельной жизнью. Также данный этап характеризуется коренными изменениями в физической, социальной и эмоциональной сфере жизнедеятельности. При этом положение подростков в социуме характеризуется своеобразной маргинальностью: взрослые воспринимают подростков как детей, а подростки идентифицируют себя как взрослых и претендуют на соответствующее отношение к себе, отрываясь от мира детства, но не имея достаточных психологических и социальных ресурсов

взять на себя ответственность за свою жизнь и оставаясь в зависимости от опеки взрослых. В этой связи формируется проблема развития и функционирования личности в подростковом возрасте. Изучением данной проблемы занимались такие ученые как А. Н. Леонтьев, Д. Б. Эльконин, И. С. Кон, Л. И. Божович, Т. В. Драгунова.

Одним первых обратил внимание на связь роли деятельности и развития личности подростка А. Н. Леонтьев. Он полагал, что для того, чтобы подростку понять собственную роль в обществе ему необходимо активно участвовать в различных видах деятельности. Также, согласно взглядам А. Н. Леонтьева, коллективная деятельность способствует развитию навыков социального взаимодействия с окружающими [1].

Д. Б. Эльконин отмечал в своей книге, что чувство взрослости находит выражение в формировании у подростков потребности участвовать во взрослых делах и в целом занимать позицию взрослого. Также неоднократно подчеркивал, что данная потребность реализовывалась также через осознание себя как взрослого и вытекающее из этого стремление к относительной автономности и независимости от родителей [2]. Д. И. Фельдштейн отметил важность вовлечения подростков в общественные дела, так как это способствует формированию самосознания.

Исследованием психологической и социальной стороны взросления занимался И. С. Кон. Он считал, что на формирование чувства взрослости у подростков оказывает влияние желание освоить новые для них роли и функции в обществе такие как профессиональная деятельность и романтические отношения, к примеру. Подросток, согласно идеям И.С. Кона, имеет стремление к самовыражению и автономности, что в свою очередь может приводить к возникновению конфликтов с семьей, друзьями [3].

Л. И. Божович обозначила чувство взрослости как подростковое стремление к личностной и социальной идентичности, которое выражалось в желании определить свое место в обществе, понять собственные цели и ценности. Также она отмечала, что социальное окружение, его влияние и влияние сверстников непосредственно отражаются на чувстве взрослости подростка [4].

Б. Д. Элькониным и Т. В. Драгуновой была разработана модель структуры чувства взрослости. В результате совместной работы были выделены следующие виды чувства взрослости: социальная взрослость (понимание и выполнение социальных ролей и обязанностей), инструментальная взрослость (умения и навыки для выполнения текущих задач и решения сложившихся проблем), личностная взрослость

(автономность, ответственность, эмоциональная зрелость), физическая зрелость (физическое здоровье и возможности) [5].

Таким образом, чувство взрослости у подростков является сложным феноменом, имеющим разнообразные формы проявления в поведении и жизнедеятельности подростков. Ввиду данных особенностей появляется потребность в изучении данной проблемы, а конкретно анализировать ключевые причины возникновения и их возможные последствия, что в дальнейшем позволит понять и поддержать подростков, также это поможет в создании условий, необходимых для более успешного перехода к взрослой жизни.

#### Список литературы

1. Леонтьев, А. Н. Проблемы развития психики / А. Н. Леонтьев – М.: НПФ «Смысл», 2020. – 526 с.
2. Эльконин, Д. Б. Введение в психологию развития (в традиции культурно-исторической теории Л. С. Выготского) / Д. Б. Эльконин – М. : Тривола, 1994. – 168 с.
3. Кон, И. С. Психология ранней юности / И. С. Кон – М. : Просвещение, 1989. – 254 с.
4. Божович, Л. И. Проблемы формирования личности / Л. И. Божович ; под ред. Д. И. Фельдштейна; Вступительная статья Д. И. Фельдштейна. – М. : Моск. психолого-социальный ин-т, Воронеж: НПО «МОДЭК», 2001. – 352 с.
5. Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков / Д. Б. Эльконин, Т. В. Драгунова ; под ред. Д. Б. Эльконина и Т. В. Драгуновой. – М. : Просвещение, 1967. – 360 с.

К содержанию

***С. В. Сычева (Н. В. Былинская)***  
***Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина***

### **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗАВИСТИ У ЛЮДЕЙ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА**

При рассмотрении феномена зависти можно отметить, что данная проблема имеет междисциплинарный характер, поскольку рассматривается в различных областях науки: психологии, социологии, философии и др. Аспектами изучения зависти психологи занялись относительно недавно. И если раньше зависть рассматривалась сугубо как деструктивное

начало, элементарное негативное переживание, то в наши дни ученые выделяют и конструктивную составляющую.

Цель настоящего исследования заключалась в изучении структуры и содержания социальных представлений о зависти у людей молодого возраста. Поскольку для изучения интересующего нас предмета нет стандартизированных методик, был выбран метод свободных ассоциаций. В исследовании принимали участие 68 респондентов в возрасте 17–20 лет и 33 респондента в возрасте 20–25 лет. Участникам эмпирического исследования было необходимо написать свои ассоциации на слово «зависть». Полученные данные обрабатывались посредством контент-анализа, для вторичной обработки был использован факторный анализ. Для удобства сравнительного анализа полученные в результате факторизации данные представлены в следующей таблице.

Таблица – Иерархическая структура представлений о зависти у людей молодого возраста

Фактор	Иерархическая структура представлений о зависти у лиц юношеского возраста	Иерархическая структура представлений о зависти в период ранней взрослости
1	<i>Неприятность</i> (общая дисперсия 8,3 %) образован шкалами: «брезгливость» (0,758); «досада» (0,728); «ложная дружба» (0,722); «зависимость» (0,719); «разочарование» (0,711); «стыд» (0,696); «травма» (0,692); «пренебрежение» (0,690); «гордыня» (0,532); «соперничество» (0,401).	<i>Лицемерие</i> (общая дисперсия – 12,5%) образован следующими шкалами: «самообман» (0,999); «смущение» (0,999); «самоподдержка» (0,999); «подражательство» (0,999); «отрицание» (0,999); «маска» (0,999); «саможаление» (0,999); «язвление» (0,999), «срывание» (0,702).
2	<i>Предмет зависти</i> (общая дисперсия 7,2 %) образован шкалами: «фильм» (0,983); «должность» (0,719); «внешность» (0,714); «отсутствие у животных» (0,694); «семья» (0,693); «слава» (0,690);	<i>Кризис</i> (общая дисперсия – 11,2%) образован такими шкалами как: «раздражение» (0,999); «туманное восприятие» (0,999); «обесценивание» (0,999); «личностное разложение» (0,999); «напряжение» (0,999);

	«достижение» (0,535); «желание» (0,465); «белая» (0,408)	«сравнение» (0,999); «дезориентация» (0,999); «подрыв ценностей» (0,999); «продуктивность» (0,999); «дезадаптация» (0,999)
3	<i>Лицемерие</i> (общая дисперсия 6,7 %) образован дескрипторами: «гниль» (0,825); «притворство» (0,825); «скверность» (0,712); «зеркало» (0,689); «трудность» (0,686); «завистник» (0,684)	<i>Самодостаточность</i> (общая дисперсия – 6,9%) образован следующими дескрипторами: «свобода» (0,997); «здоровье» (0,997); «независимость» (0,997); «недвижимость» (0,997); «деньги» (0,997); «красный» (0,700).
4	<i>Внутренняя борьба</i> (общая дисперсия 6,6 %) образован шкалами: «ярость» (0,987); «скованность» (0,987); «неискренность» (0,987)	<i>Яд</i> (общая дисперсия – 5,9%) образуют такие шкалы как: «жаба» (0,997); «тьма» (0,997); «кислая» (0,997); «ядовитая» (0,997); «токсичная» (0,997).
5	<i>Высокомерие</i> (общая дисперсия 6,1 %) образован шкалами: «невежество» (0,992); «высокомерие» (0,992); «заблуждение» (0,708); «поражение» (0,708); «насмешки» (0,598); «человек» (0,592); «глупость» (0,578); «жалость» (0,518); «несправедливость» (0,510); «разговоры за спиной» (0,456)	<i>Предмет зависти</i> (общая дисперсия – 5,6%) образован шкалами: «высокий интеллект» (0,997); «потворствующие родители» (0,997); «отношения» (0,997); «подарки» (0,997); «удача» (0,701).
6	<i>Отчаяние</i> (общая дисперсия 5,5 %) образован шкалами: «бездействие» (0,990); «непослушание» (0,730); «грубость» (0,725); «бедность» (0,720); «радость» (0,706);	<i>Интерес</i> (общая дисперсия – 5,4%) составляют следующие дескрипторы: «направленность» (0,994); «побуждения» (0,994); «доброжелательность» (0,712).

	«разрушение» (0,704); «боль» (0,591)	
7	<i>Беспомощность</i> (общая дисперсия 5,1 %) образован шкалами: «отвержение» (0,739); «копия» (0,717); «вред» (0,700); «корысть» (0,629); «зеленый цвет» (0,622); «ревность» (0,451)	<i>Неприязнь</i> (общая дисперсия – 5%) включает в себя такие шкалы как: «злорадство» (0,997); «сглаз» (0,997); «осуждение» (0,997); «презрение» (0,703)

Анализ эмпирических данных, представленных в таблице, позволил сделать следующие основные выводы. Феномен зависти в представлениях молодых людей носит преимущественно негативный характер, о чем свидетельствуют шкалы-характеристики, образующие факторы. Явно выраженное негативное отношение к зависти может выражаться во внешне наблюдаемом поведении, во внутреннем переживании, а также как своеобразная борьба с самим собой для переориентировки сознания на позитивные аспекты. Такое противоборство можно объяснить давлением «Супер-Эго» личности на «Эго», поскольку зависть сама по себе является социально неприемлемой и преимущественно характерна для «Ид», которое хочет удовлетворить все свои потребности и желания. Шкалы-характеристики «личностное разложение», «дезориентация» и «подрыв ценностей» указывают на глубинные деструктивные изменения личности. Это говорит о возможности разочарования завистника в своих убеждениях, что определенно найдет свое отражение в его поведении. Особое место занимает фактор «Лицемерие», которое проявляется при общении с объектом зависти, о чем свидетельствуют шкалы «маска», «подражательство», «доброжелательность». Присутствие в структуре представлений фактора «Предмет зависти» свидетельствует о том, что на чувство зависти связано со значимостью предмета зависти и наличием желаемого блага, даже при условии, что самому завистнику оно не нужно. В конструкте «Самодостаточность объекта» перечислены различные предметы зависти, в том числе такое качество как «независимость». В данном случае можно говорить не только о материальной независимости субъекта, но и о внутренней, связанной со свободой и независимостью от чужого мнения. Общие факторы «Лицемерие», «Предмет зависти», «Неприязнь», зафиксированные в ходе исследования структуры и содержания социальных представлений о зависти, свидетельствуют о схожести понимания респондентами обсуждаемого феномена. Содержание

специфических конструкторов указывают на уникальность социальных представлений о зависти, обусловленную различием в ментальности, картине мира и прошлом опыте.

К содержанию

*К. В. Тварановіч (Г. В. Жук)  
Брэст, БрДУ імя А.С. Пушкіна*

## **УПЛЫЎ ГАРАДСКІХ ПАЛІТЫК НА ПСІХІКУ ЧАЛАВЕКА**

XXI стагоддзе – час, калі наш свет стае ўсе больш урбанізаваным. Па дадзеных ААН больш за палову насельніцтва Зямлі ўжо жыве ў гарадах і па прагнозах да 2030 года адсотак гарадскога насельніцтва дасягне 60 %. Тэма ўплыву гарадскіх палітык на псіхіку чалавека з'яўляецца цікавай і актуальнай для псіхалагічных даследаванняў, аднак ступень вывучанасці яе вельмі мала.

Гарадская палітыка – вось, што вызначае, як будучы выглядзе гарады. Агульна прынятага азначэння тэрміна «гарадская палітыка» не існуе ў сучасным навуковым полі. Агульны шматмоўны экалагічны тэзаўрус падае наступнае азначэнне гарадской палітыкі: праграма мерапрыемстваў, прынятая і рэалізуючая ўрадам, бізнэсам або іншай арганізацыяй, якая накіравана на паляпшэнне і развіццё гарадоў за кошт планавання землекарыстання, кіравання воднымі рэсурсамі, цэнтральнага гарадскога развіцця, аховы правапарадку, кантролю экалагічнага становішча [1].

Для разгляду ўплыву гарадскіх палітык на псіхіку варта вылучыць некалькі сфер: экалагічную, транспартную, сацыяльную, рэкламу, гарадское планаванне і дызайн.

Уплыў экалагічнай гарадской палітыкі на псіхіку абумоўлены ўсталяваннем адпаведных нормаў і забеспячэннем іх прытрымкі. Агулам тэма ўплыву экалагічнага становішча на чалавека добра прапрацавана. Напрыклад, пра павышэнне магчымасці развіцця растройстваў псіхікі і паводзін з-за цяжкіх металаў у адпаведных канцэнтрацыях даўно вядома, але пры гэтым у розных рэгіёнах свету ўстаноўлены свае нормы ПДК або, што больш характэрна для слаба развітых краін, увогуле адсутнічаюць. Таксама існуюць праблемы з кантролем прытрымкі гэтых нормаў.

Уплыў транспартнай сферы галоўным чынам абумоўлены арганізацыяй транспартнай сістэмы. Добра арганізаваная транспартная сістэма можа станоўча ўплываць на псіхічнае здароўе, забяспечваючы доступ да адукацыі, працы і сацыяльнай узаемадзеі. Аднак, працяглы час,

праведзены ў дарозе, звязаны з пагаршэннем якасці сну і павышэннем ўзроўню стрэсу, што можа правакаваць развіццё псіхічных хвароб. У тэме транспарту таксама можна ўгадаць важнасць вокнаў у грамадскім транспарце. Па меркаванні некаторых навукоўцаў, магчымасць назіраць за наваколлем за межамі салону зніжае ўзровень трывожнасці ў пасажыраў і дапамагае перанесці паездку ў грамадскім транспарце з меншым дыскамфортам [2].

Негатыўны ўплыў сацыяльнай палітыкі звязаны з няроўнасцю ў горадзе. Сегрэгацыі ў тым выглядзе, у якім яна існавала ў XX стагоддзі, у большасці сучасных гарадоў няма, але заўважны падзел паміж беднымі і заможнымі гараджанамі. Часта ён праяўляецца ў агароджах, якія будуюцца вакол жыллевых комплексаў. Акрамя эканамічнага цяжару, што прымушае людзей нерваваць, фізічнае аддзяленне ад больш паспяховага слою насельніцтва можа фармаваць пачуццё не паўнаважнасці і спрыяць агульнай прыгнечанасці. Добрай падтрымкай бедных слаеў насельніцтва могуць стаць інвестыцыі ў грамадскія праекты.

Гарадская рэклама мае самы вялікі ўплыў на псіхіку, бо, у адрозненні ад іншых сфер, яна непасрэдна накіравана на ўзаемадзею з чалавекам і адбываецца праз візуал, гук, пах і тэкстуры. Калі ў горадзе няма правіл датычных рэкламнага афармлення і дызайн-коду, хутчэй за ўсё рэклама будзе празмерна ціснуць на людзей павышаючы ўзровень стрэсу.

Гарадское планаванне і дызайн – сфера, ад якой у асноўным залежыць наколькі эстэтычнай і прываблівай можа быць гарадская прастора. Тут можна адзначыць добры ўплыў якасных грамадскіх і зяленых зон. Негатыўны ўплыў робяць прасторы, што ўспрымаюцца намі як варожыя. Такія прасторы звычайна не адпавядаюць чалавечаму маштабу і маюць у сабе гамагенныя і агрэсіўныя палі.

Такім чынам, ёсць шмат каналаў, праз якія адбываецца ўплыў гарадскога асяроддзя на чалавека, а тое, якім яно будзе, залежыць ад адпаведнай гарадской палітыкі. Таму мае сэнс казаць пра ўплыў палітыкі на псіхіку чалавека. Тэма ўплыву гарадскога асяроддзя на чалавека зараз бурна развіваецца. Рэзультаты даследванняў у гэтым кірунку выкарыстоўваюцца як падмурак для стварэння новых гарадскіх палітык, таму ў бліжэйшы час можна чакаць з'яўлення ўсе большай колькасці работ, што будуць вывучаць уплыў новаўвядзенняў і параўноўваць працэсы і рэзультаты новых гарадскіх палітык у гарадах.

#### Спіс літаратуры:

1. General Multilingual Environmental Thesaurus [Электронны рэсурс]. – Рэжым доступу: <https://www.eionet.europa.eu/gemet/en/concept/8832>
2. Монтгомери, Ч. Счастливый город : как городское планирование

меняет нашу жизнь: перевод с английского / Ч. Монтомери. – Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2019. – 365 с.

К содержанию

*Д. А. Томашук (Н. С. Зубарева)*  
*Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **РАЗВИТИЕ УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

Учебная мотивация играет важную роль в обучении и развитии детей. В младшем школьном возрасте начинает формироваться интерес, стремление к получению новых знаний. Развитие учебной мотивации у младших школьников, является важным аспектом образовательного процесса, который влияет на их успехи в учебе, желание активно участвовать в занятиях и формированию положительного отношения к обучению.

Выявление характера учебной мотивации и смысла учения для школьника в каждом конкретном случае, играет решающую роль в определении учителем мер педагогического воздействия. Смысл учения для каждого ученика определяется системой его идеалов, которые он заимствует из своего окружения. Благодаря этому у ребенка складываются определенные представления об учебной деятельности. Однако в ходе обучения эти представления могут значительно меняться.

Младший школьный возраст – это ключевой период в жизни ребенка, когда формируются не только базовые навыки и знания, но и внутренние установки, которые будут определять его отношение к обучению и развитию. Важным аспектом этого процесса является мотивация, которая играет центральную роль в достижении успеха в учебной деятельности. Мотивация – это процесс, который побуждает человека к действию, направленному на достижение определенной цели.

Мотивация может быть внешней и внутренней. Внешняя мотивация связана с факторами, которые находятся вне самого процесса обучения. К ней можно отнести оценки, призы за какие-либо достижения, признание со стороны учителя или родителей, одобрение сверстников, сравнение результатов с другими учениками, боязнь плохих оценок, давление со стороны учителя или родителей. Внутренняя мотивация основана на личных интересах, потребностях и желаниях ученика. К ней можно отнести интерес к предмету, желание улучшить свои знания, удовлетворение от процесса обучения, стремление задавать вопросы и

искать ответы. Обе формы мотивации играют важную роль в учебном процессе. Внешняя мотивация может служить начальным стимулом для обучения, но внутренняя мотивация способствует более глубокому усвоению знаний и формированию устойчивых навыков.

Дети стремятся учиться, когда им интересно то, что они изучают. Учителя могут использовать игровые методы, проекты и практические задания, чтобы сделать уроки более увлекательными. Похвала и конструктивная обратная связь от родителей и учителей имеют большое значение. Важно, чтобы дети чувствовали, что их усилия замечают и ценят. Формирование у детей уверенности в своих силах и способности достигать целей способствует росту мотивации. Общение с одноклассниками и дружеские отношения также влияют на мотивацию. Дети охотнее учатся в атмосфере поддержки и сотрудничества.

Методы развития мотивации:

1. Игровые технологии: использование игр в образовательном процессе помогает сделать обучение более привлекательным. Игры развивают не только интерес, но и навыки командной работы, коммуникации и критического мышления.

2. Проектная деятельность: реализация проектов позволяет детям увидеть практическое применение знаний и развить ответственность за результат. Это также способствует развитию креативности и самостоятельности.

3. Индивидуальный подход: каждый ребенок уникален, и важно учитывать его интересы и способности. Персонализированный подход в обучении способствует повышению мотивации и вовлеченности в учебный процесс.

4. Создание комфортной учебной среды: обстановка, в которой проходит обучение, должна быть дружелюбной и поддерживающей. Это включает в себя как физическое пространство, так и эмоциональный климат в классе.

Развитие мотивации в младшем школьном возрасте – это важная задача для родителей и учителей. Создание условий, способствующих интересу к учебе, поддержка и поощрение детей, а также использование разнообразных методов обучения помогут формировать у них положительное отношение к знаниям и стремление к саморазвитию. В результате, высоко мотивированные ученики становятся не только успешными в учебе, но и готовыми к преодолению жизненных трудностей.

## Список литературы

1. Иванова, Н. А. Формирование мотивации к учебной деятельности у младших школьников / Н. А. Иванова, О. В. Бахтина // Известия ВГПУ. – 2007. – № 1. – С. 21–25.

К содержанию

*В. А. Трубчик (О. В. Чумакова)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **АГРЕССИВНОСТЬ И СОЗАВИСИМОСТЬ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Проблема агрессивности и созависимости у молодёжи является актуальной и значимой в современном обществе. В условиях быстрого прогресса технологий, изменений в социальных структурах и нормах, а также увеличение стрессовых ситуаций в повседневной жизни юношей и девушек возникают психологические и социальные вызовы, которые могут привести к проявлению агрессивного и созависимого поведения. Изучение этих явлений позволит разработать эффективные стратегии работы с молодежью и предотвратить возможные негативные последствия их проявления.

Агрессивное поведение – результат влияния биологических и социальных предпосылок развития данного конкретного индивида в данных конкретных условиях.

Проблема агрессии и агрессивности уже долгое время является одной из центральных в социальной психологии. Неслучайно в большинстве современных зарубежных учебников по социальной психологии содержится глава, посвященная данной теме. Существует большое количество исследований, в которых изучаются причины агрессии, закономерности формирования и проявления агрессивного поведения и т.п. Тем не менее, большинство поставленных вопросов еще далеки от окончательного решения: до сих пор нет общепризнанной теории агрессии, и, что самое главное, - не решен вопрос о том, возможно ли предупреждать (или хотя бы снижать) агрессивное поведение.

Агрессия настолько широкое понятие, что она может быть вызвана самыми разнообразными причинами. Попытаемся выделить основные:

1. Злоупотребление алкоголем и наркотическими средствами.
2. Проблемы в личной жизни.
3. Детские психические травмы.
4. Увлечение просмотром триллеров и квест-играми.

## 5. Отказ от отдыха, недосыпание.

Ряд исследований связывают агрессивность с низким уровнем, в организме человека, серотонина, а другие – с действием внешних стрессоров или моделирования поведения человека.

Термин «созависимость» введен в 1970-е годы и в основном ассоциируется с членами семьи, которые зависимы от алкоголя. В современном мире понятие созависимости широко применяется для описания отношений, в которых одна сторона становится чрезмерно зависимой от другой, зачастую в ущерб своими собственными потребностями и интересами. Созависимость проявляется в различных областях жизни: от межличностных взаимоотношений до профессиональной деятельности. Люди, страдающие от созависимости, очень часто испытывают чувство неполноценности и беспомощности. Они могут быть излишне преданными или жертвенными в отношении, стремясь удовлетворить нужды других перед своими собственными.

Причины созависимости очень разнообразны: семейные проблемы, низкая самооценка, негативный опыт, а также наследственность. Ещё важно отметить, что созависимость часто возникает в токсичных отношениях, где одна сторона управляет и манипулирует другой.

В период юношеского возраста проявление агрессивности и созависимости может иметь свои характерные черты, обусловленные интенсивными изменениями в физиологии, психике и социальной сфере.

В контексте современного общества юноши часто подвергаются воздействию различных факторов, способствующих агрессивности. Это может быть негативное воздействие социальных сетей, медиа и интернета, где пропагандируются насилие и жестокость. Социальные нормы и ожидания, связанные с мужественностью и силой, могут побуждать юношей к агрессивному поведению, чтобы утвердить свой статус и признание в группе.

Юношеская созависимость также может иметь свои особенности. Молодежь может чувствовать сильную зависимость от родителей, сверстников или партнеров, чувствуя, что они должны удовлетворять свои потребности и желания даже за свой счет. Это проявляется в чрезмерно покорном поведении, страхе потерять близких или неспособности принимать собственные решения и инициативы.

Одной из причин психологического состояния в юношеском возрасте является плохая семейная обстановка, где родители могут быть алкоголиками, наркоманами или страдать психологическими проблемами. Молодые люди в таких семьях вынуждены заботиться о своих родителях или младших братьях и сестрах, теряют собственную идентичность и интересы.

Юношеское проявление агрессивности и созависимости требуют тщательного изучения и эффективных стратегий преодоления. Важно знать благоприятную среду для развития и проявления молодыми людьми своего потенциала, а также при необходимости получить поддержку и помощь специалистов. Психологическое консультирование, групповая терапия, обучение управлению эмоциями и навыками общения, а также социальная поддержка и участие в деятельности и хобби, которые способствуют повышению самооценки и самоэффективности, могут быть эффективными в решении этих проблем.

Для понимания специфики этих явлений в данном возрасте было проведено исследование с использованием трех методик для измерения агрессивности и созависимости у юношей и девушек. Выборка представляет собой группу девушек и молодых людей (30 человек – 15 мужского пола, 15 женского пола).

Результаты исследования показали, что средняя степень выраженности агрессивности присуща пятой части опрошенных, при этом большинство представителей юношеского возраста характеризуются как агрессивные в низкой степени. Среднюю степень созависимости имеет примерно четвертая часть испытуемых, а низкая характерна для довольно значительной доли среди опрошенных. Доминирующая часть среди респондентов принадлежит к нормативному рангу, а умеренно выраженная встречается ориентировочно у пятой доли.

Проанализировав результаты исследования, мы можем предположить, что существует взаимосвязь между агрессивностью и созависимостью в юношеском возрасте. Анализ данных указывает на то, что созависимость является скорее мало распространенным явлением среди юношей и девушек. Однако есть респонденты с умеренно выраженным вариантом ее проявления либо же средней степенью.

В заключении можно отметить, что понимание агрессивности и созависимости в контексте юношеского возраста имеет важное значение для разработки эффективных стратегий воспитания и поддержки юношей. Психологическая помощь, консультации и тренинги по управлению эмоциями и отношениями могут помочь юношам эффективно справляться с агрессивностью и созависимостью и развивать здоровые психологические механизмы регуляции поведения и отношений.

К содержанию

*М. В. Цанда (А. В. Даниленко)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **САМООЦЕНКА ЛИЧНОСТИ И УРОВЕНЬ ТРЕВОЖНОСТИ У ЛИЦ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ УДОВОЛЕТВОРЕННОСТИ ЖИЗНЬЮ**

Самооценка является важным элементом личности, она состоит из личностных смыслов и ценностей человека. Самооценка влияет на различные сферы деятельности человека: на отношения с другими людьми, на его поведение, деятельность и развитие личности. На основе самооценки личность оценивает собственные успехи, ставит цели. В отечественной психологии изучением самооценки занимались С. Л. Рубинштейн, А. В. Брушлинский, И. Н. Семенов, А. М. Матюшкин. Самооценка в рамках практической деятельности рассматривалась Б. Г. Ананьевым, Л. И. Божович, И. И. Чесноковой. В настоящее время тема самооценки является достаточно актуальной. Так как самооценка влияет на достижение целей, совершенствование личности, активность человека, а так же на способность личности брать на себя ответственность за свою жизнь.

Охарактеризовать самооценку можно по трем критериям:

1. Уровень (высокая, средняя, низкая).
2. Соотношение с реальной ситуацией (адекватная, неадекватная).
3. По отношению к себе (завышенная, заниженная).

Слишком низкая или слишком высокая самооценка могут приводить к внутренним конфликтам личности. Адекватная и высокая самооценка является важным критерием к достижению успеха в жизни. Так как данные личности стремятся к успеху, мотивированы на него, активно действуют и выбирают действия, которые приводят к успеху. Человек с завышенной самооценкой обычно хочет казаться лучше, чем он есть на самом деле, он не воспринимает критику. Личность с заниженной самооценкой не уверена в себе, считает, что все лучше и сильнее, считает себя виноватым во всем. Кроме того человек с заниженной самооценкой уменьшает свои возможности. В результате всего этого человек с заниженной самооценкой не реализует весь свой потенциал.

Тревожность – устойчивое свойство личности, которое характеризуется эмоциональным дискомфортом, который связан с ожиданием неблагоприятных событий. Изучением тревожности занимались З. Фрейд, Р. Кэттел, Ч. Спилбегер, Ю. Л. Ханин, А. Адлер, К. Хорни. К. Хорни считала, что тревожность является обязательной характеристикой психики, этиологию тревожности она видела в отсутствии чувства безопасности в

межличностных отношениях. В современной психологии тревога рассматривается как эмоциональная реакция, причины которой не установлены. При тревожности эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию значительно выше объективной опасности. Высокотревожные люди лучше справляются с легкими задачами, но тяжело реагируют на неудачи, а так же сокращение времени на выполнение задачи. Люди с низким уровнем тревожности лучше справляются со сложными задачами, а также легче переносят неудачи.

Удовлетворенность жизнью – динамическая характеристика личности, которая проявляется в обобщенном чувстве удачной или неудачной жизни, а также является важным показателем личностных достижений. Удовлетворенность жизнью изучали: Н. В. Куликов, Н. В. Андрееenkova, П. С. Гуревич, С. Миллер.

Удовлетворенность жизнью чаще рассматривается в рамках психологии счастья. Разные ученые закладывают в термин удовлетворенности жизнью различные критерии. К примеру, С. Миллер включает сюда состояние здоровья, семейное благополучие, уровень дохода, уровень социальной и физической активности. М. Чиксентмихайи считал, что удовлетворенность человека зависит не от результата, а от оптимального переживания, которое испытывает человек при выполнении этой деятельности. Таким образом, удовлетворенность жизнью – многомерная, комплексная, сложная характеристика, которая включает в себя множество критериев.

Исходя из всего выше изложенного, можем выдвинуть гипотезу, что удовлетворенность жизнью будет выше у личности с высоким уровнем самооценки, а так же низким уровнем тревожности.

#### Список литературы

1. Мещеряков, Б. Г. Большой психологический словарь / Б. Г. Мещеряков, В. П. Зинченко. – СПб. : Прайм-Еврознак. – 2002. – 632 с.
2. Хорни, К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ / К. Хорни. – М. : Айрис-пресс. – 2004. – 464 с.
3. Андрееenkova, Н. В. Сравнительный анализ удовлетворенности жизнью и определяющих ее факторов / Н. В. Андрееenkova // Мониторинг общественного мнения. – 2010. – № 5 (99). – С. 189–215.

К содержанию

*В. Ю. Царикевич (Т. В. Васильева)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ПРОБЛЕМА ЧУВСТВА ОДИНОЧЕСТВА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Юношеский возраст – важный этап жизни, характеризующийся интенсивными изменениями и поиском личности своего места в мире. В этот период одиночество может оказать существенное влияние на развитие личности и эмоциональное состояние молодого человека.

Юношеский возраст характеризуется важными психологическими изменениями, которые существенно влияют на переживание одиночества. Именно в этот период происходит формирование идентичности. Молодые люди находятся в стадии активного поиска своего «Я» и самопознания. С. Г. Корчагина отмечает, что в этот период молодые люди особенно уязвимы к чувству одиночества из-за неуверенности в себе и своей социальной роли, поскольку важным аспектом юношеского возраста является стремление к одобрению и признанию со стороны общества. Отсутствие этого признания может усилить чувство одиночества и социальной изоляции.

На переживание одиночества у юношей влияют личностные, социальные и ситуационные факторы. К личностным факторам можно отнести акцентуации характера. Например, С. Г. Корчагина указывает, что акцентуации характера играют значительную роль в восприятии одиночества. Сенситивные и дистимные личности более склонны к глубоким переживаниям одиночества, в то время как гипертимные личности, наоборот, менее подвержены этому чувству. Эмоциональная регуляция, способность управлять своими эмоциями также играют ключевую роль в преодолении одиночества. Молодые люди с развитой эмоциональной регуляцией легче справляются с этим состоянием и находят способы его преодоления [1].

К социальным факторам можно отнести семейные отношения, отношения со сверстниками и т.д. Поддержка и понимание со стороны семьи являются важными факторами, снижающими уровень одиночества. С. Г. Корчагина подчеркивает, что конфликтные или отстраненные отношения с родителями усиливают чувство изоляции. Качество отношений с ровесниками также сильно влияет на переживание одиночества. Дружеские связи и позитивные взаимодействия со сверстниками помогают снизить уровень одиночества, тогда как социальная изоляция или буллинг усиливают его. Наличие поддерживающих взрослых, таких как учителя или преподаватели,

оказывает значительное влияние на эмоциональное благополучие юношей. Социальная поддержка помогает справляться с трудностями и уменьшает чувство одиночества.

К ситуационным факторам, влияющим на одиночество, можно отнести различные сложные периоды и события. Переходы, такие как поступление, смена образовательного учреждения или работы, могут вызывать временное чувство одиночества из-за необходимости адаптации к новой социальной среде. Такие события, как потеря близкого человека или семейные проблемы, также могут усиливать чувство одиночества и потребовать дополнительной поддержки. Общественные изменения, например, урбанизация или рост использования цифровых технологий, тоже могут влиять на переживание одиночества. В современном обществе многие молодые люди ощущают себя более изолированными из-за недостатка личных контактов и общения.

Одиночество может иметь как негативные, так и позитивные последствия для развития личности. Негативные связаны с психическим здоровьем, так как хроническое одиночество связано с повышенным риском развития депрессии, тревожных расстройств и других психических проблем. Также постоянное чувство одиночества может привести к еще большему отчуждению и социальной изоляции, создавая замкнутый круг негативных переживаний. Переживание одиночества может отрицательно сказываться на учебной успеваемости и мотивации, приводя к ухудшению академических результатов. Несмотря на негативные аспекты, одиночество может иметь и положительные стороны. Например, время, проведенное в уединении, может способствовать глубокому самопознанию и развитию личностных качеств. Одиночество может стимулировать творческое мышление и креативность, позволяя молодым людям развивать свои таланты и способности. Переживание одиночества может способствовать развитию независимости и самостоятельности, помогая юношам стать более уверенными и самостоятельными.

Таким образом, чувство одиночества в юношеском возрасте является многозначным и многоаспектным феноменом, изучение которого позволит оказывать своевременную психолого-педагогическую поддержку молодым людям при переживании ими кризисных моментов жизни и психологическую помощь тем из них, для кого это чувство становится психологической проблемой.

#### Список литературы

1. Корчагина, С. Г. Психология одиночества : учеб. пособие / С. Г. Корчагина – М. : Моск. психолого-социальный ин-т, 2008. – 228 с.

К содержанию

*Н. Н. Цыкман (В. Ю. Москалюк)  
Барановичи, БарГУ*

## **ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ ПОДРОСТКОВ, СКЛОННЫХ К ДЕВИАНТНОМУ ПОВЕДЕНИЮ**

Девиантное поведение в настоящем исследовании будет рассматриваться как устойчивая форма поведения индивида, которая реализуется посредством отрицания общепринятых социальных норм и правил. Девиантное поведение подростков рассматривается, во-первых, как показатель сложной социально-экономической ситуации в стране, во-вторых, как недостаток профилактической работы в воспитательной сфере.

Подростковый возраст – это период онтогенетического развития личности между детством и юностью, обозначающий завершение детства. В возрастной периодизации принятой Д. Б. Элькониным, хронологически этот период приходится на следующие года: от 10–11 до 14–15 лет, что соответствует обучению в 5-8(9)-х классах общеобразовательной школы. Происходят изменения во многих сферах жизнедеятельности: физиологическом функционировании организма; характере взаимоотношений со сверстниками и взрослыми; познавательных интересах, мышлении, интеллекте, способностях [1]. Учебная деятельность продолжает занимать большую часть времени и внимания, но уходит на второй план, уступая место ведущей для развития личности деятельности – общению со сверстниками, интимно-личностному, достаточно откровенному, на разные, самые острые и деликатные темы. Отношения со сверстниками определяют характер духовного развития, переходят в более разнообразные и глубокие интимно-личностные сферы, становятся основой для совместной деятельности и обсуждения смысложизненных и ценностно-содержательных вопросов. Одновременно выделяют основное противоречие возраста: стремление к признанию своей личности взрослыми при невозможности самоутверждения во их среде [1].

Чувство взрослости, являющееся центральным новообразованием возраста, связано с ценностными ориентациями подростков. По словам А. Н. Леонтьева: «ценности каждого человека – это целый мир: сложный, динамичный, противоречивый, где каждый человек относится к фактам своего бытия дифференцированно и оценивает факты своей жизни по их значимости, реализует ценностное отношение к миру» [2, с. 190]. Таким образом, основу для будущей личности составляют именно ценностные ориентации, определявшие ее будущий жизненный путь. Мы

проанализировали несколько актуальных статей, тождественных избранной теме.

Среди девиаций у подростков преобладает низкий волевой контроль эмоциональных реакций, склонность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению, к нарушению норм и правил, к агрессии и насилию. Так, А. В. Орешковой и Я. В. Макарчук проведено исследование, направленное на сравнительный анализ ценностных ориентаций подростков, склонных и не склонных к девиациям поведения. Исследование ценностных ориентаций подростков с девиантным типом поведения показало следующее: они направлены на удовлетворение личностных потребностей; не стремятся к социальному одобрению, хотя их беспокоит мнение окружающих о них; ориентированы на прямое вознаграждение, агрессивны в достижении статуса, проявляют властность, раздражительность, тревожность, интровертированность и склонность к соперничеству [3]. Они ориентированы на совместную деятельность, но часто в ущерб выполнению конкретных заданий или оказанию искренней помощи людям, зависимы от групп. Подростки с благополучным типом поведения стремятся проявлять интерес к окружающим: могут выслушать, активно участвуют в общении; стремятся реализовать себя в обществе, всячески пытаются угодить окружающим, в особенности значимым взрослым [3]. У. Б. Ульянова установила, что ценностные ориентации, направленные на познание, приобщение к красоте природы не коррелируют с девиантным поведением подростков. При этом такие ценностные ориентации как стремление к власти, агрессии, враждебности, повышенный интерес к учебной деятельности (стремление быть отличником, преуспеть по отдельным учебным дисциплинам) прямо коррелирует с девиантным типом поведения [4].

Девиантное поведение подростков продолжает быть одной из актуальных проблем современности. Такое поведение порождено кризисом ценностей, который наблюдается в современном обществе. И его следует изучать в целях построения психокоррекционных программ и тренингов по оптимизации ценностных ориентаций подростков с девиантным поведением.

#### Список литературы

1. Мандель, Б. Р. Возрастная психология: учеб. пособие / Б. Р. Мандель. – М. : ИНФРА-М, 2020. 3– 50 с.
2. Леонтьев, Д. А. Методика изучения ценностных ориентаций / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 1992. – 191 с.

3. Орешкова, А. В. Особенности развития ценностных ориентаций подростков с девиантным поведением / А. В. Орешкова // Аллея науки. 2021. – № 5. – С. 918–922.

4. Ульянова, Н. Б. Взаимосвязь ценностных ориентаций и склонностей к девиантному поведению у подростков / Н. Б. Ульянова // Педагогическое образование на Алтае. – 2019. – № 1. – С. 73–81.

К содержанию

*М. А. Чумаков (Д. А. Букаев)  
Минск, МГЛУ*

### **ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ**

В настоящее время мотивационные аспекты деятельности имеют весьма важное положение. Информированность кадров является одним из ключевых средств оптимизации использования ресурсов и мобилизации имеющегося человеческого потенциала. В самом общем представлении мотивация профессиональной деятельности – это комплекс побудительных факторов, побуждающих человека к совершению определенных действий. Данные механизмы, которые действуют не только извне, но и изнутри, побуждают личность выполнять конкретные шаги сознательно и, во многих случаях, даже неосознанно. При этом необходимо всегда учитывать, что одно и то же влияние может вызывать совершенно разные реакции у разных людей.

На каждой ступени профессионального пути – при выборе специальности, подготовке, профессиональной адаптации, выработке индивидуального стиля деятельности, освоении высших проявлений профессионального мастерства и завершении карьеры – происходит становление новых образований личности, в виде специфической интеграции ее качеств и свойств. При этом на любом из этих отрезков может возникнуть конфликт между стремлениями, способностями человека и профессиональными запросами. Из этих противоречий складываются положительные и негативные стороны личностного становления, в том числе его профессиональная нестабильность и проявления синдрома эмоционального выгорания.

Целью нашего эмпирического исследования стало изучение мотивации профессиональной деятельности студентов последних курсов УО «Минский лингвистический университет». В нашем исследовании

приняли участие 80 студентов четвертого курса разных специальностей «Современные иностранные языки (немецкий язык и английский язык)», «Переводческое дело», «Лингвистическое обеспечение межкультурной коммуникации», «Лингвистическое обеспечение межкультурных коммуникаций (внешнеэкономические связи)». Структура профессиональной мотивации испытуемых изучалась с применением теста Герцберга. Методика «Двухфакторный профиль» позволяет выявить, какие факторы профессиональной мотивации являются ведущими: мотивирующие (внутренние мотивы) или гигиенические (внешние мотивы). К мотивирующим факторам Ф. Герцберг относит такие, как содержание работы, достижения, карьера, ответственность. А к гигиеническим (контекст работы) – финансы, признание, отношения с руководством, отношения с коллегами.

Согласно результатам проведенного исследования, степень выраженности у испытуемых мотивов профессиональной деятельности распределилась следующим образом (см. таблицу):

Таблица – Мотивы профессиональной деятельности студентов

Мотивы	Ранг	Средний балл
Финансовые мотивы	3	19,76
Признание и вознаграждение	4	16,01
Ответственность	7	15,2
Отношения с руководством	6	15,32
Карьера	5	15,57
Достижения	2	21,45
Содержание работы	1	21,55
Сотрудничество	8	15,19

В среднем наиболее значимыми для респондентов оказался мотив «содержание работы» (21,55 баллов), следующими по значимости мотивами являются «достижения» и «финансовые мотивы» (21,45 баллов и 19,76 баллов соответственно).

Наименее выраженными в среднем у респондентов мотивами профессиональной деятельности, по результатам проведенного исследования, являются мотивы «сотрудничество» (15,19 баллов) и «ответственность» (15,2 баллов). Средний уровень выраженности выявлен для мотивов «признание и вознаграждение» (16,01 балла), «карьера» и «отношения с руководством» (15,57 баллов и 15,32 баллов соответственно).

Для студентов специальности «Современные иностранные языки (немецкий язык и английский язык)» у 12 студентов ярко выражен мотив «финансы», а у 8 – слабо выражен мотив «ответственность».

Для студентов специальности «Переводческое дело» у 17 студентов ярко выражен мотив «содержание деятельности», а у 15 студентов – слабо выражен мотив «сотрудничество».

Для студентов специальности «Лингвистическое обеспечение межкультурной коммуникации» у 22 студентов ярко выражен мотив «финансы», а у 18 студентов – слабо выражен мотив «ответственность».

Для студентов специальности «Лингвистическое обеспечение межкультурных коммуникаций (внешнеэкономические связи)» у 7 студентов ярко выражен мотив «достижения», а у 9 студентов – слабо выражен мотив «финансы».

Средняя степень выраженности внешних и внутренних мотивов профессиональной деятельности по итогам исследования оказалась приблизительно одинаковой с незначительным преобладанием выраженности внутренних мотивов (17,8 балла) над внешними (14,53 балла). Только у студентов специальности «Лингвистическое обеспечение межкультурных коммуникаций (внешнеэкономические связи)» гигиенические факторы (внешние) (18,4 балла) преобладают над мотивационными (внутренние) (15,3 балла).

Результаты исследования показывают, что в структуре профессиональных мотивов доминируют внутренние профессиональные мотивы. Это подразумевает положительное отношение к работе (интерес к содержанию деятельности, увлеченность процессом выполнения деятельности, качественное выполнение поставленных задач). Для 64% респондентов свойственна внутренняя мотивация профессиональной деятельности. Данные студенты ориентированы на повышение уровня профессионального мастерства, достижение желаемых целей. Они стремятся самоутверждению и профессиональному мастерству.

Таким образом, у респондентов выражены как внутренние, так и внешние мотивы профессиональной деятельности. В среднем респонденты склонны предпочитать деятельность, позволяющую достигать личных успехов и интересную по содержанию, при этом не обязательно связанную с сотрудничеством и высокой ответственностью.

#### Список литературы

1. Андреева, Г. М. Социальная психология / Г. М. Андреева. – М. : Аспект Пресс, 2002. – 424 с.
2. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 512 с.

3. Мильман, В. Э. Мотивация и творчество / В. Э. Мильман. – М. : Миря и Ко, 2005. – 165 с.

К содержанию

*С. А. Шакунова (Д. Э. Синюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ПРОБЛЕМА МЕЖКУЛЬТУРНОГО ТЕСТИРОВАНИЯ ИНТЕЛЛЕКТА**

Концепция интеллекта – одна из самых обсуждаемых, противоречивых и популярных в психологии. Однозначно можно сказать, что исследования интеллекта играют важную роль во многих областях, включая сферу образования, кадровое обеспечение, стратегическое планирование государственной образовательной системы и, в целом, национальной безопасности государства.

Несмотря на значительный интерес к теме интеллекта, среди ученых до сих пор нет единого мнения о компонентах интеллекта и о том, возможны ли вообще точные его измерения. Некоторые исследователи, в частности В. Штерн, предполагают, что интеллект – это единственная общая способность приспособления к новым жизненным условиям. Другие теории интеллекта утверждают, что интеллект охватывает целый ряд склонностей, навыков и талантов [1].

Также очевидно, что мнения о понятии и сущности интеллекта дифференцируются в зависимости от культуры. В западной психологии интеллект понимается в классическом смысле и означает индивидуальную личностную характеристику общей когнитивной способности. Подразумеваемая, что более умные люди могут быстрее обрабатывать информацию, лучше решать умственные задачи или, соответственно, лучше решать логические задачи, а также быстрее и эффективнее учиться.

В некоторых языках отсутствует слово, обозначающее интеллект в классическом его понимании. Определение интеллекта отражает ценности культуры населения. Например, в китайском языке наиболее схожим по значению является иероглиф «обладание хорошим умом и талантами». Для китайцев это понятие связано со способностью к подражанию, настойчивостью и социальной ответственностью. В культуре Южной Африки интеллект напрямую связан с твердостью, осторожностью и дружелюбием. В русской и японской психологии схожие представления о личности с высоким интеллектом, с преобладающим социальным

компонентом и значительным акцентом на морально-этические характеристики [2].

Соответственно, можно сделать вывод, что тесты, разработанные в одной культуре, могут абсолютно не подходить к исследованию интеллекта в другой культуре. Соответствие требованиям, предъявляемым к человеку его средой в той или иной культуре, свидетельствует о полноценных психических способностях индивида, принадлежащего к данной культуре.

Считаем, что описание индивидуального интеллекта – это своеобразный профиль личности, а не единственная оценка в количестве баллов IQ. Так как невозможно создать тесты интеллекта, свободные от культуры, по причине того, что измерению и шкалированию подвергаются вербальные и когнитивные навыки, сформированные в культуре, к которой принадлежит создатель теста.

Также психологи отмечают тот факт, что тесты определяют только часть интеллектуальных способностей, а необходимо учитывать и культурное окружение.

Все результаты описываются с помощью коэффициента интеллекта, но они не могут быть напрямую сопоставлены друг с другом из-за различных проверяемых факторов. Как следствие, это также затрудняет получение значимого результата в отношении культурного или межнационального сравнения. Кроме того, тест дает разные результаты в зависимости от различных языковых способностей или культурных различий.

Сегодня тесты IQ часто используются для диагностики нарушений обучаемости, помощи в принятии профессиональных решений и прогнозирования достижений. Дети проходят тестирование гораздо чаще, чем взрослые люди. Географически западные страны используют их чаще, чем страны Азии, Африки и Латинской Америки, но они быстро наверстывают упущенное.

Кросскультурные исследования выявили, что представления об интеллекте различаются в разных культурах, и важно определять и измерять интеллект в соответствующих контекстах. Важным считаем основную тенденцию психологов в области интеллекта – это совмещение функций тестирования и обучения, чтобы помочь людям максимально использовать свой интеллект, при этом необходимо учитывать биологические, экологические, экономические и социальные факторы.

#### Список литературы

1. Бирюкова, А. Интеллект как снова развития личности: понятия и определения интеллекта [Электронный ресурс] / А. Бирюкова. – С. 1–3. –

Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/intellekt-kak-osnova-razvitiya-lichnosti-ponyatiya-i-opredeleniya-intellekta/viewer>. – Дата доступа: 17.09.2024.

2. Зыкова, И. В. Культура и интеллект: к вопросу о разнообразии культур [Электронный ресурс] / И. В. Зыкова // Вестн. Моск. ун-та. – Сер. 19. Лингвистика и межкультурная коммуникация. – 2009. – № 3. – С. 100–111. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/kultura-i-intellekt-k-voprosu-o-raznoobrazii-kultur/viewer>. – Дата доступа: 17.09.2024.

К содержанию

*Ст. А. Шакунова (Д. Э. Синюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **НЕЙРОЛИНГВИСТИЧЕСКОЕ ПРОГРАММИРОВАНИЕ КАК СПОСОБ МАНИПУЛЯЦИИ**

Манипуляция – это преднамеренная сила желания, воздействующая на кого-либо для достижения личной цели. Лучшие манипуляторы стратегически анализируют, рационализируют и планируют, как они будут влиять на других людей, еще до того, как это произойдет. Желаемое восприятие создается с помощью техник контроля сознания, используемых для доверия и реализации поставленной цели. Манипуляторы контролируют то, как другие люди думают, чувствуют, реагируют и действуют, сознательно выбирая то, как они хотят, чтобы их воспринимали. Таким образом, манипуляторы могут использовать доверие, чтобы человек мог чувствовать себя комфортно и влиять на него в полной мере [1].

Нейролингвистическое программирование (далее НЛП) как форма прикладной психологии возникла в начале 1970-х гг. Выступает в качестве прикладной комплексной научной дисциплины, образовавшейся на стыке лингвистики, психологии, культурологии и социологии [2].

Нейролингвистическое программирование – это область психологии, включающая набор правил и техник манипуляции для достижения поставленных целей. НЛП позволяет управлять сознанием и поведением человека. Это не только слова, но и интонация, жесты, прикосновения.

Специалисты отмечают, что на практике НЛП позволяет преодолеть психологические барьеры. Родители благодаря использованию приемов НЛП могут влиять на детей в выборе профессии, друзей, интересов, привычек, хобби и многих других направлений. В наркологии используется данный метод для кодирования от алкоголизма и других видов зависимости. Эффективность НЛП подтверждается успешным

практическим применением. Методика является действенной в выстраивании межличностных отношений, карьерном росте. НЛП позволяет посмотреть на проблему с нового ракурса и найти самое оптимальное и выгодное решение.

НЛП предполагает, что, копируя поведение выдающихся людей, мы сами становимся успешными. Изменение мыслей, чувств, поведения и моделей общения, по мнению практиков НЛП, может улучшить физическое и психическое самочувствие, позволит влиять на других и добиваться целей.

Сторонники НЛП утверждают, что оно помогает справиться с тревогой, посттравматическим синдромом, стрессом, расстройством пищевого поведения, дислексией, аллергией, обсессивно-компульсивным расстройством и клаустрофобией, но никаких исчерпывающих научных исследований, доказывающих это, нет. Еще одна важная область применения данного вида манипуляции – личностное развитие. Когда необходимо выявить и отказаться от вредных привычек, избавиться от неуверенности и страхов, чтобы пробудить и развить все навыки, заложенные в личности.

По методике НЛП необходимо изучить и проанализировать текущие модели мышления и поведения личности. Следующий шаг – определение готовности к разрушению старых и созданию новых структур и шаблонов, которые наиболее подходящие для соответствующих ситуаций и позволяют думать и действовать более эффективно.

Однако стоит отметить, что представители научного сообщества склонны относить нейролингвистическое программирование к псевдонауке. Так называют любую деятельность, которая по тематике, качеству, методологии и другим признакам не является научной, но пытается ею казаться.

В качестве примера влияния НЛП можно привести рекламу. В данном случае оказывается воздействие на сознание человека с целью формирования желания приобрести именно этот товар. Приемы манипуляции применяются менеджерами и сотрудниками компаний, с целью заполучить или удержать хорошего клиента, подтолкнуть человека на совершение покупки, подписание выгодного договора, и во многих других ситуациях. Здесь сочетаются призыв к действию и обещание награды для обеспечения лучшей жизни [1].

Таким образом, манипуляцию можно сравнить с тактикой выживания, которую люди используют, чтобы выжить в самых суровых условиях. В то же время манипуляция часто воспринимается негативно, потому что ею пользуются не только в целях саморазвития, но и иногда с целью мошенничества, или злоупотребления доверием. Некоторые люди

вынуждены прибегать к манипуляции, таким как снятие вины и принудительное быстрое принятие решений, чтобы удовлетворить насущные личные потребности. Каждому человеку нужно ориентироваться в видах манипуляции с целью совершенствования и развития личности, а также для защиты от нежелательного психологического воздействия.

#### Список литературы

3. Скорик, С. Что такое нейролингвистическое программирование (НЛП) [Электронный ресурс] / С. Скорик. – Режим доступа: <https://www.rbc.ru/life/news/62fcf5ca9a794753303471fa>. – Дата доступа: 23.09.2024.

4. Чимаров, С. Ю. Нейролингвистическое программирование: история и инструментарий [Электронный ресурс] / Ю. С. Чимаров. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/neurolingvisticheskoe-programmirovanie-istoriya-i-instrumentariy/viewer> – Дата доступа: 23.09.2024.

К содержанию

*С. А. Шакунова, Ст. А. Шакунова (Д. Э. Синюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ТРЕВОЖНЫЕ МАРКЕРЫ В ПОВЕДЕНИИ ПОДРОСТКА**

Один из самых сложных периодов в развитии ребенка – подростковый возраст. Специалисты относят его к возрастным кризисам. Следовательно, это непростое время и для родителей, и для самих подрастающих детей. Когда ребенок достигает подросткового возраста, родители испытывают неуверенность. Однако красные флажки, так называемые тревожные маркеры могут направлять к раннему вмешательству и профессиональной помощи, если это необходимо.

Важнейшая психологическая особенность этого периода – зарождение чувства взрослости. Уровень притязаний подростка предвосхищает его будущее положение, которого он фактически еще не достиг, и намного превышает его возможности. Это выражается в ярко выраженном стремлении отстаивать свою независимость и права, в то же время, ожидая от взрослых одобрительных оценок, помощи, защиты и поддержки [1].

Подростки переживают интенсивный период социального развития, когда они пересматривают свои отношения со сверстниками и взрослыми. Они стремятся к независимости и самоопределению, что может привести к конфликтам как с педагогами, так и с родителями. Группа окружающих

сверстников становится все более важной, и подростки часто испытывают сильное давление с их стороны.

Стоит отметить, что для подросткового возраста характерны демонстративность в поведении и внешнем виде, эмоциональная нестабильность, перепады настроения, повышенная ранимость, обидчивость, повышенная чувствительность к оценке посторонних, снижение родительского авторитета и другое. Для подростка очень важно признание родителями равенства его прав со взрослыми. Если взаимоотношения между ним и родителями не ладятся, есть трудности – еще все можно изменить. Правда, чем старше ребенок, тем больше взрослым необходимо прилагать усилий. В таких ситуациях важно проявить терпение, участие и не останавливаться на полпути. Поведение подростка, на которое следует обратить особое внимание: часто грустное настроение, чувство одиночества, бесполезности, склонность к рискованным действиям, неоправданным и опрометчивым поступкам, отрицание трудностей [1].

Основная проблема, которая может возникнуть на этом этапе, – это сложности с доверием между родителями и их детьми. Подростки жаждут большей независимости и свободы, в то время как родители часто беспокоятся и пытаются защитить своих детей. Это напряжение может привести к проблемам с доверием, которые могут осложнить в дальнейшем семейную жизнь.

Нехарактерное для подростка поведение: снижение социальной активности у ранее общительных детей или наоборот, повышенная общительность у тихонь, несвойственное желание уединения, предпочтение траурной или скорбной музыки, внезапный интерес, проявляющийся косвенно или прямо к отравляющим веществам, раздача личных вещей, утрата интереса к любимым занятиям – должны привлечь незамедлительное вмешательство родных.

Несчастливая любовь также является тревожным маркером для родителей. Взрослые зачастую считают подростковые отношения несерьезными. При неудачном «любовном» опыте ребенок может решить, что он неудачник, никому не нужный в этом мире. Поэтому стоит уделить особое внимание предупреждению снижения самооценки и суицидальных поступков.

Родителям важно сохранять свою эмоциональную стабильность, доброжелательный и спокойный настрой. Если подросток пытается что-то продемонстрировать каким бы то ни было способом, значит, он доверяет и надеется, что есть шанс быть услышанным. Взрослым стоит рассказать о своих (возможно, схожих) переживаниях, поделиться собственным опытом преодоления трудных жизненных ситуаций, рассказать о том, как и при каких обстоятельствах они справились.

Подростковый возраст может быть временным испытанием, он также является периодом роста и самопознания. Обладая терпением, любовью и пониманием, родители могут помочь своим детям, построить прочные, здоровые отношения с подростком, которые успешно преодолеют этот важный жизненный этап.

Следует разговаривать с ребенком, интересоваться его жизнью, потребностями: что у него происходит, что получается, а что нет, в какой помощи он нуждается, как видит отношения с родителями и что бы ему хотелось в них изменить. Для подростка очень важно, чтобы рядом был взрослый, поддерживающий и понимающий, а такое общение может стать основополагающим в формировании навыков жизнестойкости и развития психологической устойчивости к неблагоприятным воздействиям извне.

#### Список литературы

1. Авдулова, Т. П. Психология подросткового возраста : учебник и практикум для вузов / Т. П. Авдулова. – М. : Изд-во Юрайт, 2024. – 394 с.

К содержанию

*С. А. Шакунова, Ст. А. Шакунова (В. Ю. Москалюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **АВТОРИТАРНЫЙ СТИЛЬ ВОСПИТАНИЯ: ЭФФЕКТИВНОСТЬ И ОГРАНИЧЕНИЯ**

Тема воспитания является одной из самых актуальных и обсуждаемых среди психологов, родителей и педагогов. Существует множество методов, стилей и типов воспитания, которые основаны на различных представлениях о нормах и ценностях. На современном этапе развития общества родители довольно часто используют модель авторитарного воспитания. Авторитарный тип воспитания тесно связан с представлениями о воспитании детей, существовавшими в прошлые времена. Например, если присмотреться к особенностям отношения к детям в древних империях, то можно увидеть, что воспитание «было построено» на послушании, долге и дисциплине. Эти добродетели были краеугольными камнями общества и должны были становиться первостепенными по отношению ко всем сферам жизни. Соответственно, и в общественной жизни, и в кругу семьи преобладал авторитарный тон общения [1].

Стоит отметить, что при авторитарном стиле воспитания имеются следующие особенности: воспитание в очень строгих условиях, высокие

требования, возрастная субординация, идеализация родителей, проявление признаков подавленной агрессии по отношению к родителям, перенос скрытой враждебности на других людей и минимальное одобрение. Пространство для реализации и действий в рамках авторитарного стиля воспитания определяют исключительно родители. Дети должны безоговорочно подчиняться. Семейная обстановка корректируется в соответствии с потребностями и представлениями родителей, при этом дети отстранены от принятия решений, касающихся жизни в семье. Если ребенок не может следовать родительским правилам или проявляет непослушание, его наказывают – в том числе и физически. С помощью угроз, а также запугивания обеспечивается соблюдение родительских правил [1].

Самым большим недостатком этого метода воспитания является то, что зачастую ребенок подвергается эмоциональному насилию (пренебрежению), родители проявляют хотя и дружеское, но часто формальное отношение к детям. Из-за множества различных требований у детей не формируется адекватная самооценка и здоровые отношения с окружающими.

Спонтанность, креативность и/или индивидуальность при авторитарном стиле воспитания не поощряются в ребенке, поскольку правила поведения и требования установлены для всех возможных жизненных ситуаций. Иногда у детей, воспитанных строго авторитарно, могут развиваться серьезные психические заболевания, например, обсессивно-компульсивное расстройство, паранойя, садизм. Еще одна проблема авторитарного стиля воспитания заключается в том, что он часто вызывает у детей склонность к агрессивному поведению. Однако это часто не девиантное поведение, а скорее просьба о внимании. По мнению З. Фрейда, в результате слишком строгого, авторитарного воспитания происходит подавление чувства обиды ребенка, в результате чего возникает агрессия по отношению к родителям и тенденция к их идеализации. Также при использовании такого воспитания враждебность часто переориентирована на замещающие объекты [2].

Т. Г. Молодцова отмечает, что родители, использующие авторитарный стиль воспитания, имеют четкие представления о том, каким должен вырасти ребенок, и прилагают к этому максимум усилий. Родители ограничивают самостоятельность ребенка, выдвигают жесткие требования, не считают нужным как-то обосновывать их, в требованиях категоричны и не уступчивы. Зачастую такое воспитание сопровождается жестким контролем, суровыми запретами, выговорами и физическими наказаниями [2].

Последствия авторитарного стиля воспитания разнообразны и зависят, к примеру, от фактической строгости воспитания,

чувствительности ребенка. С одной стороны, это может привести к трудностям реализации, агрессии, недостаточной уверенности в себе и эмоциональным трудностям. С другой стороны, благодаря авторитарным родителям ребенок учиться общаться с авторитетными фигурами. До определенного момента авторитарное воспитание имеет смысл. В некоторых повседневных ситуациях уместно порицание и наказание во благо ребенка, хотя при этом нужно критиковать не личность ребенка, а его поведение.

Решающее значение для этого стиля воспитания имеют высокие ожидания от детей с четкими правилами, которым нужно следовать. Желательной чертой является открытое общение, при котором уважаются потребности и мнения детей. В результате детям обеспечивается высокий уровень безопасности с закладкой высоких интеллектуальными показателями. Однако в целом детям в первую очередь помогает любящий дом, в котором, хотя и существуют правила, но у них есть возможность свободно развиваться. Специалисты по воспитанию детей и педагоги не рекомендуют использовать строгий авторитарный стиль воспитания, указывая на целесообразность включать в преимущественно демократическое воспитание детей авторитарные элементы.

#### Список литературы

1. Кузьмишина, Т. Л. Стили семейного воспитания: отечественная и зарубежная классификация / Т. Л. Кузьмишина. – С. 1–3.

2. Маркова, Н. М. Особенности и проявления авторитаризма в детско-родительских отношениях [Электронный ресурс] / Н. М. Маркова // Мир науки. Педагогика и психология, 2020 – № 3. – Режим доступа: <https://mir-nauki.com/PDF/06PSMN320.pdf>. – Дата доступа: 10.10.2024.

К содержанию

*А.-Н. А. Шалбаев (Т. В. Васильева)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ПРОБЛЕМА СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Стрессоустойчивость как психологический феномен является одной из ключевых характеристик, необходимых для успешной адаптации человека в быстро меняющемся мире. Особенно важной эта тема становится в юношеском возрасте, когда индивид сталкивается с множеством вызовов, такими как адаптация к новым социальным ролям,

становлением личности, поиском самоидентичности и выбором жизненного пути. В данной статье будут рассмотрены отечественные подходы к изучению стрессоустойчивости, а также современные методологии и стратегии повышения стрессоустойчивости у молодежи.

Отечественная школа психологии подчеркивает важность окружающей среды, в которой находится индивид, для его психоэмоционального состояния. Пространство, в котором развивается юноша, включает не только физическое окружение, но и социально-психологическое пространство: взаимоотношения с родителями, сверстниками, образовательной средой. Организация личного пространства и восприятие физической среды, могут влиять на уровень стресса и способы его преодоления.

Юношество – это критический период в плане социальной адаптации. Неподготовленность к новым ролям может привести к увеличению стресса и развитию таких негативных реакций, как тревожность и агрессия. Согласно исследованиям отечественных психологов, таких как А. А. Бодалев и Д. И. Фельдштейн, важнейшим фактором успешной адаптации в этом возрасте является поддержка со стороны референтных групп, включая семью и сверстников [1; 2]. Неправильная организация социального пространства может привести к развитию устойчивых негативных реакций на стрессовые ситуации.

Современные исследования часто обращаются к биопсихосоциальной модели личности, в которой подчеркивается комплексность взаимодействия биологических, психологических и социальных факторов в формировании стрессоустойчивости. Исследования показывают, что стрессоустойчивость не является врожденной характеристикой, а формируется под влиянием различных факторов, включая навыки управления эмоциями, способность к саморегуляции, а также доступность социальных ресурсов. В этой связи важными аспектами являются когнитивно-поведенческие тренинги, направленные на формирование позитивного восприятия стресса и навыков его преодоления.

Современные отечественные и зарубежные исследования сходятся на том, что ключевым элементом повышения стрессоустойчивости в юношеском возрасте является развитие способности к саморегуляции и эмоциональной компетентности. Программы психологической помощи, такие как тренинги личностного роста, занятия по развитию навыков управления эмоциями, а также техники осознанности, помогают юношам справляться со стрессом и адаптироваться к сложным условиям. Важно отметить, что такие программы должны учитывать специфику социального и физического пространства, в котором развивается личность подростка.

Стрессоустойчивость в юношеском возрасте является многофакторным процессом, который зависит от ряда внешних и внутренних факторов. Отечественные исследования в области психологии подтверждают значимость окружающей среды в формировании способности к стрессоустойчивости. Современные подходы предлагают использовать биопсихосоциальную модель, которая подчеркивает важность интеграции различных аспектов для формирования устойчивости к стрессу.

Для практического применения важно разрабатывать комплексные программы, направленные на развитие эмоциональной компетентности и навыков саморегуляции у молодежи с учетом влияния пространства, в котором они растут и развиваются.

#### Список литературы

1. Бодалев, А. А. Личность и общение: Избранные труды / А. А. Бодалев – М.: Педагогика, 1983. – 272 с.
2. Фельдштейн, Д. И. Психология развивающейся личности : избр. психол. тр. / Д. И. Фельдштейн; Акад. пед. и соц. наук, Моск. психол. – соц. ин-т. – М.: Ин-т практ. психологии, 1996. – 512 с.

К содержанию

*А.-Н. А. Шалбаев (Т. В. Васильева)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **СТИЛЬ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ У СТУДЕНТОВ С РАЗЛИЧНОЙ СТРЕССОЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬЮ**

Юношеский возраст, который охватывает 17–20 лет, характеризуется значительными изменениями в психологическом облике человека. Это время значительной идентичности, независимости, самоопределения и личностного роста. Молодые люди должны развивать способности к саморегуляции, чтобы правильно справляться с новыми трудностями и стрессами, поскольку процессы эмоциональной и когнитивной перестройки особенно очевидны в этом возрастном периоде.

Неотъемлемой частью образования является стресс, который характеризуется как эмоциональная, когнитивная и физическая реакция на требования и давление, связанные с обучением. Уровень саморегуляции студентов напрямую связан с их способностью справляться со стрессом. Человек может управлять своим поведением и контролировать его с помощью сложной системы саморегуляции. Она состоит из когнитивных,

эмоциональных и поведенческих элементов. Основными компонентами саморегуляции являются постановка целей, организация целей, отслеживание целей и оценка результатов. Студенты с саморегуляцией лучше справляются с требованиями класса и адаптируются к постоянно меняющейся учебной среде.

Целью нашего исследования стало определение характера взаимосвязи между стрессоустойчивостью и саморегуляцией поведения у студентов. Для сбора эмпирических данных были использованы следующие методики: тест на стрессочувствительность Ю. В. Щербатых; многошкальный опросник «Стиль саморегуляции поведения» (В. И. Моросанова). Выборку исследования составили студенты 1–2 курсов в возрасте 17–19 лет в количестве 40 человек,

Тест на стрессочувствительность Ю. В. Щербатых позволяет оценить характеристики переживания стресса по нескольким шкалам: обстоятельства, усложнение, психосоматика, деструктивное преодоление, конструктивное преодоление, базовый показатель стрессочувствительности, итоговый показатель стрессочувствительности. Рассмотрим данные, полученные по базовому и итоговому показателям стрессочувствительности.

Низкий базовый индекс стрессочувствительности выявлен у 10 % респондентов, средний базовый индекс стрессочувствительности выявлен у 35 % респондентов. Низкий уровень стресса и способность противостоять ему – характерные черты респондентов, обладающих этими признаками. Более половины респондентов (55 %) имеют высокий базовый индекс стрессочувствительности. Для этих респондентов характерны недостаточно развитые личные механизмы совладания, позволяющие им справляться со стрессовыми обстоятельствами.

Согласно анализу данных итоговой шкалы, 5 % респондентов имеют низкий итоговый индекс стрессочувствительности. Уровень стресса у таких респондентов минимален. Средний итоговый индекс стрессочувствительности, свидетельствующий о наличии стрессовых переживаний, находящихся в пределах нормы, был выявлен у 42,5 % респондентов. О высоком уровне стрессовых переживаний говорит тот факт, что более половины респондентов (52,5 %) имеют высокий итоговый индекс стрессовой чувствительности.

Многошкальный опросник «Стиль саморегуляции поведения» позволяет оценить саморегуляцию поведения по следующим шкалам: планирование, моделирование, программирование, оценивание результатов, гибкость, самостоятельность, надежность, общий уровень саморегуляции. Рассмотрим данные, полученные по шкале «Общий уровень саморегуляции».

Анализ данных по этой шкале среди студентов исследуемой выборки показал, что 47,5 % респондентов имеют средний уровень саморегуляции поведения, 20 % респондентов демонстрируют низкий уровень. Для этих респондентов характерна выраженная зависимость от обстоятельств и мнения окружающих, а также недостаточно развитая потребность в намеренном планировании и программировании своего поведения. Результаты показали, что 32,5 % респондентов имеют высокий уровень саморегуляции поведения. Их отличает самостоятельность в планировании жизни, способность гибко и адекватно реагировать на изменяющиеся обстоятельства, осознание важности постановки и достижения целей.

Для выявления и оценки тесноты связи между показателями шкал стрессочувствительности и шкал саморегуляции поведения у студентов исследуемой выборки коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Результаты анализа данных показали наличие умеренной положительной связи между шкалой «конструктивной преодолению стресса» в оценке стрессочувствительности и такими шкалами оценки саморегуляции поведения, как «программирование» ( $r_s=0.33$ , при  $p \leq 0.05$ ), «оценивание результатов» ( $r_s=0,414$ , при  $p \leq 0,05$ ), «гибкость» ( $r_s = 0,366$ , при  $p \leq 0,05$ ). Также выявлена умеренная положительная связь между выраженностью психосоматических проявлений стресса и общим уровнем саморегуляции поведения ( $r_s = 0,375$ , при  $p \leq 0,05$ ).

Связь между чувствительностью к стрессу и саморегуляцией поведения показывает, что учащиеся могут справляться со стрессом позитивными способами, такими как отдых, сон, смена деятельности, общение с друзьями, физические упражнения, анализ своего поведения и изменение того, как они ведут себя в той или иной ситуации. Когда у них развиты механизмы саморегуляции, такие как способность продумывать и изменять свое поведение и действия для достижения желаемых целей, они также могут быстро оценивать изменение значимых условий.

Кроме того, здоровое чувство собственного достоинства помогает человеку справиться со стрессом позитивным образом. Тем не менее, можно утверждать, что с повышением общего уровня осознанной саморегуляции у студентов возрастают и психосоматические симптомы стресса, направленные на преодоление трудностей на пути к достижению желаемого результата.

Таким образом, анализ данных показывает, что эффективное снижение стресса у студентов зависит от планирования деятельности, оценки результата и гибкости поведения. Сильные корреляционные связи между уровнем стресса и здоровыми стратегиями совладания подчеркивают необходимость развития этих навыков.

Тем не менее, высокая степень осознанной саморегуляции не гарантирует снижения психосоматических симптомов стресса у школьников, что говорит о необходимости дополнительных мер по снижению стрессовой нагрузки на учащихся при большом количестве стрессовых событий.

К содержанию

*К. А. Шиманская (М. М. Карнелович)  
Гродно, ГрГУ имени Янки Купалы*

### **ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ И ДОВЕРИЯ В СОЦИАЛЬНОЙ СЕТИ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК**

В настоящее время с огромной скоростью развиваются различные технологии, в том числе и информационные. Именно в связи с этим современные люди начинают активнее знакомиться и общаться в Интернет-среде. Межличностное общение все больше переходит из реального в онлайн пространство. Однако, это никак не мешает людям влиять на формирование первого впечатления о себе.

В наше время представление о себе стало обыденным, поскольку это отражает наше человеческое истинное «Я». Способность эффективно представлять себя помогает нам достигать желаемых целей и формировать желаемый образ личности [3, с.196]. В Интернет-самопрезентации практически отсутствуют механизмы социального контроля, однако, это исключает ситуации, когда виртуальное сообщество переключается с реальным [2].

Доверие, являясь важным и неотъемлемым социально-психологическим феноменом, играет важную роль в сфере социального взаимодействия и оказывает существенное влияние на успешность совместной деятельности. На него обращали внимание мыслители на протяжении всей истории человечества, но только в середине прошлого века оно стало предметом специализированных психологических исследований. Сегодня существуют тысячи публикаций в этой весьма обширной области исследований [1].

Большое количество ученых, изучавших феномен доверия, называют его позитивным и оптимистичным ожиданием от поведения другого индивида. Обозначая данное понятие как социальное, стоит сказать, что оно не может возникнуть, сформироваться и оказывать влияние на людей вне ситуации взаимоотношения и взаимодействия между индивидами.

Доверие возникает под влиянием опыта, накопленного человеком в течении жизни, а также под непосредственным влиянием актуальной ситуации.

Нами было проведено эмпирическое исследование, целью которого явилось изучение наличия взаимосвязи между доверием/недоверием и самопрезентацией в социальной сети у юношей и девушек.

Базами исследования выступили ГрГУ имени Янки Купалы, ГГАУ и ГрГМУ. В исследовании приняли участие 76 человек, из которых 38 юношей и 38 девушек в возрасте от 17 до 23 лет.

Для сбора эмпирических данных использовались методики «Методика оценки доверия/недоверия личности другим людям» (А.Б. Купрейченко) и «Опросник самопрезентации в социальной сети» (Д.С. Корниенко). Для выявления взаимосвязей был использован корреляционный анализ Спирмена.

По результатам проведенного эмпирического исследования было выявлено, что существует значимая взаимосвязь между интегральным показателем «Доверие» и показателями «Реальное демонстративное Я» ( $r=0,271$ ;  $p=0,018$ ) и «Фальшивое обманное Я» ( $r=-0,354$ ;  $p=0,002$ ), что говорит о том, что чем выше степень доверия, тем больше юноши и девушки стремятся показать в сети реальных себя, причем разные стороны своей личности, а не обманывать партнера по общению, скрывая свою реальную личность и демонстрируя «фальшивую».

С интегральным показателем «Недоверие» была обнаружена значимая взаимосвязь с показателем «Фальшивое обманное Я» ( $r=0,229$ ;  $p=0,045$ ), что говорит о том, что чем ниже степень доверия, тем выше стремление продемонстрировать свою фальшивую личность, нежели реальную.

Выявлена значимая взаимосвязь между показателями «Доверие к миру» и «Фальшивое обманное Я» ( $r=0,246$ ;  $p=0,032$ ). Это означает, что чем выше уровень доверия человека к миру, тем больше он стремится представить себя как другого человека в социальной сети.

Значимая взаимосвязь существует между показателями «Доверие к себе» и «Фальшивое обманное Я» ( $r=-0,414$ ;  $p=0,0002$ ). Это значит, что чем выше уровень доверия к себе, тем ниже стремление человека показаться не тем, кто он есть, при общении с пользователями социальной сети.

Полученные данные помогают расширить понимание особенностей предъявляемой в социальных сетях самопрезентации современными юношами и девушками в зависимости от их уровня доверия или недоверия к себе, к другим людям и к миру в целом. Также данное исследование помогает лучше понять особенности коммуникации современных молодых людей в Интернет пространстве.

### Список литературы

1. Антоненко, И. В. Социальная психология доверия / И. В. Антоненко // Приволжский научный вестник. – 2014. – № 11–2 (39).
2. Белинская, Е. П. К проблеме групповой динамики сетевого общества / Е. П. Белинская // 2-ая Российская конференция по экологической психологии. Тезисы, М. : Экопсицентр РОСС. – 2000. – С. 249– 251.
3. Кенрик, Д. Социальная психология / Д. Кенрик, С. Нейберг, Р. Чалдини / пер. с англ. под науч. ред. А. А. Алексеева. – 5-е изд. – Санкт-Петербург: Питер, 2016. – 847 с.

К содержанию

*А. С. Шисловский (Д. Э. Синюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **ПРОБЛЕМА ЛИЧНОСТНОЙ ЗРЕЛОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Известно, что любой человек формируется как личность на протяжении всей своей жизни. Начиная с самого детства происходит «закладка» основных ценностей, изучение своих эмоций, понимание взаимосвязи чувств и психических процессов. И вот, когда индивид становится разносторонне сформированным, то говорят, что он – психологически зрелая личность.

Что же такое зрелость в психологии? Это умение личности саморазвиваться, самосовершенствоваться, находить новые возможности для раскрытия своего потенциала, умение легко адаптироваться в социуме, понимать свои желания и принимать взвешенные решения, основанные на адекватном восприятии ситуации, а также способность взаимодействовать с другими людьми. Важное место в процессе формирования личностной зрелости занимает юношеский возраст. Именно на этом этапе заканчивается физическое созревание человека, закладываются главные черты его миропонимания, происходит нелегкий выбор, профессиональное самоопределение. В этом возрасте в роли главных выступают вопросы о смысле жизни, о принятии себя и окружающего мира. Именно поэтому проблема формирования личности в юношеском возрасте особенно актуальна в наше время.

В настоящее время особую актуальность приобретает исследование проблемы формирования ответственности и ее взаимосвязи с личностной зрелостью. В юношеском возрасте человек начинает уже руко-

водствоваться собственными мотивами в учебной и общественной деятельности. К мотивам относятся чувство долга и ответственность перед коллективом. Именно в этот период принимаются первые самостоятельные решения, а также человек учится отвечать за результат принятых решений, т. е. осуществляется процесс целостного моделирования ответственного поведения, закладываются основы мировоззрения, которое влияет на познавательную сферу, самосознание и нравственное сознание. По мнению Л. С. Выготского, именно самосознание играет важную роль в этом возрасте. Самосознание он называл самой верхней и последней из всех перестроек [1]. Личность юноши никогда не бывает однозначна, ей свойственны противоречивость и изменчивость. Зачастую отношение молодого человека к окружающим и самому себе зависит от внутренней позиции. Один, осознав свою слабость, пассивно смиряется с ней или у него развивается гнетущее чувство неполноценности. Другой стремится к достижениям в иной сфере. Третий исправляет сам недостаток. Выбор этих вариантов во многом зависит от позиции взрослых, родителей и учителей. Как отмечал в свое время К. Д. Ушинский, в воспитании все должно основываться на личности воспитателя, потому что воспитательная сила появляется только из живого источника человеческой личности.

Каковы же критерии зрелости с точки зрения отечественных и зарубежных ученых? Так, по мнению Э. Торндайка, зрелость рассматривается с позиции здоровья личности, адекватной реакцией на стимул. В психоаналитической теории З. Фрейда также опора идет на физиологическое состояние: здоровье – нездоровье личности (невроз). Для Дж. Андерсон – представителя когнитивной психологии – зрелая личность представляет собой осознание и понимание себя, своих положительных и отрицательных качеств, достижение высокого интеллекта, развитие в физиологическом и психологическом плане. В отечественной науке термин «зрелость» впервые употребляется в трудах Б. Г. Ананьева. Он является одним из основоположников комплексного подхода, в котором изучается личность, ее особенности, характеристика критерии с позиции зрелости. Исследуя эту проблему, Б. Г. Ананьев указывал, что именно трудности в определении критериев зрелости способствовали в подмене понятий «зрелость» и «взрослость» [2]. А. А. Реан, Я. Л. Коломинский выделяют четыре критерия личностной зрелости, являющиеся базовыми, структурообразующими: ответственность, терпимость, саморазвитие, и интегративный компонент, который охватывает все предыдущие и присутствует в каждом из них – позитивное мышление, позитивное отношение к миру, определяющее позитивный взгляд на мир [3].

Подводя итог, можно сказать, что достижение зрелости как интегративной характеристики личности, является центральным

направлением развития в юношеский период. При этом понятие «зрелость», несмотря на частое использование в психологии, часто употребляется для описания различных характеристик и состояний человека.

#### Список литературы

1. Выготский Л. С. Психология / Л. С. Выготский. – М. : Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008 с.
2. Ананьев, Б. Г. Психология и проблемы человекознания / Б. Г. Ананьев ; под ред. А. А. Бодалева. – М., Воронеж : Московский психолого-социальный ин-т, МОДЭК, 2005. – 431 с.
3. Реан, А. А. Социальная педагогическая психология / А. А. Реан, Я. Л. Коломинский – СПб.: Питер, 2007. – 480 с.

К содержанию

*А. А. Шишко (О. В. Чумакова)*  
*Беларусь, Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина*

### **ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О НАСИЛИИ У ВЗРОСЛЫХ ЛЮДЕЙ**

Проблема насилия в мире – одна из самых глобальных и распространенных проблем нашего времени. В самом общем виде насилие определяется как принудительное воздействие на кого-либо. Это любое насильственное действие: оскорбление, унижение, физический и моральный ущерб. В психологии нет единого определения понятия «насилие». Л. Берковицем определяется насилие как намеренное «причинение серьезных телесных повреждений другому человеку», а Ж. Семелином – «физическое уничтожение человека». Некоторые исследователи рассматривают насилие только в политическом контексте. Например, польский исследователь А. Гжегорчик рассматривает насилие как «принуждение людей принять определенные условия или действовать определенным образом». При этом он сам признает, что его определение является условным. Воспользуемся определением И.М. Пономаревой: «Насилие – применение различных форм принуждения (вплоть до вооруженного воздействия) индивидом или социальной группой с целью завоевания или сохранения политического, экономического, психологического господства, завоевания каких-либо прав или привилегий». Основным принципом насилия является унижение человеческого достоинства с целью подавления мнения и воли человека. В этом случае

субъект насилия (насильник) получает власть над объектом насилия (жертвой).

Анализируя любого человека, можно сделать вывод, что каждый в той или иной степени страдал от психологического насилия. Сегодня очевидно, что с социально-экономическими изменениями (безработица, алкоголизм, падение уровня жизни, проблемы с трудоустройством, социальное давление, плохое здоровье и т. д.) уровень насилия в обществе растет с каждым годом.

Типология насилия очень широка и разнообразна. Насилие можно классифицировать по типу причиняемого им вреда – физическое и психологическое насилие; по формам насильственного взаимодействия (убийство, террор, изнасилование и т. д.); по субъектам конфликтного взаимодействия (насилие в межличностных, межгрупповых, межгосударственных и других конфликтах). Крайними формами насилия являются различные виды войн, геноцид, террор и истребление людей. Одним словом, виды насилия столь же разнообразны, как и формы человеческого взаимодействия.

Различные виды насилия хоть и различаются причинами и способами проявления, однако все они направлены на достижение одной цели – установление тотального контроля над человеком. Не все люди одинаково воспринимают и переживают проявления насилия, направленные на них. Однако, вне зависимости от этого, насилие остается насилием и только сам человек может решить для себя, как на него реагировать и какие попытки принимать во избежание него.

В нашей стране существует административная ответственность за унижение и физический вред. Также активно обсуждается тема «домашнего насилия», за многими семьями ведется наблюдение, существуют центры помощи по территориальному признаку. На постоянной основе проводятся мероприятия и беседы в различных учреждениях на данную тему. Исследования в данной области помогают раскрыть вопросы насилия, дать поддержку людям столкнувшимся с данной проблемой.

Эмпирическое исследование проводилось с целью выявления и изучения особенностей представлений о насилии у взрослых людей. В исследовании представлений о насилии у взрослых людей принимало участие 40 человек. Среди них 20 мужчин и 20 женщин. Средний возраст респондентов – 33,6 лет. Испытуемым была предоставлена анкета, ответы на вопросы которой позволят определить, как респонденты понимают и относятся к вопросам насилия в семье и современном обществе. Анкета состоит из 15 вопросов различного типа и направлена на исследование опыта респондентов относительно значимых для исследования вопросов

(ситуация в родительской семье, отношение к физическим наказаниям в воспитании детей, информация о перенесенном опыте насилия, в том числе домашнего).

На вопрос «как часто в семьях респондентов происходят скандалы» 10 % респондентов ответили, что несколько раз в неделю, 12 % – что 2-3 раза в месяц, 25 % – несколько раз за полгода. Редко, 2-3 раза в год скандалы происходят у 22 % опрошенных, реже, чем раз в год – у 8 %. О том, что в семье скандалы и вовсе отсутствуют, сказало 23 % респондентов.

Далее респондентам предлагается вспомнить, как часто их родители (или другие законные представители) в детстве применяли по отношению к ним методы физического воздействия (шлепки, подзатыльники, ремень и т. д.). Результаты распределились следующим образом: очень часто – 5 %, часто – 8 %, время от времени – 20 %, редко – 18 %, очень редко – 8 %, никогда – 23 %. Остальные 18 % респондентов затрудняются ответить на данный вопрос. Судя по результатам анкетирования, отношение респондентов к применяемым к ним видам насилия также различно. 10 % опрошенных говорят, что в моменты применения к ним насилия они также отвечали на него насилием. Сильно переживали и замыкались в себе 33 % респондентов. 31 % участников исследования обижались, но ничего не предпринимали в ответ. Были безразличны к подобным наказаниям 13 % опрошенных. Еще 13 % респондентов говорят о том, что в детстве не подвергались насилию, поэтому не могут ответить на данный вопрос о своем отношении к данному факту.

Исходя из данных опроса 25 % респондентов считают, что в нашей стране проблема насилия, в том числе домашнего, существует. 30 % говорят, что такой проблемы в современном обществе нет. Затрудняются ответить на данный вопрос 45 % опрошенных. Респондентов также попросили поделиться мнением о том, как много супругов на сегодняшний день применяют насилие по отношению к членам своей семьи. Оказалось, что 25 % опрошенных считают, что насилие используется в большинстве семей. 27 % говорят о том, что данная проблема затрагивает меньшинство семей. Затрудняются ответить на данный вопрос 48 % опрошенных.

Подавляющее большинство респондентов говорят о том, что по отношению к своим детям они не будут / не применяют насилия – 73 %. Однако есть и те, кто говорит, что данный факт в их семье присутствует – их 7 %. 20 % опрошенных затрудняются ответить на данный вопрос.

Подводя итог, стоит сказать, что респонденты хорошо понимают, что такое насилие и как оно проявляется. Говоря о семье, в которой выросли, они припоминают, что и по отношению к ним насилие применялось. Говорят о том, что и на сегодняшний день они сталкиваются

с некоторыми формами насилия: порой напрямую (сами становятся его жертвами), порой косвенно (знают об актах насилия, совершенных по отношению к их родственникам и близким знакомым).

В то же время большинство респондентов склонны считать, что насилие в современном обществе недопустимо. Они не применяют насилие по отношению к своим родным, детям и знакомым. О том, существует ли проблема домашнего насилия у них в семье, и мужчины, и женщины, в основном, говорят отрицательно. Но говоря о существовании проблемы домашнего насилия в других семьях, многие женщины утверждают, что данная проблема имеет место. В то же время практически все мужчины отрицают это.

Говоря о методах физического наказания относительно детей подавляющее большинство и мужчин, и женщин говорят, что они не допустимы и у них в семье не используются. Лишь небольшое количество респондентов затрудняется ответить на данный вопрос.

Таким образом, представления о насилии у мужчин и женщин в чем-то схожи, а в чем-то имеют различия. Но можно сделать определенной вывод, что нынешнее общество является достаточно осведомленным о существовании насилия как проблемы и считает его недопустимым в современном мире.

К содержанию

*Е. Д. Шкулдыцкая (Е. С. Коверев)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **КОГНИТИВНЫЕ ИСКАЖЕНИЯ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК**

Когнитивные искажения могут оказывать значительное влияние на поведение и эмоциональное состояние юношей и девушек, находящихся на этапе формирования личной идентичности и социальных отношений. Понятие «когнитивные искажения» было введено Д. Канеманом в 1972 году и стало широко использоваться в гуманитарных науках. Когнитивные искажения – систематические ошибки в мышлении или шаблонные отклонения, возникающие из иррациональных убеждений. Таким образом, речь идет не о случайных ошибках, а о тех, которые предсказуемо возникают в одинаковых условиях [1].

В рамках рационально-эмотивной поведенческой терапии (РЭПТ) отмечается, что людям в нестабильном состоянии свойственно нелогичное мышление. Однако данная теория считает, что большинство искажений возникает из-за установки «должен», которая свойственна и большинству

здоровых людей. Хотя некоторые автоматические мысли могут быть истинными, многие из них ошибочны или содержат лишь частичную правду [2]. Вот типичные ошибки мышления, описанные А. Эллисом и А. Бэком:

1. Дихотомическое мышление (черно-белое мышление) – восприятие событий, людей или поступков только в двух категориях (например, хорошее-плохое) без учета промежуточных вариантов. Пример: «Если я не добьюсь успеха во всем, значит, я неудачник».

2. Катастрофизация – предсказание исключительно негативных исходов без учета более вероятных вариантов. Пример: «Если я провалю этот экзамен, моя жизнь будет полностью разрушена».

3. Обесценивание позитива (перфекционизм) – недооценка своих успехов и положительного опыта. Пример: «Я понимаю, что справился с заданием, но я обязан делать все на “отлично”, поэтому чувствую себя ничтожным».

4. Эмоциональное обоснование – убеждение в правоте чего-либо на основе сильных эмоций, игнорируя доказательства обратного. Пример: «Я знаю, что у меня много успехов в учебе, но все равно чувствую себя неудачником, значит, это так».

5. Навешивание ярлыков и сверхгенерализация – присвоение себе или другим негативных характеристик без учета более объективной оценки и формулирование обобщающих негативных выводов, которые выходят за рамки текущей ситуации, основанных на поспешных выводах. Пример: «Поскольку я чувствовал себя не в своей тарелке на встрече со сверстниками, я решил, что не умею заводить знакомства».

6. Магнификация и минимизация – преувеличение негативного и преуменьшение позитивного. Пример: «Хорошие выстрелы в этой игре были случайными и не имели значения. Но плохие – которые я не имел никакого права делать – были просто ужасны и совершенно непростительны».

7. Мысленный фильтр (туннельное мышление) – сосредоточение только на неудачах и негативных событиях, игнорируя положительные аспекты. Пример: «Один неудачный тест среди нескольких успешных заставляет меня думать, что я ленив и не подготовился должным образом».

8. Чтение мыслей – уверенность в том, что человек знает, о чем думают другие, и игнорирование других, более вероятных вариантов. Пример: «Он считает, что я не разбираюсь в этой работе».

9. Персонализация – восприятие себя как причины негативного поведения других без учета более вероятных объяснений. Пример: «Поскольку я веду себя иначе, чем другие, и они смеются, я уверен, что смеются надо мной!»

10. Долженствование – наличие строгих представлений о том, как должны вести себя другие или каким должно быть собственное поведение. Пример: «Ужасно, что я ошибся. Я должен всегда быть лучшим» [2, 3].

Люди часто ошибаются в понимании мнений других, что может вызывать коммуникативные сбои. Д. Канеман стремится помочь людям распознавать свои ошибки и условия их возникновения и отмечает, что легче замечать ошибки других, но со временем можно научиться выявлять и свои [1].

Подводя итоги, следует отметить, что когнитивные ошибки неизбежны и искажают реальность, что приводит к неразумным оценкам и действиям. В юношеском возрасте, когда происходит активное формирование личной идентичности и социальных связей, когнитивные искажения могут особенно сильно влиять на поведение и эмоциональное состояние. Они могут затруднять процесс принятия решений и вызывать неуверенность, что, в свою очередь, влияет на взаимоотношения с окружающими и препятствует успешной адаптации в социуме. Выявление и работа с когнитивными искажениями в этом возрасте имеют важное значение для формирования здоровой самооценки и рационального мышления.

#### Список литературы

1. Боброва, Л. А. Когнитивные искажения / Л. А. Боброва // Социальные и гуманитарные науки. Отечественная и зарубежная литература. – Сер. 3. Философия: Реферативный журнал. – 2021. – № 2. – С. 69–79.

2. Эллис, А. Практика рационально-эмоционально-поведенческой терапии. – СПб. : Речь, 2002. –182 с.

3. Шустиков, В. Выявление когнитивных искажений [Электронный ресурс] / В. Шустиков. – Режим доступа : <https://psychoanalysis.by/2019/04/27/статья-кптджудит-бек-выявление-когн/>. – Дата доступа : 11.10.2024.

К содержанию

*Е. Д. Шкулдыцкая (С. В. Головня)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

#### **СПЕЦИФИКА «МАГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ» СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ**

Изучение сверхъестественного давно привлекает внимание ученых и исследователей из различных областей знаний. Это явление, выходящее за

рамки научного объяснения, включает в себя следующие составляющие: вера в магию, духов, призраков и другие паранормальные процессы. Сверхъестественное представляет собой то, что не поддается рациональному объяснению и зачастую вызывает у людей страх или восхищение.

Сверхъестественное является многогранным понятием, которое затрагивает философские, культурные и психологические аспекты жизни. Оно может быть источником вдохновения для литературы и искусства, а также служить объектом исследования в рамках науки. Например, физика анализирует подобные явления с точки зрения законов природы и физических принципов; медицина – исследует влияние веры в сверхъестественное на здоровье человека; астрономия – затрагивает вопросы, связанные с внеземными формами жизни и космическими феноменами, которые могут восприниматься как таковые; история – рассматривает культурные и религиозные представления о сверхъестественном в разных эпохах и обществах. Психология же изучает, как вера в сверхъестественное влияет на мышление, поведение и эмоциональное состояние людей [1].

В психологии отрицается существование паранормальных явлений. Также в данной науке существует феномен «магического мышления», который отражает, что люди иногда воспринимают мир сквозь призму веры в сверхъестественные силы. Это может проявляться в различных формах: от суеверий до веры в удачу или защиту от злых сил. Е. В. Субботский трактует магическое мышление как «умственные процессы – размышления, восприятия, представления, воспоминания, воображения и другие формы обработки сверхъестественных событий, которые нарушают законы физики, биологии и психологии» [1, с. 34]. К таким процессам относятся: просмотр фильмов, чтение книг, игры, сновидения с «магическими событиями». Включение именно паранормальных элементов в мыслительный процесс отличает магическое мышление от логического и тем более воображения. Данное мышление более характерно для детей, но периодически встречается и у взрослых. Оно может служить механизмом психологической защиты. В условиях неопределенности или стресса люди используют подобные убеждения как метод борьбы с тревогой [2].

Настоящая работа посвящена выявлению склонности к «магическому мышлению» студентов-психологов. Исследование проводилось на базе Брестского государственного университета имени А. С. Пушкина. Выборку составили 43 респондента (19 студентов 1-го и 24 студента 2-го курсов). Нами была использована методика «Шкала

магической идеации» (M. Eckblad, L. Chapman). Полученные данные отражены в таблице.

Таблица – Результаты исследования склонности к «магическому мышлению» у студентов-психологов

Названия выборки	Уровни выраженности шкалы магической идеации					
	низкий		средний		высокий	
	абс. знач.	в %	абс. знач.	в %	абс. знач.	в %
студенты 1-го курса	11	57,9	8	42,1	0	0
студенты 2-го курса	12	50	8	33,3	3	12,5
<i>всего</i>	23	53,5	16	37,2	3	6,9

Согласно данным таблицы, значительная часть (57,9 %) 1-го и ровно половина студентов 2-го курсов обладает низким уровнем склонности к магическому мышлению. При этом, средняя степень присуща чуть более трети (42,1 %) опрошенных 1-го и примерно трети (33,3 %) 2-го курсов. Высокой выраженности среди респондентов 1-го курса не выявлено, в то время как несущественная часть (12,5 %) студентов 2-го курса склонна к интерпретации событий с помощью магического мышления.

Для проверки достоверности различий применен  $\phi$ -критерий угловое преобразование Фишера (при  $p \leq 0,05 = 1,64$ ;  $p \leq 0,01 = 2,31$ ). Таким образом выявлено отсутствие значимых расхождений между студентами 1-х и 2-х курсов по уровням выраженности шкалы магической идеации ( $\phi^*_{эмп} = 0,287$ ;  $0,394$ ;  $0,776$ ). Далее мы осуществили проверку в рамках общей выборочной совокупности с помощью  $\chi^2$ -критерия Пирсона (при  $p \leq 0,05 = 5,991$ ;  $p \leq 0,01 = 9,21$ ) и подтвердили следующую гипотезу: студенты-психологи характеризуются преимущественно низким уровнем магического мышления, нежели средним либо высоким ( $\chi^2_{эмп} = 14,715$ ).

#### Список литературы

1. Субботский, Е. В. Экскурсии в зазеркалье : Магическое мышление в современном мире / Е. В. Субботский // Психолог. – 2014. – № 4. – С. 30–73.

2. Байрамова, Э. Э. Магическое мышление и вера в магию в структуре психологических защит и копинг-стратегий / Э. Э. Байрамова, С. Н. Ениколопов // Психология. Психофизиология. – 2021. – № 4. – С. 5–13.

К содержанию

*М. Ю. Шмелева (Е. С. Коверец)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Понятие «смысл жизни» включает в себя множество различных элементов, в том числе и жизненные ориентации. Сам базис смыслов образуется еще в детстве, однако поиск оптимального смысла жизни происходит в период с юного возраста и является достаточно активным и ответственным этапом формирования личности.

В процессе развития человек постоянно набирает жизненный опыт, который содержит в себе различные взгляды, потребности, предпочтения и установки, которые нередко являются противоположными. За счет воздействия многочисленных психологических и социальных факторов, личность устремляется к привычным ценностям, которые представляют для нее интерес и являются стимулами для развития и самосовершенствования. Из этого следует, что каждый человек самостоятельно выбирает уникальные и индивидуально значимые ориентиры.

В психологии, как отмечает Л. В. Косикова, смысложизненные ориентации представляют собой целостную систему, где главным критерием является наличие жизненного смысла, как основного показателя зрелости личности, т. е. гармоничные отношения с собой и с миром, а также умение управлять своей жизнью [1, 2].

В зависимости от подхода автора, границы юношеского возраста могут варьироваться. Среди отечественных исследователей преобладает мнение, что нижняя граница юношеского возраста начинается с 16 лет, а верхняя достигает 24–25 лет. Задачей такого возраста является переход из «детства» во взрослую жизнь, соответственно, формирование устойчивой я-концепции, осознание своих целей, интересов, ценностей, профессиональное самоопределение, выработка своих взглядов на жизнь [3]. Однако подобного рода изменения могут проходить по-разному. Изменения могут представляться как ресурсы и причины для личностного развития, несущие в себе положительный эффект, либо как период застревания и глубокого переосмысления с возможным отрицательным эффектом, почему данный возрастной период могут рассматривать как кризисный [4].

Г. И. Абдиева пишет, что на этом этапе жизни активно формируется целостная идентичность, важным компонентом которой является поиск себя в профессиональной сфере, что влияет на формирование

«социального я», а также может изменять «индивидуальное я». Здесь происходит расширение спектра социальных ролей, а также возможная перестройка уже существующих, что ведет к увеличению ответственности за свои слова и поступки [5, с. 43].

Сам выбор своего жизненного пути, или же деятельности, тесно связан с формированием мировоззрения и самосознания. Это является новообразованием данного возрастного периода. Юношеский возраст характеризуется созреванием когнитивных и личностных предпосылок, необходимых для формирования мировоззрения, включающего представления и знания о мире. Личность постоянно расширяет свой кругозор, пытается найти ответ на актуальные для себя вопросы, оценивает себя и других, создает свою философию. Отсюда же вытекает способность понимать свои желания и видеть границы своих возможностей. Вместе с этим актуализируется способность планировать, ставить цели на будущее, работать на перспективу, не ожидая своевременной награды [5, с. 141]. Если в подростковом возрасте личность больше обращена на себя и свои личные желания, то в юношеском подключается социальный аспект и социальные проблемы, личность начинает мыслить более глобально [5, с. 138].

Таким образом, конечной целью периода юности является достижение целостной идентичности, что обозначает переход от поиска себя к самореализации. И все же, человек в этом возрасте еще не обладает достаточным багажом знаний и жизненным опытом, что осложняет данный период. В любом случае, личности необходимо пройти и переосмыслить для себя внутриличностные конфликты, ведь от качества их разрешения зависит то, как человек будет принимать решения в будущем, каких принципов он будет придерживаться, что будет считать важным, каким образом будет строить межличностные отношения и т.д.

#### Список литературы:

1. Калинина, Т. Л. Этическое мышление о благе, долге, моральном законе и других категориях нравственности / Т. Л. Калинина // Сер. Гуманитарные науки. – 2015. – № 6. – С. 14.
2. Попова, Т. А. Смыслы и ценности. Структурные компоненты смысложизненных ориентаций / Т. А. Попова, М. И. Цилина // Психол. проблемы смысла жизни и акме. – 2021. – № 1. – С. 216–221.
3. Головинова, Г. Какой возраст считается «юностью» [Электронный ресурс] / Г. Головинова // Сайт психологи на b17. – Режим доступа: <https://www.b17.ru/article/420349/>. – Дата доступа: 18.03.2024.

4. Абдиева, Г. И. Юношеский возраст как период личностно-профессионального самоопределения и становления / Г. И. Абдиева // Глобус, вып. 2. – 2021. – № 2. – С. 26–28.

5. Кон, И. С. Юность как стадия жизненного пути / И. С. Кон // Психология ранней юности / И. С. Кон. – М., 1979. – С. 33–46, 138–141.

К содержанию

***В. В. Шпакова (С. Л. Яцук)***

***Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина***

## **ОСОБЕННОСТИ ОБРАЗА «Я» У ПОДРОСТКОВ**

В современном обществе становится актуальной проблема развития личности в подростковом возрасте, когда происходит формирование «Я-концепции» – системы внутренне сформированных представлений человека о самом себе, понимание своего «Я».

В подростковом возрасте «Я-концепция» как правило нестабильна и изменчива. Это связывают с тем, что в это время активно формируется личность подростка, изменение социального статуса и роли. Это может привести к различным последствиям, таким как низкая самооценка, неуверенность в себе и развитие различных психологических проблем.

Поэтому важно оказывать помощь в формировании положительной «Я-концепции», которая будет способствовать их психологическому развитию и успешной социализации. Достигнуть этого можно путем общения с родителями, педагогами и психологами, которые должны помочь подростку осознать свои ценности и убеждения, научиться принимать неудачи, и помочь определиться со своим местом в обществе.

Подростки начинают искать свою идентичность и формировать отношения с окружающим миром. В этом возрасте особенно важно научить подростка уважению, толерантности и пониманию к различным культурам и образам жизни. Важно помнить, что подростковый возраст – это период, когда ребенок сталкивается с разными проблемами и сложностями, вплоть до депрессии и суицидальных мыслей. Поэтому нужно научить подростка обращаться за помощью и поддержкой, если ему это необходимо.

Также огромное влияние на формирование «Я-концепции» имеют социальные средства массовой информации, такие как социальные сети, телевидение и интернет. Они могут повлиять на взгляды, ценности, моду и многое другое. Например, фильмы могут внушить им определенные убеждения и навязать стиль поведения. СМИ могут создавать идеальные

образы успеха, красоты и т. д., что может негативно влиять на самооценку подростка из-за сравнения себя с идеальными образами, несоответствующими реальности.

Для адекватного формирования «Я-концепции» у подростка родители должны помогать ему принимать себя таким, какой он есть и правильно управлять своими эмоциями. Они должны создавать подходящую атмосферу дома, где подросток будет чувствовать себя принятым и уважаемым. Важно поддерживать увлечения ребенка и давать развиваться в выбранном им направлении. Это поможет научиться подростку брать на себя ответственность за принятые им решения и почувствовать самостоятельность.

Цель нашего исследования: выявить особенности формирования «Я-концепции» в подростковом возрасте.

В проведенном нами исследовании мы изучали самооценку подростков как одну из составляющих «Я-концепции» с помощью следующих методик: методика Т. Дембо-С.Я. Рубинштейн; методика «Самооценка личности» О. И. Моткова.

По результатам методики Дембо-Рубинштейн выявлено, что среди испытуемых экспериментальной группы 6 человек имеют заниженную самооценку, что составляет 23 % от общего количества респондентов, 20 человек имеют адекватную самооценку – это 77 %, подростков с завышенной самооценкой в группе не выявлено.

Помимо общего уровня самооценки методика позволяет выявить уровень самооценки по определенным характеристикам личности, составляющим сущность самооценки – это характер, ум, способности, авторитет, внешность, уверенность в себе.

Наибольшее количество респондентов с низким уровнем самооценки наблюдается по характеру и авторитетности (42 %); внешности (41 %). Наибольшее количество респондентов с высоким уровнем приходится на способности. Указанные по характеристикам данные соответствуют возрастным особенностям подростков, их отношению к внешности и авторитету у сверстников вследствие гормональной перестройки и новообразования подросткового периода.

Для уточнения полученных результатов по уровню самооценки проведена методика самооценки личности О. И. Моткова, содержащая более дифференцированную шкалу диагностики компонентов самооценки.

Анализ позволил выделить респондентов с низкой, средней, высокой и псевдовысокой самооценкой. В исследовании было выявлено 18 подростков с низкой самооценкой (69 %), 7 – со средней (27 %) и 1 – с высокой (4 %). Респонденты с псевдовысокой самооценкой отсутствуют.

Помимо общих показателей был выявлен средний балл по каждому оцененному фактору личности: нравственности, воли, самостоятельности, креативности, гармоничности и экстраверсии. По всем показателям был обнаружен средний балл равный двум, что также указывает на низкую самооценку всех указанных факторов.

Соответственно, больше всего среди респондентов была выявлена адекватная, средняя самооценка, однако количество подростков с заниженной самооценкой было тоже достаточно велико, что рекомендует психолого-педагогического вмешательства.

К содержанию

*В. Э. Шульган (О. В. Чумакова)*  
*Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ЦВЕТА НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ**

Цвет – это характеристика светового восприятия, возникающего при взаимодействии света с поверхностью объекта. Цвет является одним из основных свойств визуального восприятия и играет важную роль в различных областях, таких как искусство и дизайн, создание различных технологий. Он помогает различать и идентифицировать различные объекты в окружении человека, обеспечивает получение информации о свойствах предметов (материал, состояние, назначение и т. д.).

Психология цвета изучает реакции человека на цвет и ассоциации, которые он вызывает. Оттенки могут привлекать и отталкивать, приносить спокойствие и комфорт или возбуждать и беспокоить. Цвета привлекают чувства, а не обычную для человека логику. Всем хорошо знакомо, что все цвета пробуждают в подсознании определенные эмоции. Специалисты по психологии обнаружили, что обстановка, сбалансированная по цвету, создает привлекательную, творческую атмосферу, успокаивает людей и улучшает их общение друг с другом.

Швейцарский психолог М. Люшер уделил много внимания влиянию цвета на восприятие и психическое состояние человека. Он установил, что определенный цвет вызывает у людей определенные эмоциональные переживания. Например, желто-красные тона вызывают чувства возбуждения, азарта, активности. Синие и серые тона, напротив, оказывают на людей успокаивающее действие. Черный или серый цвета имеют значение строгости и культуры. Они как бы контрастируют со всей гаммой вульгарных цветов.

Психология цвета – это эмпирическая наука. По этой причине она является очень сложной, но в то же время невероятно интересной. Основным барьером на пути развития научной теории взаимосвязи цвета и психики является недостаточная систематизация и обобщение накопленных фактов, и зачастую ученые и практики просто не берутся за эту проблему. Поскольку влияние цвета на каждого человека индивидуально, а два человека не интерпретируют цвет одинаково, многие ученые и специалисты просто не берутся за изучение этого вопроса.

Тем не менее, исследования в этой области помогают понять, как цвет может помочь в лечении тревожных, депрессивных и иных психологических состояний. Однако эта отрасль психологического знания пока является нишевой.

В исследовании особенностей влияния цвета на психологическое состояние приняли участие студенты третьего и четвертого курсов разных специальностей. К основным психологическим особенностям студенческого возраста относятся: активное формирование мировоззрения, ценностных ориентаций, интенсивное накопление знаний и опыта; проявление большей заинтересованности в получении новых знаний, активное участие в учебной деятельности; активная включенность в систему новых социальных связей, формирование навыков коммуникации. Для студентов, находящихся в постоянном стрессе, типичны состояния низкой психической активности, апатии и сонливости, высокий уровень тревожности и раздражительности.

Эмпирическое исследование проводилось с целью выявления особенностей влияния цвета на психологическое состояние студентов. В данном исследовании приняли участие учащиеся «Брестского государственного университета имени А. С. Пушкина» очной и заочной формы получения образования. Выборка составила 40 человек. Испытуемым предлагалось пройти Цветовой тест М. Люшера и опросник САН. После чего каждому участнику была предложена картинка-мандала, изображенная на листе в виде раскраски. Мандала – это сложная геометрическая фигура, которая состоит из нескольких концентрических кругов. Также студентам-участникам были выданы карандаши теплых оттенков, так как предполагалось, что они вызовут позитивную реакцию у участников. В заполнении рисунка необходимым условием было работа исключительно с карандашами «радостных» оттенков. После техники заполнения рисунка, в качестве контрольного тестирования, студенты повторили исследования по тестам.

При первичном тестировании испытуемых по методике САН выявлены следующие показатели:

высокий уровень самочувствия, активности и настроения выявлены у 46 % испытуемых;

40 % испытуемых – показатели находятся на среднем уровне;

4 % студентов испытуемых находятся на низком уровне.

После прохождения теста М. Люшера отмечаются следующие результаты:

20 % испытуемых – низкий уровнем тревожности;

42 % испытуемых со средним уровнем тревожности;

38 % испытуемых – высокий уровень тревожности.

После заполнения мандал у 45 % испытуемых самочувствие, активность и настроение улучшились, у 37 % испытуемых – состояние не изменилось и осталось прежним, показатели оставшихся 18 % студентов испытуемых незначительно ухудшились. Ухудшение показателей может быть связано с утомляемостью от прохождения методики либо участникам исследования не понравилось взаимодействие с мандалами и предложенными цветами.

У 50 % испытуемых уровень тревоги понизился, в то время как у 25 % студентов показатели не изменились, а у оставшихся 25 % даже незначительно ухудшились. Это также может быть связано с вышеперечисленными факторами.

Таким образом, влияние работы с цветом и мандалами сильно зависит от личных особенностей, предпочтений и эмоционального состояния человека. Важно учитывать эти факторы и предлагать такую деятельность осторожно и с уважением к индивидуальности.

#### Список литературы

1. Базыма Б.А. Цвет и психика. – Харьков: ХНУ им. В. Н. Каразина, 2001. – 110 с.

2. Люшер, М. Цвет вашего характера / М. Люшер. – М.: АСТ-ПРЕСС, 1997. – 240 с.

К содержанию

*Д. С. Юрковская (Н. В. Былинская)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ПРОБЛЕМА ИССЛЕДОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ**

Проблема эмоционального выгорания среди педагогов в современном образовательном процессе привлекает особое внимание

исследователей. Эмоциональное выгорание рассматривается как результат длительного воздействия стресса на личность, приводящий к физической и эмоциональной истощенности, снижению мотивации и профессиональной эффективности. Влияние этого синдрома особенно актуально для педагогов, чья деятельность связана с высоким уровнем эмоционального вовлечения и постоянным взаимодействием с людьми.

Эмоциональное выгорание является важным феноменом, изучаемым в различных дисциплинах, среди которых психология, психиатрия и медицина. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рассматривает его как состояние, которое включает физическое, эмоциональное и мотивационное истощение, снижение профессиональной эффективности, хроническую усталость и повышенную уязвимость к соматическим заболеваниям [1]. Это состояние часто ассоциируется с длительным воздействием стресса, что вызывает каскад неадаптивных реакций на нейробиологическом уровне, в частности, нарушения в работе нейроэндокринной и иммунной систем. В 2019 г. ВОЗ включила эмоциональное выгорание в Международную классификацию болезней (МКБ-11). В этой классификации выгорание определяется как синдром, возникающий в результате хронического стресса на рабочем месте. Это позволило стандартизировать подходы к диагностике и исследованию эмоционального выгорания, выделяя три аспекта: потеря энергии и хроническое истощение; ментальная отстраненность или негативное отношение к профессиональной деятельности; снижение профессиональной эффективности [1].

С точки зрения нейробиологии, эмоциональное выгорание связано с нарушением регуляции гормонов стресса, таких как кортизол, что приводит к аллостатической перегрузке и вызывает нейротоксические эффекты в областях мозга, отвечающих за эмоциональную регуляцию и исполнительное функционирование. Помимо физиологических факторов, значительное влияние на развитие синдрома выгорания оказывают психосоциальные аспекты, такие как рабочая обстановка, межличностные отношения и социальная поддержка.

Термин «эмоциональное выгорание» был введен в 1974 году психоаналитиком Г. Фрейденбергером. Он описал это состояние как психическое и физическое истощение, характерное для профессионалов, работающих в интенсивной эмоциональной среде. Эмоциональное выгорание, по его мнению, возникало вследствие чрезмерных требований к себе и ресурсам организма, что он назвал «болезнью сверхуспеха» [2, с. 159]. В современной научной литературе выделяются два основных подхода к изучению эмоционального выгорания: результативный и процессуальный. Результативный подход представлен в работе К. Маслач

и С. Джексон [3], которые предложили трехкомпонентную модель выгорания, включающую: психоэмоциональное истощение – усталость и эмоциональное опустошение, вызванные профессиональной деятельностью; деперсонализацию – цинизм, холодность и негативное отношение к коллегам и пациентам; редукцию профессиональных достижений – снижение самооценки и чувство неэффективности в работе. В контексте данного подхода эмоциональное выгорание рассматривается как статическая структура, состоящая из трех основных компонентов.

В России с 1990-х годов началось активное изучение феномена эмоционального выгорания. Одним из ведущих исследователей в этой области стал В. В. Бойко, который описывал выгорание как механизм психологической защиты, направленный на адаптацию к стрессовым ситуациям. Он выделял три фазы эмоционального выгорания: фаза напряжения – начальная стадия, характеризующаяся тревожностью и депрессией; фаза резистенции – попытка индивида справиться с напряжением, проявляющаяся в снижении эмоциональной вовлеченности и формировании защитных механизмов; фаза истощения – конечная стадия, характеризующаяся полным эмоциональным истощением, отстраненностью и снижением двигательной активности [4].

Развитие эмоционального выгорания обусловлено взаимодействием множества факторов, которые условно можно разделить на внешние (организационные) и внутренние (индивидуально-психологические). К. Маслач утверждает, что эмоциональное выгорание часто возникает из-за несоответствия между требованиями работодателя и возможностями сотрудников, что приводит к хроническому стрессу и истощению. Также недостаток автономии на рабочем месте, особенно в сочетании с жестким контролем, ограничивает способность сотрудников внедрять инновации и повышает риск выгорания. Ощущение недооцененности также способствует выгоранию, а разрыв межличностных отношений на рабочем месте создает ощущение изоляции и отчуждения. Кроме того, когда работа противоречит личным ценностям, это приводит к моральным страданиям и эмоциональному выгоранию [3, с. 28].

На внутренние факторы эмоционального выгорания значительное влияние оказывают личностные характеристики и стратегии совладания. Люди с высокой эмоциональной чувствительностью, идеализмом или сильной профессиональной приверженностью более подвержены выгоранию. Длительное воздействие стресса нарушает гормональную регуляцию, вызывая аллостатическую перегрузку и провоцируя появление психосоматических заболеваний.

Педагогическая деятельность считается одной из самых эмоционально нагруженных профессий. Высокий уровень

ответственности, требование эмоциональной вовлеченности и необходимость взаимодействовать с учащимися на постоянной основе создают благоприятные условия для развития эмоционального выгорания. В исследованиях Н. Е. Водопьяновой [5] подчеркивается, что педагоги часто сталкиваются с нервно-психической нестабильностью и отсутствием должной эмоциональной поддержки.

Важную роль играет взаимодействие учителей с учениками, где учитель часто чувствует себя «дающим», а ученики – «берущими», что усиливает эмоциональное истощение. Проблемы в межличностных отношениях с учащимися, родителями и коллегами, а также высокий уровень ролевых конфликтов также способствуют выгоранию. Профессия педагога не предполагает значительного карьерного роста и часто сопровождается отсутствием позитивной обратной связи. Это, в сочетании с постоянной нагрузкой и ролевыми конфликтами, усиливает эмоциональное выгорание. Учителя вынуждены справляться с множеством ролевых ожиданий и требований, что нередко приводит к когнитивной перегрузке и чувству беспомощности.

Авторское исследование проводилось на базе ГУО «СШ №1 г. Березы имени В. Х. Головки». В выборку вошли 43 педагога в возрасте от 26 до 57 лет (средний возраст  $39 \pm 2,1$  года), среди которых 8 мужчин и 35 женщин. Стаж педагогической деятельности колебался от 2 до 24 лет, при среднем значении  $10,6 \pm 1,5$  года. Педагоги с опытом работы более 23 лет составили 9,3% от выборки. Остальные имели стаж до 20 лет, и их возраст не превышал 43 лет. Для диагностики эмоционального выгорания использовались опросник «Эмоциональное выгорание» В. В. Бойко – методика, оценивающая три фазы эмоционального выгорания: напряжение, резистенция и истощение; а также методика «Индекс общего самочувствия» (WHO-5 Well-Being Index) – инструмент для оценки уровня психологического благополучия, включающий пять вопросов с балльной оценкой. Анализ уровней эмоционального выгорания у педагогов показал, что фаза резистенции сформирована у 41,86 % педагогов, фаза истощения выявлена у 23,26 % участников, фаза напряжения зафиксирована у 16,28 % респондентов. Анализ показал, что в фазе напряжения наиболее выражены симптомы переживания психотравмирующих обстоятельств (16,28 %) и загнанности в клетку (11,63 %). В фазе резистенции преобладали симптомы неадекватного эмоционального реагирования (18,6 %) и редукции профессиональных обязанностей (20,93 %). В фазе истощения наибольшее внимание привлекли психосоматические нарушения (9,3 %) и эмоциональный дефицит (9,3 %). Индекс общего самочувствия позволил выявить, что 41,86 % педагогов оценивают свое самочувствие как высокое, 39,53%

указали средний уровень благополучия, 18,6 % респондентов продемонстрировали низкий уровень общего самочувствия. С помощью корреляционного анализа по Спирмену была выявлена значимая обратная взаимосвязь между фазой резистенции и общим самочувствием педагогов ( $r=-0,765$ ,  $p=0,01$ ). Взаимосвязь между фазой напряжения и общим самочувствием также оказалась значительной ( $r=-0,686$ ,  $p=0,01$ ). В то время как для фазы истощения связь была средней ( $r=-0,531$ ).

Проведенное исследование показало высокий уровень эмоционального выгорания среди педагогов, особенно в фазах резистенции и истощения. Эти результаты свидетельствуют о значительном влиянии профессионального стресса на психическое состояние педагогов и необходимость разработки профилактических мер, направленных на поддержку эмоционального благополучия работников образовательных учреждений. Корреляция между эмоциональным выгоранием и общим самочувствием подтверждает необходимость систематической работы по улучшению условий труда и создания программ психологической поддержки для педагогов.

#### Список литературы

1. Выгорание – это «профессиональное заболевание» : Международная классификация болезней [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [www.who.int](http://www.who.int). – Дата доступа: 12.09.2024.
2. Freudenberger, H.J. Staff burn-out / H.J. Freudenberger // Journal of Social Issues. – 1974. – Vol. 30, № 1. – P. 159–165.
3. Maslach C. The Maslach Burn-Out Inventory Manual / C. Maslach, S.E. Jackson. – Palo Alto, CA : Consulting Psychologist Press, 1986. – 120 p.
4. Бойко, В. В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В. В. Бойко. – СПб. : Сударыня, 1999. – 28 с.
5. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с.

К содержанию

*П. В. Юрчак (В.С. Глинка)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

### **РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА СТУДЕНТОВ В ВОКАЛЬНОЙ СТУДИИ «ЗОЛАК» БрГУ им. А.С. ПУШКИНА**

В Беларуси во всех учреждениях образования с обучающимися осуществляется воспитательная работа. Среди ее основных направлений –

эстетическое воспитание, направленное на формирование эстетической культуры, развитие эмоциональной сферы, приобщение обучающихся к отечественной и мировой художественной культуре. К числу основных направлений относится и воспитание психологической культуры, направленной на развитие эмоционально-ценностной сферы личности, ее творческого потенциала и ресурсных возможностей, на развитие коммуникативных способностей, стимулирование процессов самопознания и самосовершенствования, стремления к самореализации [1].

Реализации обоих этих направлений в большой степени способствует вокальная студия «Золак», которая функционирует в Брестском государственном университете имени А. С. Пушкина. Она была создана в ноябре 2019 г. по инициативе педагога дополнительного образования Юлии Александровны Рахты и до настоящего времени действует под ее руководством.

В 2021/22 уч.г. в «Золаке» занималось 16 студентов, в 2022/23 уч.г. – 19. При студии был организован ансамбль народной песни. Студенты выступают как сольно, так и в ансамблях малых форм (дуэт, трио, квартет). Студия работает по таким направлениям, как эстрадное, народное и академическое пение. Содержание его деятельности включает в себя постановку голоса и дыхания, развитие дикции, артикуляции, слуха и чувства ритма, формирование и атаку звука, фразировку, совершенствование умения управлять своими эмоциями. Члены студии расппеваются в разных манерах, для развития техники голоса ими выполняются различные упражнения. В работе с каждым студентом, посещающим студию, применяется индивидуальный подход.

Наряду с занятиями в студии студенты часто выступают на конкурсах и фестивалях. Так, в 2022/23 уч. г. на Международном фестивале «Белавежская зорка» Станислав Шипулин был удостоен Диплома Лауреата II степени. На IX Республиканском фестивале-конкурсе «Рождественские встречи» ансамбль народной песни в количестве 13 человек был награжден Дипломом Лауреата I степени. На V Международном многожанровом фестивале-конкурсе Millennium Наталья Заруба стала Лауреатом I степени, а трио девушек – II степени. Кроме того, члены студии приняли участие в телевизионном музыкальном проекте «Звездный путь» (9 чел.), VIII открытом конкурсе патриотической песни «Молодежи время: подвиг во имя будущего» (4 чел.), III Республиканском онлайн-конкурсе «Радуга талантов» (13 чел.).

Вместе с белорусскими студентами в работе студии участвуют и иностранные обучающиеся. Даянч Тиркишов стал Дипломантом I степени на IV Открытом Республиканском конкурсе творчества детей и молодежи «Ярмарка искусств-2023». Также он дважды в течение учебного года

участвовал в творческой гостиной «Беларусь – перекресток национальных культур».

На протяжении 2022/23 уч. г. представители студии «Золак» участвовали в университете в 4 концертах, 2 фестивалях и 2 мероприятиях для первокурсников. Наиболее масштабными среди них были концерты ко Дню народного единства, Дню учителя и Дню университета. Помимо них, студентов «Золака» приглашали выступить как минимум на 6 городских мероприятиях. В конце учебного года вокальная студия «Золак» успешно продемонстрировала имеющийся у нее потенциал на отчетном концерте «Песню на щчасце прыміце!». В нем участвовало 16 активных членов студии и 9 студентов, которые ее не посещали. Концерт состоял из 3-х блоков: блок народной песни (8 номеров), патриотический блок (3), эстрадный блок (7).

Чтобы наиболее достоверно ответить на вопрос, что дает студия «Золак» для развития студентов, в июне 2024 г. было организовано анкетирование. В нем участвовало 13 человек. По мнению 9 из них, главное значение посещения студии они находят для себя в том, что просто любят петь. Двух респондентов больше всего привлекло то обстоятельство, что в «Золаке» очень комфортная психологическая атмосфера, хороший коллектив. Для 1 человека в студии важнее всего оказалось развитие его вокальных способностей, еще 1 человек не смог четко сформулировать свой ответ.

В ответе на вопрос «Формированию каких качеств у Вас наиболее способствовало участие в деятельности вокальной студии?» на лидирующих позициях оказались такие черты, как дисциплинированность (9 ответов) и терпение (8). Вслед за ними были указаны смелость (6), коллективизм (5), трудолюбие (5), коммуникабельность (5), взаимопочтение (5), доброта (4), любовь к прекрасному (3). Помимо них, дважды были выделены чувство долга, доверие, самоуважение, по одному разу – любовь к Родине, милосердие, взаимопомощь, скромность, настойчивость. Примечательно, что никем из респондентов не были упомянуты те или иные отрицательные качества.

Таким образом, для подавляющего большинства участников анкетирования в содержании работы студии «Золак» на первом месте была самореализация – возможность воплотить на практике свои вокальные навыки. Нельзя не отметить и тот факт, что среди качеств, которые воспитывались у студентов в процессе посещения студии, прежде всего ими были отмечены те, которые были направлены на формирование силы воли.

## Список литературы

1. Программа непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи на 2021–2025 гг. // Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.brsu.by/sites/default/files/ovr/programma\\_nepreryvnogo\\_vospitaniya\\_21-25\\_0.pdf](https://www.brsu.by/sites/default/files/ovr/programma_nepreryvnogo_vospitaniya_21-25_0.pdf). – Дата доступа: 03.06.2024.

К содержанию

*С. В. Юхимук, В. С. Якубович (Е. А. Гузюк)  
Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина*

## **ПРЕДСТАВЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ ОБ ИДЕАЛЬНОМ ПРЕПОДАВАТЕЛЕ И СТУДЕНТЕ**

Высшее образование занимает главенствующее место в жизни каждого человека, так как именно оно дает те знания, навыки, качества, которые так необходимы для успешного профессионального будущего. Важную роль на пути овладения такими умениями и компетенциями играет преподаватель.

Преподаватели высших учебных заведений – это не просто педагоги, но и наставники, координаторы, которые помогают студентам понять свое профессиональное самоопределение, сформировать четкие профессиональные планы, освоить будущую сферу деятельности и стать настоящими профессионалами в выбранной профессии. Именно поэтому их личностные и профессиональные качества так важны.

В данной работе будут рассматриваться образ студента и образ преподавателя, а также система стереотипных представлений об их идеальных качествах. Образ будет пониматься как совокупность представлений студентов об идеальном преподавателе и студенте. Эмпирической базой послужили результаты психодиагностического исследования на тему «Образ идеального студента и преподавателя в сознании студентов филологического факультета БрГУ имени А. С. Пушкина», которое проводилось авторами работы и их научным руководителем.

В ходе данного исследования респонденты рисовали образ идеального преподавателя и студента, а также выделяли 10 идеальных качеств обоих. 47 % испытуемых образ «идеального студента» изображали в виде одного человека (16 % – двух и более человек). При описании подчеркивали его общительность, способность ладить с одноклассниками, широкий кругозор. Некоторые респонденты, изображая свое

представление об «идеальном студенте», прибегали к метафоричности: 37 % респондентов предоставили рисунки с изображением «пылающих сердец», «растущих цветов», «птиц» и т. д.

По мнению испытуемых, «идеальному студенту» необходимо заниматься исключительно учебой (74 %). Лишь 10 % респондентов считают, что, кроме учебной деятельности, студенты должны заниматься спортивной или художественной деятельностью. Остальные 16 % не посчитали данный критерий важным. Одну из важных ролей отвели положительному эмоциональному состоянию студента (58 %).

Стоит отметить, что участники исследования не придают особого значения стилю одежды: лишь 5 % респондентов указали на важность делового стиля в образе «идеального студента», 26 % отмечают неделовой стиль, оставшиеся 69 % вовсе не выделили данный критерий. Чаще всего студенты выделяют своевременную сдачу необходимых работ в процессе обучения, выполнение всех необходимых заданий, конспектирование лекций и отсутствие опозданий (на рисунках временной критерий был отображен лишь у 21 % испытуемых). На рисунках некоторые респонденты также изображали такие средства учебной деятельности, как книги (26 %), компьютеры (11 %), а 21 % рисовали студента с ранцем.

Результаты исследования показали, что большая часть студентов заботится об эмоциональном состоянии идеального преподавателя. 72 % студентов важным критерием для идеального преподавателя назвали наличие улыбки и стремление создать благоприятную атмосферу в аудитории во время процесса преподавания. 11 % студентов отметили спокойное, серьезное состояние преподавателя и отсутствие улыбки. И лишь 18 % опрошенных не отметили влияние эмоционального состояния преподавателя на процесс обучения.

Далее, исходя из полученных данных, можно отметить, что студенты связывают образ идеального преподавателя с наличием тех или иных средств учебной среды. 39 % студентов ассоциируют образ идеального преподавателя с наличием книг, 33 % – с использованием доски для обучения в аудитории. Только 28 % не отметили сопутствующие для преподавателя предметы.

Неотъемлемой частью образа идеального преподавателя является его внешний вид. Однако, большая часть студентов – 55 % – не акцентировали внимание на данной характеристике. 28 % студентов изобразили идеального преподавателя в деловой одежде, 17 % – в одежде, неподходящей под стандартизированный образ преподавателя.

Часть опрошенных студентов – 45 % – изобразили преподавателя отдельно, исключая его из процесса обучения, но наделяя его необходимыми предметами. 22 % студентов изобразили преподавателя

среди учеников. 33 % студентов представили образ идеального преподавателя схематично, в виде набора необходимых ему качеств.

Так как существует стереотип о том, что люди, которые много читают, имеют проблемы со зрением, часть студентов – 22 % – изображала идеального преподавателя в очках, тем самым делая акцент на его умственных способностях. 78 % студентов изображали преподавателя без очков, не акцентируя внимание на данном признаке.

Образ «идеального студента» и образ «идеального преподавателя» складывается из сочетания деловых качеств, особенностей взаимодействия с другими людьми, выделения приоритета профессиональной деятельности, повышения уровня активности.

К содержанию

*К. Г. Яскевич (М. М. Карнелович)  
Гродно, ГрГУ имени Я. Купалы*

## **ОСОБЕННОСТИ НАРУШЕНИЙ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ И ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕВУШЕК И ЮНОШЕЙ**

Пищевое поведение – комплекс действий, которые связаны с приемом пищи. Пищевое поведение субъекта зависит от многих факторов: особенностей культуры, материальных возможностей, биологических особенностей. Культурные и личностные факторы тесно соприкасаются с событиями в жизни, а это в свою очередь и создает благоприятную почву для возникновения расстройств пищевого поведения психологического характера. Пищевые расстройства олицетворяют собой бессознательную борьбу индивидуальности человека, его представления о себе в социуме и проблемах, которые часто следуют из травматических событий жизненного опыта или определенной модели социализации [2].

Чаще всего при нарушении соотношения гормональной составляющей и насыщения формируется атипичное пищевое поведение, ведущее к ожирению. Выделяют три основных типа нарушения пищевого поведения: экстернальное пищевое поведение (прием пищи неосознанно, всегда при виде пищи), эмоциогенное пищевое поведение (гиперфагическая реакция на стресс), ограничительное пищевое поведение [1]. Согласно исследованиям, у женщин именно пищевая зависимость выходит на первый план среди иных рисков формирования аддикций [3].

Остается актуальным вопрос, каким образом нарушения пищевого поведения связаны с состояниями тревоги и личностной тревожностью.

Цель эмпирического исследования – выявить направленность и силу связи между нарушениями пищевого поведения и тревожностью субъектов юношеского возраста с учетом пола. Эмпирическое исследование проводилось с помощью следующих методик: шкала оценки пищевого поведения (EDI) в адаптации О. А. Ильчика и соавторов, симптоматический опросник SCL-90-R в адаптации В. Н. Тарабриной. Обработка полученных данных проводилась с помощью критерия различий Манна-Уитни и корреляционного анализа по Спирмену. В исследовании приняли участие 66 респондентов.

Согласно результатам исследования, средние значения по показателям нарушения пищевого поведения у девушек превышают значения в сравнении с юношами от двух до десяти раз. Это говорит о том, что девушки сильнее озабочены состоянием своего тела, чем юноши, и это сказывается на других аспекты жизни. Среди шкал ШОПП можно выделить 4 шкалы, которые в большей степени отражают восприятие собственного тела – стремление к худобе ( $M=3,368$ ,  $Ж=4,521$ ), неудовлетворенность телом ( $M=11,105$ ,  $Ж=10,904$ ), поведение девушки в отношении к пище – булимия ( $M=3,236$ ,  $Ж=7,138$ ), а также неадекватно завышенные требования – перфекционизм ( $M=6,631$ ,  $Ж=7,638$ ). Также стоит отметить шкалу «Недоверие в межличностных отношениях» ( $M=9,184$ ,  $Ж=8,957$ ), в которой, как и в шкале «Неудовлетворенности собственным телом», средние значения юношей выше.

Анализ данных по опроснику SCL-90-R в адаптации В. Н. Тарабриной показал весомые межполовые значения в каждой из шкал: Соматизация ( $M=0,254$ ,  $Ж=1,297$ ), Обсессивность-компульсивность ( $M=0,610$ ,  $Ж=1,504$ ), Депрессивность ( $M=0,668$ ,  $Ж=1,451$ ), Межличностная тревожность ( $M=0,614$ ,  $Ж=1,390$ ), Враждебность ( $M=0,263$ ,  $Ж=0,953$ ), Тревожность ( $M=0,384$ ,  $Ж=1,197$ ), Фобии ( $M=0,285$ ,  $Ж=0,775$ ), Паранойяльность ( $M=0,350$ ,  $Ж=0,882$ ), Психотизм ( $M=0,278$ ,  $Ж=0,751$ ). Исходя из обработки данных методом U-критерия Манна-Уитни можно сделать вывод о том, что почти во всех шкалах межполовое различие значительно выражено. Также, благодаря критерию Спирмена можно сделать вывод о том, что психопатологическая симптоматика неразрывно связана с нарушениями пищевого поведения.

Результаты исследования свидетельствуют о связи нарушений пищевого поведения с психопатологической симптоматикой, в частности, – с тревожностью и фобиями.

Таким образом, в исследовании была доказана гипотеза о том, что нарушения пищевого поведения у девушек и юношей связаны с тревожностью личности.

### Список литературы

1. Немов, Р. С. Психология: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений : в 3 кн. / Р. С. Немов. – М. : Гуманитар. Изд.центр ВЛАДОС, 2015. – Кн. 1. Общие основы психологии. – 687 с.
2. Скугаревский О. А. Русскоязычная адаптация методики «Шкала оценки пищевого поведения» / О. А. Скугаревский, С. В. Сивуха // Психотерапия и клиническая психология. – 2010. – № 3. – С. 4–7.
3. Карнелович, М. М. Связь профессионального самоотношения склонности к вредным привычкам у врачей и медицинских сестер / М. М. Карнелович, А. И. Патапчик // Актуальные проблемы медицины [Электронный ресурс] : сб. материалов итоговой науч.-практ. конф., Гродно, 27 янв. 2022 г. / отв. ред. Е. Н. Кроткова. – Гродно : ГрГМУ, 2022. – С. 401–402.

К содержанию