

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

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ
В КОНТЕКСТЕ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ**

Материалы
VIII Республиканской научно-практической конференции

Брест, 16 февраля 2017 года

Брест
БрГУ имени А.С. Пушкина
2017

УДК 159.9
ББК 88
П 86

*Рекомендовано редакционно-издательским советом Учреждения образования
«Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»*

Рецензенты:

доцент кафедры педагогики и психологии УО «Белорусский государственный
экономический университет», кандидат психологических наук, доцент
И.И. Рифицкая

доцент кафедры бизнес-коммуникаций ГУО «Институт бизнеса и менеджмента
технологий» Белорусского государственного университета,
кандидат психологических наук, доцент
Н.М. Плескачева

П 86 **Психологическое** здоровье в контексте развития личности :
материалы VIII Респ. науч.-практ. конф., Брест, 16 февр. 2017 г. /
Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина. – Брест : БрГУ, 2017. – 197 с.
ISBN 978-985-555-655-9.

В сборник включены материалы, посвященные актуальным комплексным
и междисциплинарным проблемам психологического здоровья личности.

Издание адресуется студентам, аспирантам, преподавателям, научным
работникам и всем тем, кто интересуется проблематикой психологического
здоровья личности.

Ответственность за языковое оформление и содержание материалов несут
их авторы.

УДК 159.9
ББК 88

ISBN 978-985-555-655-9

© УО «Брестский государственный
университет имени А.С. Пушкина», 2017

3

С.Б. АДАСЬКОВА

Беларусь, Гомель, ГГУ имени Ф. Скорины

ПЕРЕЖИВАНИЕ СИТУАЦИИ ЛИШЕНИЯ СВОБОДЫ В УСЛОВИЯХ ПЕНИТЕНЦИАРНОГО КОНТАКТА

Актуальность данного исследования обусловлена тем, что решение
проблемы, заложенной в теме, позволит глубже понимать особенности
переживания различных состояний, возникающих в условиях лишения
свободы. При этом именно в переживании осуществляется трансформация
личности, появление у нее новообразований, которые необходимы для
совладания с существенными жизненными изменениями. Понимание
переживаний, возникающих в связи с осуждением и лишением свободы,
позволит качественно организовать процесс психологической поддержки
осужденных и вооружит их возможностью выйти из этой ситуации с
персоногенным эффектом.

Пребывание в местах лишения свободы связано с хронической
психической напряженностью, которая обусловлена невозможностью
реализации внутренних потребностей жизни (мотивов, стремлений,
ценностей) и сопровождается душевным спадом, внутренней растерянностью,
повышенной уязвимостью, необходимостью переосмысления человеком
своего места в жизни.

Специфика пенитенциарного контакта характеризуется стрессовыми
воздействиями пенитенциарной среды: ограничением свободы переме-
щения, отрывом от родных и близких, социальным осуждением, мате-
риально-бытовыми ограничениями, упреками совести и чувством стыда.
Ф.Е. Василюк при обозначении термина «стресс» использует понятие
«вitalность», понимая под ним неустранимое измерение бытия, законом
которого является установка на «здесь и теперь» удовлетворение [1, с. 13].
Рассматривая ситуацию лишения свободы и пребывания осужденных в
исправительном учреждении с данной позиции, следует подчеркнуть
существующую в этих условиях невозможность удовлетворения актуальных
базовых потребностей, превосходство установленных общих правил
и обеспечения над индивидуальными предпочтениями, постоянный
контроль и вмешательство в жизнедеятельность арестованных и
осужденных, что приводит к переживанию стресса и фрустрации.

Если проследить по 100-балльной шкале стрессовых факторов
Холмса и Рихе количество воздействий, которым подвергается
осужденный, можно увидеть, что около 15 факторов имеют прямое
отношение к условиям пенитенциарного контакта: разрыв с
партнером (65), сим-факт осуждения и лишения свободы (63), изменение

знаний (25 %), недостаток материальных средств (37 %), недостаток силы воли (37 %), недостаток физических и моральных сил (18 %).

На втором этапе мы сравнили отношение к своему здоровью мужчин, возраст которых соответствует различным стадиям взрослости по Д. Бромлею. Полученные эмпирические данные приведены в таблице.

Таблица – Отношение к своему здоровью мужчин, возраст которых соответствует различным стадиям взрослости, %

Критерии	До 25 лет (n = 60)	26–40 лет (n = 80)	Более 40 лет (n = 110)
Ведут здоровый образ жизни	60	53,8	47,3
Удовлетворены состоянием своего здоровья	70,5	60	48,2
Считают состояние своего «хорошим» или «скорее хорошим»	66,7	61,2	20,9
Считают состояние своего «плохим» или «скорее плохим»	6,7	10	10
За последние несколько лет стали больше внимания уделять своему здоровью	40	36,3	56,3

Анализ полученных данных позволяет сделать следующие выводы: с возрастом у мужчин постепенно снижается уровень удовлетворенности состоянием своего здоровья с 70,5 % до 48,2 %; период поздней взрослости характеризуется резким снижением (в 3 раза) процентной доли респондентов, считающих состояние своего здоровья «хорошим» или «скорее хорошим»; с возрастом возрастает количество мужчин, которые стали больше внимания уделять своему здоровью с 40 % до 56,3 %; с возрастом снижается количество мужчин, которые ведут здоровый образ жизни с 60 % до 47,3 %.

Таким образом, несмотря на очевидное субъективное ухудшение состояния здоровья, количество мужчин, ведущих здоровый образ жизни, с возрастом сокращается. Возможно, это можно объяснить отсутствием физических или материальных возможностей. Поскольку большинство опрошенных заполняли анкеты при обращении в медицинские учреждения, увеличение количества респондентов, которые стали больше

внимания уделять своему здоровью, можно связать частотой обращения к врачу. Однако, главной причиной, на наш взгляд, является недостаточный уровень психологической культуры здорового образа жизни мужского населения. Поэтому большое значение имеет организация и проведение специальной информационно-разъяснительной работы.

Список использованной литературы

1. Никифоров, Г. С. Психология здоровья / Г. С. Никифоров. – СПб. : Речь, 2002. – 256 с.
2. Ильин, Е. П. Психология взрослости / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2012. – 544 с.

Р.И. ЧИЧУРИНА

Беларусь, Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина

ВЛИЯНИЕ НЕПОЛНОЙ СЕМЬИ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ДЕТЕЙ

Важнейшим институтом социализации подрастающего поколения является родительская семья. Семья во многом определяет круг интересов и потребностей ребенка, взглядов и ценностных ориентаций. В ней закладываются нравственные и социальные качества формируемой личности. В семейном окружении происходит формирование психики детей и одновременно существенно меняется психоэмоциональная сторона содержания взаимоотношений родителей.

Однако сегодня такая проблема, как нарушение структуры семьи, или неполная семья, является распространенным явлением в нашем обществе. Как показывают психолого-педагогические исследования А.И. Захарова, А.С. Спиваковской, Е.О. Смирновой, В.С. Собкина, В.М. Целуйко и др., жизнь и условия воспитания ребенка в неполной семье имеют явную специфику и существенно отличаются от жизни ребенка в полной семье.

Кроме материальных трудностей, с которыми сталкиваются одинокие родители, мать или отец, воспитывающие ребенка в неполной семье, не в состоянии реализовать одновременно обе родительские позиции – материнскую и отцовскую.

Эти особые условия жизни неполной семьи отражаются на особенностях психоэмоционального состояния детей. В силу различных причин дети из неполных семей, по сравнению со сверстниками из полных семей, обладают рядом психологических особенностей, которые в большинстве случаев носят ярко выраженный негативный характер, что затрудняет социализацию детей.

В большинстве случаев неполная семья образуется в результате развода родителей. Согласно данным Национального статистического комитета Республики Беларусь в 2016 г. в Беларуси на 1000 браков приходилось 506 разводов [2].

Исследования С.В. Задорожной показали, что проблемы психической травматизации ребенка наиболее остро стоят в неполных семьях, образовавшихся в результате развода, чем в овдовевших семьях. Исключительно разведенным семьям присущи проблемы формирования у детей негативных образов будущего семейного поведения, а также резкой реорганизации социальных и родственных связей.

Существенной проблемой социализации ребенка в разведенной семье является то, что нарушение семейных отношений и неправильное воспитание в случае развода родителей являются факторами психической травматизации ребенка.

В психотравмирующих ситуациях, какими являются конфликты и развод родителей, у ребенка, как правило, начинается длительно действующий стресс, который не дает выразить себя, своевременно разрешить травмирующую ситуацию (понижается самооценка, зарождаются необоснованные страхи, чувство бессилия, развиваются идеи неполноценности, неспособности быть собой среди сверстников).

Утрата возможности регулярно общаться с одним из родителей воспринимается ребенком как отказ от него, при этом может зародиться комплекс вины, чувство тревоги и эмоционального неблагополучия. Еще больший урон развитию ребенка наносится, если родители после развода не скрывают своего недоброжелательного отношения друг к другу, втягивают ребенка в орбиту взаимных обвинений [1].

Не менее сложно протекает развитие ребенка при повторном браке отца или матери. В семьях, где появился отчим/мачеха, у ребенка также наблюдаются различные отклонения в эмоциональной сфере, а также ухудшаются его отношения с матерью/отцом.

Результаты психологических исследований американских ученых Б. Артура и М. Кемме свидетельствуют о наличии у детей, потерявших одного из родителей, эмоциональных трудностей. Среди эмоциональных проблем отмечаются различные расстройства и реакции: фобии, нарушения сна и сны с тяжелыми сновидениями, признаки выраженной печали после события. Внутренний мир таких детей – чувство одиночества, утраты и эмоциональной пустоты [3].

Таким образом, Б. Артур и М. Кемме пришли к выводу, что потеря родителя в детском возрасте существенно влияет на развитие личности и является фактором, вызывающим патологию у взрослого человека.

С целью изучения особенностей психоэмоционального состояния детей в неполной семье нами было проведено эмпирическое исследование на базе средних школ г. Бреста. В исследовании принимали участие 46 учащихся в возрасте 13–14 лет. Из них 21 учащийся из неполных семей и 25 учащихся из полных семей. Причина образования неполных семей – развод родителей.

В исследовании мы использовали методику диагностики оперативной оценки самочувствия, активности и настроения, разработанную В.А. Доскиным, Н.А. Лаврентьевой, В.Б. Шарай, М.П. Мирошниковым.

Целью данной методики САН является экспресс-оценка самочувствия, настроения и активности. Опросник состоит из 30 пар противоположных характеристик, по которым респондентов просят оценить свое состояние. Каждая пара представляет собой шкалу, на которой испытуемый отмечает степень выраженности той или иной характеристики своего состояния. Экспресс-оценка самочувствия, настроения и активности проходила еженедельно в течение одного месяца.

Сравнив результаты по методике САН, можно констатировать, что у детей из полных семей показатели самочувствия, активности и настроения выше, чем у детей из неполных семей. Это свидетельствует о том, что у детей из полных семей психоэмоциональное состояние позитивное, они более эмоционально благополучны, чем дети из неполных семей. Кроме того, дети из полных семей более активны, чувствуют себя лучше.

Приведенные результаты исследования свидетельствуют о том, что дети, воспитывающиеся в неполной семье, испытывают эмоциональные трудности. Эмоциональный фон деятельности и общения детей из неполных семей снижен по сравнению с детьми из полных семей.

На сегодняшний день более важными, чем материальные условия, являются педагогические и психологические проблемы, которые должны решать родители. В неполной семье их возникает значительно больше и даже появляются такие, каких почти не бывает в полных семьях. Чаще всего эти проблемы касаются психической стороны развития и жизни ребенка. Родители не всегда их осознают и не всегда в состоянии правильно их понять. Необходимо внимательно относиться к эмоциональной стороне развития ребенка, так как очень важно, чтобы ребенок в семье получал эмоциональную поддержку, заботу, тепло и ласку самых близких для него людей – родителей.

Однако родители чаще всего просто не имеют должной психолого-педагогической подготовки для развития социализирующего потенциала своей семьи, нуждаются в квалифицированной помощи. Как следствие, необходимой и актуальной является организация своевременной психолого-педагогической помощи родителям и детям из неполных семей в учреждениях образования и специализированных центрах поддержки семьи и детей.

Список использованной литературы

1. Задорожная, С. В. Особенности социализации ребенка в семье разведенных родителей [Электронный ресурс] / С. В. Задорожная. – Режим доступа: <http://www.spfbsu.ru/>. – Дата доступа: 07.04.2017.
2. Национальный Интернет-портал Республики Беларусь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://news.tut.by/society/539391.html>. – Дата доступа: 25.03.2017.
3. Целуйко, В. М. Неполная семья / В. М. Целуйко. – Волгоград : Перемена, 2000. – 67 с.

С.Л. ЯЩУК

Беларусь, Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина

**САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ КАК ВАЖНЕЙШАЯ
ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА**

Труд педагога – один из наиболее сложных видов профессиональной деятельности человека. Требование времени заключается в необходимости придать образовательному процессу осмысленность, неизбежно обращая исследователей к ценностно-смысловой сфере педагога, проблеме его личностно-профессионального роста и индивидуальным тенденциям самоактуализации. Именно она, являясь важнейшей характеристикой личности, сопровождает профессиональную деятельность любого человека, в том числе и педагогическую.

К. Роджерс полагал, что тенденция самоактуализации – это процесс реализации человеком на протяжении всей жизни своего потенциала. А. Маслоу охарактеризовал самоактуализацию как желание человека стать тем, кем он может стать. Он затронул много насущных жизненных проблем, которые интересуют каждого человека: творчество, любовь, нравственные ценности, воспитание личности, совершенствование общества и др.

Для достижения поставленной цели была использована методика: диагностика самоактуализации личности (А.В. Лазукин, в адаптации Н.Ф. Калина). Исследование позволило установить следующее:

1. По шкале ориентации во времени высокий результат продемонстрировали 40 % респондентов, низкий – 13 %. Высокий результат характерен для тех, кто хорошо понимает экзистенциальную ценность жизни, выражающуюся в умении жить «здесь и теперь», способных наслаждаться актуальным моментом, не сравнивая его с прошлыми радостями и не обесценивая предвкушением грядущих успехов. Низкий результат характерен людям, невротически погруженным в прошлые

переживания, с завышенным стремлением к достижениям. Чаще они мнительные и неуверенные в себе.

2. *Шкала ценностей.* Высокий результат был выявлен у 27 % респондентов; низкий результат не был выявлен. Высокий балл по шкале свидетельствует, что человек разделяет ценности самоактуализирующейся личности, к числу которых А. Маслоу относил такие, как истина, добро, красота, целостность, отсутствие раздвоенности, жизненность, уникальность, совершенство, свершения, справедливость, порядок, простота, легкость без усилия, игра, самодостаточность. Предпочтение этих ценностей указывает на стремление к гармоничному бытию и здоровым отношениям с Другими, далекое от желания манипулировать ими в своих интересах.

3. *Взгляд на природу человека* может быть положительным (высокая оценка) или негативным (низкая). Эта шкала описывает веру в людей, в могущество их возможностей. Высокий уровень в данной выборке не был представлен, низкий уровень обнаружили у 33 % респондентов.

4. *Высокая потребность в познании* характерна для самоактуализирующейся личности, всегда открытой новым впечатлениям. Эта шкала описывает способность к бытийному познанию – бескорыстную жажду нового, интерес к объектам, не связанный прямо с удовлетворением каких-либо потребностей. Человек при этом не склонен судить, оценивать и сравнивать. Он просто видит то, что есть, и ценит это. Высокий уровень по данной шкале выявлен у 13 % респондентов; низкий отсутствует.

5. *Стремление к творчеству или креативность* – неперенный атрибут самоактуализации. Высокий уровень обнаружили 13 % респондентов, низкий отсутствует.

6. *Автономность* является главным критерием психического здоровья личности, ее целостности и полноты. В терминах Э. Фромма автономность – это позитивная «свобода для» в отличие от негативной «свободы от». Высокий уровень продемонстрировали 6 % респондентов, низкий – 15 %.

7. *Спонтанность* – это качество, вытекающее из уверенности в себя и доверия к окружающему миру. Высокий уровень обнаружили 13 % респондентов, что выступает свидетельством того, что самоактуализация стала образом жизни, а не является мечтой или стремлением, низкий – 20 %. Спонтанность соотносится с такими ценностями, как свобода, естественность, игра, легкость без усилия.

8. *Самопонимание.* Высокий показатель (33 %) по этой шкале свидетельствует о чувствительности человека к своим желаниям и потребностям. Такие люди свободны от психологической защиты, они не склонны подменять собственные вкусы и оценки внешними социальными