

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

Психолого-педагогический факультет

Кафедра психологии

«ПСИХОЛОГИЯ : ШАГ В НАУКУ»

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

Брест, 12 октября 2023 года

**Брест
БрГУ имени А.С. Пушкина
2023**

УДК 364.4-053.2+371

ББК 74.71+74.6+88.8

П 86

Редакционная коллегия:

старший преподаватель кафедры психологии Н.А. Окулич

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 X Республиканской науч.-
П 86** практ. конф. студентов и магистрантов (с международным
участием), Брест, 12 октября 2023 г. [Электронный ресурс] / Брест. гос.
ун.-т имени А.С. Пушкина; ред. колл. : Н.А. Окулич. – Брест : БрГУ,
2023. – 183 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», 2023

СОДЕРЖАНИЕ

Белобривчик М.А. Особенности страхов у детей младшего школьного возраста	9
Богатыревич Ю.В. Особенности когнитивной флексибельности у специалистов помогающих профессий	10
Бородей А.А. Взаимосвязь самооценки и уровня мотивации младших школьников к учебной деятельности	13
Бородинчик М.В. Психология манипуляции: позитивные и негативные аспекты в контексте развития личности	15
Бородинчик М.В. Стрессоустойчивость и локус контроля личности	16
Брикун Д.А. Особенности стратегий поведения в конфликтных ситуациях у спортсменов с разным локусом контроля	17
Валиуллин Д.В. Специфика социального интеллекта студентов: эмпирический аспект изучения	19
Виринская Д.Д. Роль стереотипов в формировании первого впечатления о человеке	21
Власюк П.И. Понятие направленности личности и ее ценностных ориентиров в концепции Б.И. Додонова	23
Волтова Е.А. Особенности социального интеллекта у подростков с разными стратегиями самоутверждения	24
Воронцова Ю.В. Адаптация студентов первого курса в учреждении высшего образования	26
Галабурда А.А. Особенности коммуникативных и организаторских навыков у студентов 1 и 4 курса	29
Гапанович В.И. Психосоматические аспекты при артериальной гипертензии	31
Гизун О.В. Стилиевые характеристики копинг-поведения и толерантность в юношеском возрасте	33
Глазова И.А. Механизмы психологической защиты личности и стиля саморегуляции у медицинских работников среднего звена	35
Головня С.В. Специфика эмоциональной саморегуляции у матерей детей с ОПФР	37
Горбач В.М. Проблема эмоциональной саморегуляции личности	39
Гресик А.В. Психологические аспекты проявления сексуальности у девушек	42
Грика М.А. Причины возникновения супружеских конфликтов в молодых семьях	44
Гурьева П.А. Проблема страхов в студенческом возрасте	45
Данильчик Д.А. Особенности установления эмоциональных контактов спортсменами различных спортивных квалификаций	47

Дебело Д.И. Взаимосвязь личностной креативности и социально-психологической адаптации у студентов	49
Демидович А.О. Взаимосвязь личностной креативности и социально-психологической адаптации у студентов	51
Денисюк А.П. К вопросу эмпирического изучения гендерной идентичности и психологического пола личности	53
Дзыгун Д.С. Социально-демографические детерминанты sibлингового общения близнецов	54
Дикан А.С. Детско-родительские отношения как фактор психического развития ребенка	56
Дмитрук А.С. Характеристика эмоциональных переживаний студентов	58
Евдокимова А.Д. Вина и психологические защиты личности	60
Емельянов А.Ю. Принципы и сущность позитивной психологии	62
Жигар Е.В. Проявления тревожности у старших подростков	63
Здоровец Д.В. Отношение к родительской семье в период ранней взрослости	65
Калапуц Е.В. Особенности адаптации студентов к высшему учебному заведению	67
Кирикович А.Н. Особенности образа «Я» в юношеском возрасте	69
Кирпич А.А. Особенности мотивационной сферы личности спортсменов	71
Клецкова К.Е. Особенности социальной адаптации у юношей и девушек	73
Клышко А.А. Особенности готовности к родительству у юношей и девушек	75
Коваль А.Д. Признаки коммуникативной успешности и эффективности общения работника в сфере «человек-человек»	77
Кожемякин М.Н. Особенности компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста	78
Козлович О.В. Взаимосвязь эмоционального выгорания и особенностей саморегуляции у медицинских работников	80
Колесникович Д.В. Проблема принятия себя в подростковом возрасте	82
Котова Е.А. Диагностический алгоритм исследования копинг-стратегий и психологической безопасности у студентов	84
Круковская А.В. Значение невербальной коммуникации в профессиональной деятельности психолога	85
Крысь К.И. Исследование психологического благополучия в юношеском возрасте	87
Кукса А.А. Особенности самооценки у юношей и девушек	89

Левданская А.И. Переживание душевной боли как фактор психологического здоровья подростка	91
Леоновец О.В. Особенности эмоциональных отношений в супружеских парах с разным стажем совместной жизни	93
Лукьянчик Ю.В. Проблема супружеских конфликтов в молодых семьях в контексте сохранения и поддержания психического здоровья и психологического благополучия	95
Люднышева Л.Д. Особенности учебной деятельности студентов высшей школы	97
Матузко А.В. Эмоциональное выгорание как феномен в деятельности работников социономических профессий	98
Можелюк Л.В. Теоретический анализ проблемы гендерной социализации личности	100
Нагорный В.С. Взаимосвязь нравственного развития и волевых качеств личности в юношеском возрасте	102
Накрепленная Н.В. Содержание представление о внешней красоте сверстника своего пола у старших подростков	104
Никонова М.А. Семейная тревога партнеров, состоящих в незарегистрированных отношениях	106
Огиевич А.А. Особенности коммуникации студентов с интро-вертированностью и кстравертированностью	108
Осипчук Я.В. Интернет как средство коммуникации подростков	109
Осоприлко Д.А. Феномен дружбы как проявление межличностных отношений в юношеском возрасте	111
Павлович Е.Н. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и самоотношения у студентов-психологов	113
Павлючик Д.С. Критерии сформированности трудовой группы работников как коллектива	115
Пальчастая Т.Е. Взаимосвязь стрессоустойчивости и ценностно-смысловых установок у взрослых как средство коммуникации подростков	116
Панцевич П.В. Учебная мотивация студентов разных форм получения образования	118
Писарчук А.О. Проявление эмоционального интеллекта у старших подростков и юношей	119
Полухина А.В. Проявление лидерских качеств у мальчиков и девочек подросткового возраста	121
Полховская Е.А. Виды психологической защиты подростков в буллинге	122
Прокопюк С.И. Проблема жизненного пути личности в работах К.А. Абульхановой-Славской	124

Пташкевич И.Ю. Особенности проявления синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников старшего и среднего звена	127
Пташник А.И. Сформированность сепарации студентов от родителей	129
Пшик Т.Ф. Отношение современного общества к лицам с ОПФР	131
Равская А.С. Социально-психологические методы оценки эффективности персонала	133
Рак А.А. Теоретические аспекты психологической готовности студенческой молодежи к семейной жизни	135
Рогашук М.В. Особенности проявления тревожности у спортсменов с непродолжительным стажем занятий спортом	137
Слесарева А.С. Особенности эмоциональных нарушений у молодых специалистов, работающих с пациентами COVID-19	139
Соколова Д.Д. Взаимосвязь образов «я» и мотивации личности в юношеском возрасте	141
Спиренкова К.А. Типы психологических защит у лиц, состоящих в созависимых отношениях	143
Сычева С.В. К проблеме исследования феномена зависти в отечественной психологии	146
Чж. Сюэци. Проблемы и перспективы организации психологической поддержки детей с особенностями психофизического развития в Китае	148
Тарасюк З.В. Психологические аспекты нарушений пищевого поведения	150
Хамардинова Я.Т. Становление личностной рефлексии в подростковом возрасте	152
Харкович Е.В. Индивидуально-психологические особенности адаптации к нагрузкам у спортсменов-легкоатлетов	155
Хроменкова Т.Н. Тревожность как черта личности и признак эмоциональной окраски поведения	156
Чебан К.В. Семья и брак в системе ценностей студенческой молодежи: психолого-социологический анализ	157
Черкасюк Н.Н. Языковая тревожность у школьников	159
Чумаков М.А. Особенности адаптации студентов первого курса	161
Чуньлан В. Представления о любви у людей разных возрастов	163
Шакунова С.А., Шакунова Ст.А. Психологические аспекты изучения пессимизма и оптимизма	166
Шакунова С.А., Шакунова Ст.А. Психология медиации как направление в практической психологии	167
Шакунова С.А., Шакунова Ст.А. Отцовский комплекс: влияние отца на формирование личности дочери	169
Шалбаев А.А. Соотношение ситуативной и личностной тревожности у старших подростков	172

Шисловский А.С. Проблема сепарации от родителей в юношеском возрасте	174
Шкулдыцкая Е.Д. Характеристика иррациональных установок у девушек	176
Шпудейко Е.И. Личностная автономия как механизм саморегуляции	178
Штык М.С. Этиология конфликтов в детско-родительских взаимоотношениях у подростков	180
Якубович Т.М. Взаимосвязи смысложизненных ориентаций и толерантности к неопределенности у лиц юношеского возраста	182

М. А. БЕЛОБРИВЧИК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е.С. Коверец, старший преподаватель

ОСОБЕННОСТИ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

В последнее время специалистами отмечается увеличение количества детских страхов. По мнению А.С. Спиваковской, страх относится к специфическому острому эмоциональному состоянию, реакции, проявляющейся в опасной ситуации; вызывается конкретной, ближайшей опасностью, которая уже произошла [1]. В психологической практике понятие страха используется в контексте психологической диагностики страхов у детей. Эффективному преодолению детских страхов способствует определение источника или причины страха – того, что причастно к его возникновению [2].

А.И. Захаров отмечает, что в младшем школьном возрасте детские страхи имеют свои особенности. Дети могут бояться темноты, одиночества, высоты, животных, неизвестных людей и т.д., что может быть вызвано как реальными опасностями, так и вымышленными угрозами, воспринимаемыми из книг, фильмов или игр. Основной страх младшего школьного возраста – страх перед школой. Для помощи детям в преодолении страхов необходимо обеспечить им безопасность и поддержку, а также помочь развивать навыки решения проблем и уверенность в себе [3].

В исследовании для изучения страхов в младшем школьном возрасте участвовали 20 учеников первых классов. Были использованы следующие методики: методика выявления детских страхов «Страхи в домиках» А.И. Захаров, М.А. Панфилова и «Методика диагностики уровня школьной тревожности» Б. Филлипса.

В результате исследования было выявлено, что у младших школьников наиболее выраженными факторами являются «страх ситуации проверки знаний» (80 %); «фрустрация потребности в достижении успеха» (70 %); «проблемы и страхи в отношении с учителями» (70 %); «страх не соответствовать ожиданиям окружающих» (60 %); менее всего у первоклассников выражена низкая физиологическая сопротивляемость стрессу (20 %). При этом у мальчиков преобладают социально-опосредованные страхи, страхи сказочных персонажей, страхи, связанные с причинением физического ущерба, страх страшных снов, медицинские страхи, страх своей смерти. Менее всего у них выражены страх животных и пространственные страхи. У девочек этого же возраста преобладают медицинские страхи, страхи, связанные с причинением физического ущерба, страх

смерти, пространственные страхи, страх темноты и кошмарных снов, а также социально-опосредованные страхи. Менее всего выражен страх сказочных персонажей.

Результаты сравнения между группами показали достоверные различия. Так, мальчики, по сравнению, с девочками, имеют более низкий уровень школьной тревожности ($U=113,6$ при $p<0,05$); девочки имеют более высокий уровень тревожности, чем мальчики ($U=0,115$ при $p<0,05$); у мальчиков более выражен социально-опосредованные страхи (наказания) ($U=0,119,55$ при $p<0,05$); девочки больше, чем мальчики, боятся смерти родителей ($U=207,1$ при $p<0,05$).

Список использованной литературы

1. Спиваковская, А. С. Профилактика детских неврозов / А. С. Спиваковская. – М. : МГУ, 1988. – 240 с.
2. Ковалевская, А. А. Страхи детей младшего школьного возраста и способы их психокоррекции / А. А. Ковалевская // Приволжский научный вестник. – 2014 – № 2 (30). – С. 71–76.
3. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей / А. И. Захаров. – СПб. : СОЮЗ, 2000. – 448 с.

К содержанию

Ю. В. БОГАТЫРЕВИЧ

Гродно, ГрГУ имени Я. Купалы

Научный руководитель – А. Н. Певнева, кандидат психологических наук, доцент

ОСОБЕННОСТИ КОГНИТИВНОЙ ФЛЕКСИБИЛЬНОСТИ У СПЕЦИАЛИСТОВ ПОМОГАЮЩИХ ПРОФЕССИЙ

Актуальность проблемы изучения особенностей когнитивной флексибильности у специалистов помогающих профессий обусловлена тенденцией развития современного инклюзивного образования. На первый план выходят не только профессиональные, но и гибкие личностные качества педагогических работников. Данные характеристики относятся к группе помогающих профессий согласно классификации Е.А. Климова [1].

Стоит отметить, что отношения учителя и ученика содержат в себе массу неклассифицируемых и неизмеряемых явлений: сочувствие, личная вовлеченность, намерения, человечность [2, с. 187]. И эти отношения направлены на развитие личности и получение образования. В данном контексте одной из важнейших представляется специфическая способность личности

педагога организовывать свою познавательную деятельность и интеллектуальное поведение в зависимости от предъявляемых условий, что описывается конструктом когнитивной флексибельности [3, с. 128]. Когнитивная флексибельность, по мнению Е.Ю. Осавалюк, может проявлять себя двойственно: как свойство когнитивного процесса (субъектный аспект) и как способность личности (личностный аспект) [4]. В данной работе нами изучается когнитивная флексибельность как способность управлять своим поведением и не устанавливать рамки для стереотипного поведения.

Целью настоящего исследования является выявление особенностей когнитивной флексибельности у специалистов помогающих профессий. В ходе исследования проверяется предположение о наличии различий когнитивной флексибельности у педагогов общего среднего образования и учителей-дефектологов.

В исследовании приняли участие 106 педагогов учреждений образования г. Гродно. Из них 62 учителя общего среднего образования и 44 учителя-дефектолога. Средний возраст респондентов составил $M=42,25$, $SD=11,98$. В рамках методологии исследования когнитивной флексибельности использован опросник когнитивной флексибельности (Cognitive Flexibility inventory – CFI, авторы Дж.П. Деннис и Дж.С. Вандер Вал) в адаптации С.С. Курягина и Е.Ю. Осавалюк [5].

На основании анализа результатов средних значений и стандартных отклонений выявлены различия когнитивной флексибельности у педагогов общего среднего образования (Γ_{62}) и учителей-дефектологов (Γ_{44}).

Показатели по шкалам альтернатива у Γ_{62} составил $M=62,09$, $SD=7,49$; Γ_{44} – $M=58,54$, $SD=9,70$; контроль у Γ_{62} представлен $M=36,75$, $SD=6,86$; Γ_{44} – $M=37,38$, $SD=6,98$; что свидетельствует о том, что респонденты Γ_{62} более склонны рассматривать альтернативные варианты и находить новые пути решения в сложной для них ситуациях в отличие от коллег. В свою очередь при возникновении подобных ситуаций респонденты Γ_{44} воспринимают их как контролируемые и управляемые в большей степени, чем Γ_{62} . Общий показатель флексибельности у Γ_{62} представлен значением $M=98,85$, $SD=11,36$; Γ_{44} – $M=95,93$, $SD=12,23$. В данном случае респонденты Γ_{62} демонстрируют высокий уровень умений преобразовывать когнитивные установки в ответ на изменяющиеся условия в отличие от испытуемых Γ_{44} , которые владеют данной способностью в меньшей степени.

Сравнительный анализ показателей когнитивной флексибельности педагогов общего среднего образования и учителей-дефектологов показал, что уровня статистической значимости достигают различия по шкале *альтернатива* ($m_{62}=62,09$; $m_{44}=58,54$; $U=1044,0$; $p=0,04$). Для педагогов, работающих с норматипичными детьми, присуща тенденция рассматривать множество разных способов разрешения трудных ситуаций и давать несколько вариантов

объяснения сложным ситуациям. При этом респонденты Г₄₄ демонстрируют инвариантность стратегий в разрешении трудных жизненных ситуаций и единообразие в объяснении событий, происходящих в их жизни.

Полученные результаты обусловлены спецификой организации педагогической деятельности. Учителя общего среднего образования работают с разными категориями детей, что требует от них гибкости и умения находить благоприятные варианты разрешения неожиданных сложных ситуаций в рамках учебно-воспитательного процесса. Деятельность учителей-дефектологов обусловлена методикой оказания коррекционной помощи детям с особенностями психофизического развития и требует от педагога строгого соблюдения алгоритма.

Выявлены особенности когнитивной гибкости: для педагогов общего среднего образования характерна способность демонстрировать альтернативные варианты объяснения жизненных проявлений и генерировать множество вариантов решений в сложных ситуациях, а учителя-дефектологи склонны воспринимать сложные ситуации как контролируемые.

Полученные статистически значимые данные способствуют пониманию необходимости учитывать показатели когнитивной гибкости педагогов при организации инклюзивного образования.

Список использованной литературы

1. Климов, Е. А. Некоторые психологические проблемы подготовки молодежи к труду и выбору профессии // Вопросы психологии. – 1985. – № 4. – С. 5–8.

2. Сорокоумова, С. Н. Специфика профессиональной деятельности специалистов помогающих профессий педагогическое образование в России / С. Н. Сорокоумова, В. П. Исаев // Педагогическое образование в России. – 2013. – № 4. – С. 186–190.

3. Кургинян, С. С. Когнитивная Гибкость личности: теория, измерение, практика / С. С. Кургинян, Е. Ю. Осаволук // Психология. Журнал высшей школы экономики. – 2018. – Т. 15. № 1. – С. 128–144.

4. Осаволук, Е. Ю. Когнитивная гибкость личностей с различным типом отношения к себе [Электронный ресурс] <https://www.dissercat.com/content/kognitivnaya-fleksibilnost-lichnostei-s-razlichnym-tipom-otnosheniya-k-sebe> (дата обращения: 10.10.2022).

5. Кургинян, С. С. Опросник когнитивной гибкости (CFI) адаптация на русской выборке / С. С. Кургинян, Е. Ю. Осаволук // Психологический журнал. – 2018. – Т. 39. № 2. – С. 105–119.

К содержанию

А. А. БОРОДЕЙ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Даниленко, кандидат психологических наук, доцент

ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООЦЕНКИ И УРОВНЯ МОТИВАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Одной из важных задач, которая встает перед современной психологией и педагогикой, является формирование активной личности, мотивированной на деятельную жизненную позицию. Существует тесная связь между успехами, достигнутыми в овладении учебной деятельностью, и развитием личности.

Роли самооценки в формировании уверенности и неуверенности школьника посвящена работа А.И. Липкиной [1]. Указанный исследователь выявила, что в зависимости от характера самооценки (ее адекватности, устойчивости) у школьника возникает уверенность в себе, неуверенность или самоуверенность, т.е. определенные черты характера. В результате исследования автору удалось выявить целый ряд условий формирования самооценки: роль, функция и место в этом процессе оценки другими людьми деятельности ребенка, значение оценки самим ребенком результатов собственной деятельности.

Главным стимулом их психического развития с возрастом становится не только стремление получить одобрение окружающих, но и потребность выполнять собственное требование к себе и быть на уровне тех задач, которые они сами перед собой ставят, – пишет Л.И. Божович [2]

Л.С. Выготский [3] предполагал, что именно в семилетнем возрасте начинает складываться самооценка – обобщенное, т.е. устойчивое, внеситуативное и, вместе с тем, дифференцированное отношение ребенка к себе. В возрастной и педагогической психологии младший школьный возраст занимает особое место: в этом возрасте осваивается учебная деятельность, формируется произвольность психических функций, возникают рефлексия, самоконтроль, а действия начинают соотноситься с внутренним планом.

Дети с высокой самооценкой отличаются активностью, стремлением к достижению успеха как в учении и общественной работе, так и в играх. Совсем по-иному ведут себя дети с низкой самооценкой. Их основная особенность – неуверенность в себе. Во всех своих начинаниях и делах они ждут только неуспеха. Практически не существует такого действия, которое мог бы предпринять учитель, не опасаясь, что ребенок с заниженной самооценкой не даст ему негативной интерпретации.

Неважно, насколько позитивным будет выглядеть это действие в глазах других детей, насколько сам учитель будет вкладывать в него искренние благие намерения – ребенок может отреагировать отрицательно в любом случае. Поэтому важно, чтобы у ребенка с раннего детства формировалось положительное представление о себе [3]. Соотнесение собственной оценки своей учебной деятельности с оценкой, которую эта деятельность получает у других, умение учитывать точку зрения других, возникновение этого двухстороннего подхода существенная веха на пути формирования критической самооценки у учащихся достигнутых результатов учебной деятельности. Важна не только адекватная оценка учителем самого по себе объективного результата учебной деятельности, но и учет того, что усматривает и ценит в этом результате сам учащийся [3].

Р. Бернс [4], анализируя большое число исследований американских авторов, отмечает, что на грани дошкольного и младшего школьного возраста происходит качественный скачок в развитии самооценки.

Мотив является источником побуждения к действию, а младший школьный возраст – благоприятный период для формирования максимально высокого уровня школьной мотивации. Отсутствие учебной мотивации приводит к снижению успеваемости и замедляет процесс развития личности ребенка. Влияние успеваемости младших школьников на их самооценку несомненно. Организуя учебно-воспитательную работу учитель должен сознательно формировать самооценку младших школьников.

Список использованной литературы

1. Липкина, А. И. К вопросу о методах выявления самооценки как личностного параметра умственной деятельности / А. И. Липкина // Проблемы диагностики умственного развития учащихся. – М. : Просвещение, 2008. – 234 с.

2. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – М. : Просвещение, 1998. – 321 с.

3. Выготский, Л. С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский. – М. : Педагогика, 1991. – 237 с.

4. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитания / Р. Бернс. – М. : Прогресс, 1986. – 456 с.

К содержанию

М. В. БОРОДИНЧИК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, кандидат психологических наук, доцент

**ПСИХОЛОГИЯ МАНИПУЛЯЦИИ: ПОЗИТИВНЫЕ
И НЕГАТИВНЫЕ АСПЕКТЫ В КОНТЕКСТЕ
РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ**

Манипуляция в психологии понимается как социальное воздействие, осуществляемое в скрытой форме, на другого человека или группу людей с целью оказать влияние на их эмоции, поведение, сознание, действия.

Независимо от желания человека манипуляция сопровождает его в течение всей жизни: в процесс общения она включена как неотъемлемая его часть. Когда мы хотим передать кому-то свои переживания (поделиться радостью), презентовать свои достижения, побудить других людей к совершению определенных действий, разрешить противоречия в споре, то практически всегда применяется манипуляция. В связи с этим целесообразно различать позитивный и негативный типы манипуляции, присутствующие в жизни человека и оказывающие влияние на успешность его действий, направленность мотивов, целесообразность поведения и т. п.

Позитивная манипуляция направлена на убеждение других людей в своих намерениях, демонстрации определенных ценностей, в налаживании эффективной коммуникации, повышении социальной значимости и полезности общественных мероприятий и др. Негативная манипуляция больше основывается на внушении, чем на убеждении, и направлена на формирование чувства вины у других людей, атмосферы тревожности и угрозы, наращивания доминирования и управления другими; это постановка человека в ситуацию дискомфорта и цейтнота, которая используется для психологического унижения личности человека, его достоинства, обесценивания его как личности и совершения обмана (в основном финансового).

Каждому человеку необходимо иметь представления о позитивной негативной манипуляции, приемах их применения, а также правилах защиты от манипуляции. В качестве универсальных приемов защиты от манипуляции можно рекомендовать: не давать полной информации о себе; осознавать, что идет манипулируют; эмоционально игнорировать провокационные действия со стороны других людей; повышать самооценку и уверенность в себе; развивать критичность мышления; овладеть приемами защиты от манипуляций.

К содержанию

М. В. БОРОДИНЧИК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, кандидат психологических наук, доцент

**СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ И ЛОКУС КОНТРОЛЯ
ЛИЧНОСТИ**

Под стрессоустойчивостью в психологии понимают способность личности противостоять воздействию разных стрессовых факторов, сохраняя при этом собственное психологическое благополучие и психофизиологический гомеостазис функциональности жизненно важных систем организма. Стрессоустойчивость не означает отсутствия стресса в жизни человека или его отрицание, избегание. Наоборот, личность успешно преодолевает стресс и научается использовать энергию от стресса для позитивного саморазвития и успешной жизнедеятельности.

Выделяют разные виды стресса: позитивный (эустресс) и негативный (дистресс), эмоциональный, когнитивный и др. Когда человек успешно справляется со стрессом и развивается как личность, позитивно смотрит на мир и окружающие события, тогда можно отмечать на наличие у него определенной стрессоустойчивости.

С понятием стрессоустойчивость связано понятие «локус контроля», предложенное психологом Дж. Роттером. В трактовке ученого это свойство личности, выражающееся в склонности приписывать собственные успехи или неудачи внешним либо внутренним факторам.

В психологии распространено утверждение о том, что человек, который обладает внутренним локусом контроля, является более позитивным. Такой человек приписывает удачи и неудачи только собственной личности и собственным усилиям и поэтому не подвержен стрессам. Однако такое состояние и поведение личности возможно не во всех ситуациях. Также необходимо наличие критичности ума, зрелости и гибкости самой личности, знание и применение адекватных приемов для преодоления стресса.

Личность с внешним локусом контроля также обладает определенным уровнем стрессоустойчивости. Такой человек (при наличии адекватной критичности и зрелости личности) понимает, что не все зависит от него. Развитие разных событий может быть обусловлено как усилиями самого человека, так и независящими от него причинами.

К содержанию

Д. А. БРИКУН

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. А. Гаврилович, старший преподаватель

ОСОБЕННОСТИ СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ У СПОРТСМЕНОВ С РАЗНЫМ ЛОКУСОМ КОНТРОЛЯ

Проблема формирования позитивной атмосферы актуальна для спортивной деятельности не менее, чем для любой другой. Создать благоприятный социально-психологический климат в спортивном коллективе – большое искусство и педагогический труд [1].

Конфликт, как крайняя форма негативных взаимоотношений, обостряет все противоречия и несогласия, повышает эмоциональную возбудимость и психическую напряженность конфликтующих личностей, всего коллектива. Повышенная эмоциональная возбудимость мешает пониманию смысла слов и поступков, обостряет чувство обиды и неудовлетворенности. Межличностные противоречия и конфликты в спортивной деятельности изучаются в контексте исследования межличностных отношений (В.А. Блинов, А.П. Дмитриев, И.Л. Журкина, Ю.А. Коломейцев, Н.В. Коротаева, Л.В. Лихачев, В.А. Пак, Г.А. Парамонова, С.И. Петров, И.И. Сулейманов и др.).

Цель нашего исследования заключалась в изучении особенностей стратегий поведения в конфликтных ситуациях у спортсменов с разным локусом контроля.

Организованное нами исследование осуществлялось на базе факультета физического воспитания и туризма УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина». Выборку составили 84 студента-спортсмена (n=84). Участие в исследовании было добровольным.

Для достижения поставленной цели использовалась батарея методик, включающая: опросник «Стиль поведения в конфликте» К. Томаса (в адаптации Н.В. Гришиной), тест «Шкала локуса контроля» Дж. Роттера.

Нами было выдвинуто предположение о том, что стратегии поведения спортсменов в конфликтной ситуации обусловлены типом локуса контроля.

Результаты обработки данных методики К. Томаса свидетельствуют, что в качестве стратегии поведения в конфликтной ситуации «Избегание» предпочитают 18 респондентов (21 %), «Приспособление» – 15 (18 %), «Соперничество» – 13 (16 %), «Сотрудничество» – 18 (21 %), «Компромисс» – 20 (24 %).

Результаты диагностики спортсменов по методике Дж. Роттера позволяют констатировать, что 63 % (53 респондента) относятся к лицам с интернальным локусом контроля, 37 % (31 респондент) характеризуются экстернальным локусом контроля.

Дальнейший анализ полученных данных выявил: доминирующей стратегией поведения в конфликте у спортсменов с экстернальным локусом контроля является избегание (выбор 10 респондентов (31%)). Преобладающая стратегия поведения в конфликте у спортсменов с интернальным локусом контроля – компромисс, его выбрали 14 респондентов (27%).

Следующий этап исследования предполагал разделение респондентов на две равные по численности группы: по 30 испытуемых с разным локусом контроля, что в итоге привело нас к совокупной выборке в 60 респондентов – 71% от изначальной выборки. В дальнейшем это позволило проверить взаимосвязь стиля поведения в конфликте с локусом контроля спортсмена. Для проверки значимости связи и взаимообусловленности исследуемых явлений, был проведен расчёт критерия корреляции Спирмена. Расчеты производились автоматически на сайте medstatistic.ru в разделе «Калькуляторы» для статистических критериев. Проверка на взаимосвязь показала:

- коэффициент корреляции Спирмена (ρ) равен 0.141;
- число степеней свободы (f) составляет 58;
- t -критерий Стьюдента равен 1.088;
- критическое значение t -критерия Стьюдента при данном числе степеней свободы составляет 2.002;
- $t_{набл.} < t_{крит.}$, зависимость признаков статистически не значима ($p=0.281165$).

Полученные результаты свидетельствуют о том, что взаимосвязь между локусом контроля и выбором стратегии поведения в конфликтных ситуациях у спортсменов слабо выражена. Таким образом, нельзя однозначно сказать, что выбор стратегии поведения в конфликте зависит от локуса контроля спортсмена, следовательно данные параметры могут не оказывать влияния друг на друга.

Список использованной литературы

1. Коломейцев, Ю. А. Взаимоотношения в спортивной команде / Ю. А. Коломейцев. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 128 с.

К содержанию

Д. В. ВАЛИУЛЛИН

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – В. Ю. Москалюк, кандидат психологических наук, доцент

СПЕЦИФИКА СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА СТУДЕНТОВ: ЭМПИРИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ИЗУЧЕНИЯ

В постоянно меняющейся социокультурной реальности встает вопрос об использовании социального интеллекта на практике, а именно об использовании своих личностных качеств, профессиональных навыков и умений в повседневной жизни. Благодаря социальному интеллекту студенты смогут без труда привыкнуть к имеющимся условиям и/или пройти курс адаптации при смене работы, места жительства, а также с легкостью смогут заводить новых друзей. Без социальных навыков в целом и коммуникативных навыков в частности, умения вести диалог, невозможно достичь высоких профессиональных результатов.

Эмпирическое исследование было проведено на базе высшего учебного заведения г. Бреста. В исследовании приняли участие 86 студентов разных специальностей. Использовалась методика «Социальный интеллект» Дж. Гилфорда. Методика Дж. Гилфорда включает 4 субтеста, рассмотрим результаты каждого из них отдельно.

Результаты исследования показали, что студенты, имеющие высокие показатели по субтесту «история с завершением» составляют 32 % от выборки. Эти респонденты способны предугадать поведение других, умеют предвосхищать поступки окружающих на основе анализа реальных ситуаций общения, предсказывать события, основываясь на понимании чувств, мыслей, намерений участников коммуникации. Они умеют четко выстраивать стратегию собственного поведения для достижения поставленной цели, способны ориентироваться в невербальных реакциях участников взаимодействия и понимать нормы и правила, регулирующие поведение людей.

Средние значения по шкале имеют 37 % студентов, которые умеют прогнозировать общение, в том числе невербальные реакции собеседника, на умеренном уровне. Низкие показатели по шкале имеет фактически каждый третий студент (31 %), плохо понимающий связь между поведением и его последствиями. Они могут попадать в конфликтные ситуации, так как неверно представляют себе результаты своих или чужих действий и поступков, плохо ориентируются в общепринятых нормах и правилах поведения.

Студенты с высокими показателями по субтесту «группы экспрессии» составляют 9 % от общей выборки. Эти респонденты умеют правильно оценивать состояния, чувства, намерения людей по их невербальным проявлени-

ям, мимике, позам, жестам. Они обращают внимание на невербальные реакции собеседника и в целом придают большое значение невербальному общению. Большинство студентов – 69 % – характеризуются средними значениями по субтесту, которых отличает умеренно выраженное умение к распознаванию поз, мимики и жестов собеседника, их намерений и чувств. Низкие показатели по шкале имеют 22 % студентов, которые слабо владеют языком телодвижений, взглядов и жестов. В общении они чаще ориентируются на вербальное содержание сообщений, могут ошибаться в понимании смысла слов собеседника, потому что не учитывают сопровождающие их невербальные реакции.

Результаты исследования показали, что по субтесту «вербальная экспрессия» 16 % студентов имеют высокие показатели. Такие респонденты чувствуют характер взаимоотношений, что помогает им быстро и точно понимать то, что люди говорят друг другу (речевую экспрессию) в контексте определенной ситуации, конкретных взаимоотношений. Они способны находить соответствующий тон общения с разными собеседниками в разных ситуациях и имеют большой репертуар моделей ролевого поведения.

Для каждого третьего студента (32 %) значения по субтесту относятся к средним, что указывает на умеренную способность к распознаванию речевых высказываний в конкретных ситуациях общения. Низкие показатели по субтесту имеют 52 % респондентов. Таким образом, фактически каждый второй студент плохо распознает различные смыслы, которые могут принимать одни и те же вербальные сообщения в зависимости от характера взаимоотношений людей, а также в контексте ситуации общения.

По субтесту «истории с дополнениями» выявлены лишь 10 % студентов, которые имеют показатель выше среднего, что свидетельствует об умении распознавать структуру межличностных ситуаций в динамике. Они умеют анализировать сложные ситуации взаимодействия, понимают логику их развития, чувствуют изменение смысла ситуации при включении в коммуникацию различных участников. Эти студенты могут предсказывать, как человек поведет себя в дальнейшем, отыскивать причины определенного поведения.

Каждый второй студент характеризуется средними значениями по субтесту, что свидетельствует об умеренной способности к распознаванию логики межличностных отношений и структуры общения. Низкие показатели по субтесту имеют 39 % студентов, которые часто испытывают трудности в анализе ситуаций межличностного взаимодействия.

Сопоставление значений по четырём субтестам с использованием критерия Пирсона показало, что расхождения между ними статистически достоверны: $\chi^2_{Эмп} = 44.309$ при $p \geq 0,01$. Таким образом, у опрошенных сту-

дентов имеются различия в представленности высоких, средних и низких значений по каждому субтесту.

Таким образом, уровень коммуникативной компетентности студентов характеризуется неоднородностью, что может отразиться на стиле их общения.

К содержанию

Д. Д. ВИРИНСКАЯ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – В. Ю. Москалюк, кандидат психологических наук, доцент

РОЛЬ СТЕРЕОТИПОВ В ФОРМИРОВАНИИ ПЕРВОГО ВПЕЧАТЛЕНИЯ О ЧЕЛОВЕКЕ

Несомненно, в современном мире все построено на общении и взаимодействии людей. От того, как люди воспринимают и интерпретируют внешний вид и поведенческие особенности, оценивают возможности друг друга, во многом зависит характер взаимодействия и результаты их совместной деятельности. Познание и взаимное воздействие людей друг на друга обязательны в любой совместной деятельности.

Важным элементом оценки является первое впечатление об объекте. Разработкой проблемы первого впечатления занимался российский психолог А.А. Бодалев. По мнению ученого, формирование в сознании различных образов людей и их качествах строго подчиняется тем же правилам, что формирование образа предмета или знаний о нем. Главное отличие состоит в том, что предмет оценивается по внешнему виду, цвету, запаху, форме и т. д., а в коммуникации с людьми используются дополнительные характеристики, относящиеся к личности: внешность (рост, цвет волос и др.), пол, возраст, поведение, речь, жесты, способности.

Важную роль в познании принадлежит различного рода образам и понятиям, благодаря которым у людей формируются представления друг о друге. Это позволяет нам планировать свое поведение в соответствии с имеющимися данными, сопоставляя их с новой информацией, полученной в процессе общения. Каждый способен «сотворить свой мир», так как имеет свои привычки и стереотипы, что влияет на ход общения. Имеющиеся у других оценочные эталоны и установки также формируют первое своеобразное впечатление, которое индивид вызывает потом у каждого.

Знакомство с любым из людей начинается с внешнего вида человека. Зрение «посылает» в головной мозг варианты развития событий с учетом

увиденного, и тогда человек принимает решение – начинать диалог или нет. И уже на этом этапе может включаться стереотипное мышление.

Стереотип – своеобразный «твердый отпечаток нашего мышления», устойчивое представление о каком-либо человеке, группе или социальном явлении, достаточно объемное и целостное, но не исчерпывающее. Известны разные виды стереотипов: национальные, этнические, половые, возрастные, статусные и другие. Работа стереотипов сложная и важная, так как связана с возникновением устойчивого убеждения или образа, получаемого из собственной или общественной практики человеком, закрепляющего в сознании какую-либо картину мира или ее часть. Встречаясь с неизвестным или малознакомым, мозг начинает анализировать ситуацию и искать в ней что-то знакомое, согласует полученную информацию с уже имеющейся в форме представлений, социальных установок и стереотипов.

Люди часто используют стереотипы во взаимодействии, осознанно или нет, в том числе и при оценке внешности и даже имени, в наших высказываниях по этому поводу. И неважно: носит человек бороду или очки, у него худощавое телосложение или полное, – люди всегда оценивают внешность по своим мысленным критериям. Примерами таких стереотипов могут быть следующие: бородатые мужчины – мужественные, основательные, надежные, блондинки – легкомысленные и несерьезные.

По содержанию стереотипы подразделяются на две категории: стереотипы, характеризующие людей как членов определенных социальных групп, и стереотипы, характеризующие личностные особенности людей по их поведенческим особенностям, физическим способностям, внешнему виду и т. д. При оценке внешности могут «срабатывать» и те, и другие.

Получение положительного результата в общении связано с адекватным чувственным отражением друг друга субъектами, накоплением и правильным обобщением полученной информации друг о друге. Отрицательный результат в общении чаще всего является следствием неадекватного отражения людьми друг друга, недостаточности полученной информации или неправильного ее истолкования. Выделяют несколько причин неадекватности стереотипов: часть стереотипов изначально неадекватно отражают суть явлений; некоторые стереотипы со временем «устаревают» в силу того, что отдельные люди и группы людей развиваются и изменяются; так называемые адекватные стереотипы являются «неполноценными» обобщениями, поскольку содержат ограниченный набор признаков; некорректное применение стереотипов. В процессе общения и познания друг друга люди, чаще всего неосознанно, используют заимствованные стереотипные представления о личностных свойствах друг друга. Однако по ряду причин такие стереотипы по большей части оказываются неадекватными, что приводит к ошибочным умозаключениям. Поэтому стереотипные суждения

стоит рассматривать как гипотезы, подлежащие дальнейшей проверке. Не зря говорят, что «мы людей встречаем по внешнему виду, а провожаем по уму». Так работает наше мышление. В этой связи изучать его в ракурсе имеющихся стереотипов при восприятии социальных явлений актуально и интересно.

К содержанию

П. И. ВЛАСЮК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, кандидат психологических наук, доцент

ПОНЯТИЕ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ И ЕЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ В КОНЦЕПЦИИ Б.И. ДОДОНОВА

Под направленностью личности в психологии понимают совокупность устойчивых мотивов, которые направляют и эмоционально окрашивают поведение и деятельность человека.

Б.И. Додонов считал, что между мотивами и эмоциями существует тесная связь. Он разработал термин «общая эмоциональная направленность личности», под которым понимал эмоциональную характеристику личности, проявление которой позволяет определить ценностное отношение человека к определенным видам эмоциональных переживаний, а также доминирующее стремление личности к одному или нескольким из разных эмоциональных переживаний. В последующем указанным ученым был разработан психологический тест-опросник для диагностики эмоциональной направленности личности, позволяющий диагностировать десять шкал, направленных на определение доминирования склонности человека к переживанию определенных эмоций как ценностей его настоящей жизни. К ним относятся: альтруистическая (эмоции возникают на основе потребности в содействии, помощи, покровительстве другим людям); коммуникативная (эмоции возникают на основе потребности в общении); глорическая (эмоции связаны с потребностью в самоутверждении, в славе); практическая (эмоции вызываются деятельностью, ее успешностью или неуспешностью); пугническая (эмоции происходят от потребности в преодолении опасности, с интересом к борьбе); романтическая (эмоции возникают на основе стремления ко всему необычайному, таинственному); акизитивная (эмоции связаны с интересом к накоплению или коллекционированию вещей, выходящему за пределы разумной необходимости); гедони-

стическая (эмоции связаны с удовлетворением потребности в телесном и душевном комфорте); гностическая (эмоции связаны с потребностью в получении новой информации); эстетическая (эмоции как отражение потребности быть в гармонии с окружающими).

Таким образом, Б.И. Додонов рассматривает направленность через понятие ценности. При этом, если изучить эмоциональную направленность личности, то можно определить ценностное отношение человека к миру через призму определенных эмоциональных переживаний.

К содержанию

Е. А. ВОЛТОВА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Н. В. Былинская, кандидат психологических наук, доцент

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМИ СТРАТЕГИЯМИ САМОУТВЕРЖДЕНИЯ

Социальный интеллект – это специфическая способность, обеспечивающая позитивное взаимодействие человека с другими людьми. Это также умение прогнозировать поведение других людей, понимание их поступков и действий, умение различать вербальные и невербальные проявления; интеллектуальная составляющая коммуникативных способностей личности как способностью понимать эмоции и эмоциональную подоплеку отношений [1].

В подростковом возрасте происходит переломный момент в отношении к себе в связи с возникновением нового уровня самосознания, что порождает стремление познать и проявить себя как личность. Основные проблемы подростков часто связаны с самоутверждением среди сверстников, борьбой за независимость с родителями, поэтому жизненно необходимыми становятся умения адекватно реагировать на перемены, устанавливать контакты с людьми, справляться с трудными ситуациями, разрешать конфликты, отстаивать свое мнение, понимать чувства и мотивы людей и быть понятым ими [2]. Развитие социального интеллекта определяет успешное прохождение подростком возрастного кризиса.

В исследовании с целью определения особенностей социального интеллекта у подростков с разными стратегиями самоутверждения приняли участие 60 человек в возрасте 14–16 лет. В исследовании использовались «Методика исследования особенностей самоутверждения в подростковом

возрасте» (Е.А. Киреева, Т.Д. Дубовицкая); «Методика исследования социального интеллекта» (Дж. Гилфорд, М. Салливан).

Проведенное эмпирическое исследование показало, что для подростков с конструктивными стратегиями самоутверждения характерен более высокий уровень социального интеллекта, по сравнению с подростками с деструктивными стратегиями самоутверждения. Подростки со стратегией отказа от самовыражения также имеют социальный интеллект среднего и выше среднего уровня. Следовательно, именно умение правильно понимать чувства других, в том числе невербальное их выражение, верное понимание контекстов ситуаций и ролевых моделей, а также умение понимать внутренние мотивы людей по их поведению и приводит подростков к тому, чтобы проявлять к другим людям искренний интерес и ожидать положительного отношения к своей личности с их стороны, быть самостоятельным и активным в общении. Тогда как трудности в социальном взаимодействии, понимании контекстов и невербальных сигналов порождают у подростков негативизм, агрессию, отрицание значимости других и стремление к конфликтным ситуациям, а следовательно использование деструктивных стратегий.

Полученные результаты могут быть использованы для построения эффективных коррекционно-развивающих программ по формированию коммуникативных навыков у подростков с деструктивными стратегиями самоутверждения, а также подростков со стратегией отказа от самоутверждения.

Список использованной литературы

1. Ясюкова, Л. А., Социальный интеллект детей и подростков / Л. А. Ясюкова, О. В. Белавина – М. : Институт психологии РАН, 2017. – 181 с.
2. Харламенкова, Н. Е. Самоутверждение подростка / Н. Е. Харламенкова. – М. : Институт психологии РАН, 2007. – 384 с.

К содержанию

Ю. В. ВОРОНЦОВА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Г. В. Жук, кандидат философских наук, доцент

**АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА
В УЧРЕЖДЕНИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Процесс адаптации является одним из актуальных естественных ситуаций, через которую проходит в течение определённого периода каждый студент. Адаптации первокурсников к условиям обучения в учреждении высшего образования, а также к особенностям учебной деятельности в этот период посвящён ряд исследований современных психологов (А.А. Реан, А.Р. Кудашев, А.А. Баранов и др.) [1, с. 101].

Учебная адаптация – двусторонний процесс. С одной стороны, первокурсники приспосабливаются к особенностям познавательной деятельности, содержанию, методам и средствам обучения в вузе. С другой стороны, студенты влияют на образовательную среду вуза и могут помочь преподавателю найти новые подходы, которые без снижения требований со стороны педагога подготовят их к дальнейшему обучению. [2, с. 37–38]. Исходя из этого мы констатируем, что студент является не просто объектом адаптации, приспосабливающимся к новым условиям учебного процесса, ну и субъектом учебной деятельности, имеющим свою индивидуальность, которую он пытается реализовать, с помощью которой он может проявить самого себя, усовершенствовать сам учебный процесс. В процессе адаптации происходит развитие студента, его интеллектуальных и творческих способностей, усвоение профессиональных знаний и, следовательно, становление на этой основе новых качеств личности.

Следует отметить, что если адаптация – это стрессовая ситуация, то речь идет о резких переменах, происходящих в жизни студента, таких как: переход на новую ступень образования; вхождение в новое окружение, в новую систему отношений; привыкание к новому режиму времени; ознакомление с новой учебной программой, с правилами внутреннего распорядка и т. д. Все эти перемены взаимосвязаны, и сложности адаптации в одной из частей могут привести к нарушению адаптации в целом.

Адаптация является ведущим звеном в жизни каждого человека. Неуспешная адаптация оказывает негативное влияние на студента, что влечёт за собой плохую успеваемость, ухудшение эмоционального состояния, снижение активности, может повлиять на его дальнейшую жизнь, реализацию и проявление самого себя. Только при успешной адаптации студент способен реализовать себя, проявить, понять своё истинное «Я» и чувство-

вать себя полноценным человеком, полезным членом общества, способным на многое.

Исследователи различают три формы адаптации студентов-первокурсников к условиям вуза:

1) адаптация формальная, касающаяся познавательно-информационного приспособления студентов к новому окружению, к структуре высшей школы, к содержанию обучения в ней, ее требованиям, к своим обязанностям;

2) общественная адаптация, т. е. процесс внутренней интеграции (объединения) групп студентов-первокурсников и интеграция этих же групп со студенческим окружением в целом;

3) дидактическая адаптация, касающаяся подготовки студентов к новым формам и методам учебной работы в высшей школе [3, с. 103].

Следует отметить, что не одну из названных выше форм адаптации нельзя отрицать. Полноценная адаптация – это совокупность всех форм адаптации в целом, через которую должен пройти каждый студент, чтобы в дальнейшем справиться с возможными трудностями.

Нами было проведено тестирование по методике «Адаптированность студентов в ВУЗе», авторы которой являются Т.Д. Дубовицкая и А.В. Крылова. В анкетировании приняли участие 25 студентов 1 курса исторического факультета по специальности «Политология» Брестского государственного университета имени А.С. Пушкина.

На основе результатов тестирования было установлено следующее.

12 человек (48 % от численности группы) имеют высокие показатели по шкале адаптированности к учебной группе, что свидетельствует о том, что студент чувствует себя в группе комфортно, легко находит общий язык с однокурсниками, следует принятым в группе нормам и правилам. При необходимости может обратиться к однокурсникам за помощью, способен проявить активность и взять инициативу в группе на себя. Однокурсники также принимают и поддерживают его взгляды и интересы.

9 человек (36 % от численности группы) – заняли промежуточное положение между низкими и высокими показателями адаптированности к учебной группе.

4 человека (16 % от численности группы) имеют низкие показатели по шкале адаптированности к учебной группе, что свидетельствуют об испытываемых студентом трудностях в общении с однокурсниками. Студент держится в стороне, проявляет сдержанность в отношениях. Ему трудно найти общий язык с однокурсниками, он не разделяет принятые в группе нормы и правила, не встречает понимания и принятия своих взглядов со стороны однокурсников, не может обратиться к ним за помощью.

Рассмотрим результаты адаптированности студентов к учебной деятельности:

11 человек (44 % от численности группы) имеют высокие показатели: студент легко осваивает учебные предметы, успешно и в срок выполняет учебные задания, при необходимости может обратиться за помощью к преподавателю, свободно выражает свои мысли, может проявить свою индивидуальность и способности на занятиях.

8 человек (32 % от численности группы) заняли промежуточное положение между низкими и высокими показателями адаптированности к учебной деятельности.

6 человек (24 % от численности группы) имеют низкие показатели по шкале адаптированности к учебной деятельности. Это говорит о том, что студент с трудом осваивает учебные предметы и выполняет учебные задания; ему трудно выступать на занятиях, выражать свои мысли. При необходимости он не может задать вопрос преподавателю. По многим изучаемым предметам он нуждается в дополнительных консультациях, не может проявить свою индивидуальность и способности на учебных занятиях.

Таким образом, на основании полученных выше результатов, можно сделать заключение, что у большинства студентов исследуемой группы процесс адаптации в целом проходит успешно. У определенной части первокурсников есть проблемы и трудности адаптации социально-психологического характера и адаптированности к учебной деятельности. Для таких студентов мы можем дать следующие рекомендации:

По мере необходимости, не стесняйтесь обратиться за помощью к куратору, в деканат или к психологу.

Старайтесь поддерживать постоянную связь с другими преподавателями и с куратором.

Учитесь больше работать самостоятельно.

Старайтесь соблюдать режим дня.

Определите свои сильные стороны, найдите интересующую вас тематику, постарайтесь связать с этим деятельность, реализовывайте себя.

Участвуйте в общественной жизни университета.

Найдите друзей или единомышленников в своей группе или в соседних группах.

Список использованной литературы

1. Колмогорова, Л. А. Особенности мотивации учения и адаптации студентов-первокурсников с различными типами профессионального самоопределения / Л. С. Колмогорова // Мир науки, культуры, образования. – 2008. – № 4. – С. 100–103.

2. Виноградова, А. А. Адаптация студентов младших курсов к обучению в вузе / В. А. Виноградова // Образование и наука. Известия Уральского отделения Российской академии образования. – 2008. – № 3. – С. 37–48.

3. Чикова, И. В. Адаптация первокурсников к условиям обучения в вузе и ее психолого-педагогические особенности / И. В. Чикова, Г. П. Шолохова // Вестник Оренбургского государственного университета. – № 3 (164). – С. 103–107.

К содержанию

А. А. ГАЛАБУРДА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Г. В. Жук, кандидат философских наук, доцент

ОСОБЕННОСТИ КОММУНИКАТИВНЫХ И ОРГАНИЗАТОРСКИХ НАВЫКОВ У СТУДЕНТОВ 1 И 4 КУРСА

Проблема изучения коммуникативных и организаторских навыков в современной психологической науке является одной из актуальнейших тем. В век информационных технологий, как никогда, остро стоит задача повышения эффективности общения и коммуникаций людей, и исследования в области вопросов формирования, развития коммуникативной компетентности и организаторских способностей значимы и востребованы.

Исследованиями в области коммуникативных способностей в разное время занимались психологи С.Л. Рубинштейн, А.Г. Ковалев, В.Н. Мясищев, К.К. Платонов, Г.С. Васильев, А.А. Кидрон, Н.В. Кузьмина, Л.М. Митина, Э.А. Голубева, М.К. Кабардов, В.В. Бурлаков, НИ. Карасева, Е.А. Кукуев, Т.П. Абакирова, Н.А. Воробьева и другие.

Коммуникативные навыки человека – это способности, которые проявляются в его общении с людьми. Они включают в себя умение слушать и понимать собеседника, устанавливать с ними хорошие личные и деловые отношения. Организаторские навыки человека – это умение правильно поставить задачу группе или человеку, проконтролировать её выполнение, распределить обязанности и, самое главное, вовремя суметь сориентироваться в сложной экстремальной ситуации. Обретение коммуникативных и организационных навыков свидетельствует о коммуникативной компетентности. Коммуникативная компетентность представляет собой результат сформированной системы знаний, навыков, умений, качеств, являющихся характеристикой социально сформированной личности. Коммуни-

кативная компетентность является профессионально значимым качеством, необходимым для успешного осуществления большинства видов современной профессиональной деятельности. Формирование коммуникативной компетентности является процессом перманентным и происходит на протяжении всей жизни.

Психологами доказано, что основы организаторских и коммуникативных навыков закладываются еще в дошкольные годы (с 3 лет до 7 лет), когда ребёнок овладевает многими видами деятельности, такими как игровая, учебная, художественная. Чтобы ответить на вопрос: «Влияет ли образовательная среда на развитие коммуникативных и организаторских навыков, и если «да», то каким образом?», было проведено исследование по методике «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС) среди студентов 1 и 4 курсов социально-педагогического факультета (23 человека 1 курса и 25 – 4 курса).

По итогу опроса были получены следующие результаты.

Студенты 1 курса: у четырёх студентов из группы коммуникативные навыки находятся на низком уровне (0,10 – 0,36), но при этом показатели организаторских навыков находятся на среднем уровне (0,68 – 0,73). У семнадцати студентов из группы и коммуникативные и организаторские навыки находятся на среднем уровне, коммуникативные (0,59 – 0,64), организаторские (0,67 – 0,69). И лишь у двух студентов из всей группы коммуникативные и организаторские навыки находятся на высоком уровне, коммуникативные (0,67 – 0,72), организаторские (0,73 – 0,78). Исходя из анализа результатов можно предположить, что всё-таки большинство студентов после окончания школы имеют не до конца развитые как коммуникативные, так и организаторские навыки.

Студенты 4 курса: лишь у одного студента из всей группы коммуникативные и организаторские навыки находятся на низком уровне, коммуникативный навык (0,42), организаторский навык (0,59). У восемнадцати студентов коммуникативные и организаторские навыки находятся на среднем уровне, коммуникативные (0,57 – 0,64), организаторские (0,68 – 0,70). Шесть человек из группы обладает очень высокими коммуникативными и организаторскими навыками, коммуникативные (0,78 – 0,81), организаторские (0,83 – 0,87). Таким образом, мы можем видеть, что студенты, которые находятся на 4 курсе обладают достаточно высокими организаторскими и коммуникативными навыками.

На основании полученных результатов можно заключить, что университет даёт серьёзный импульс для формирования и развития коммуникативной компетентности. Многочисленные студенческие мероприятия, студенческие организации и кружки, помощь и поддержка преподавателей, кураторов, университетских психологов и многое другое способствуют

развитию коммуникативных и организаторских навыков студентов, что в будущем им должно пригодиться не только в профессиональной деятельности, но и в повседневной жизни.

К содержанию

В. И. ГАПАНОВИЧ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. Л. Ящук, кандидат психологических наук, доцент

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТЕНЗИИ

На современном этапе в практике оказания медицинской помощи в Республике Беларусь пациентам, страдающим артериальной гипертензией, преобладающую роль имеет медикаментозная коррекция уровня АД без должного учета роли психологических факторов в развитии этого заболевания. В последние годы накапливается все больше доказательств того, что тревога, депрессия и некоторые другие психопатологические состояния являются независимыми факторами риска развития артериальной гипертензии (АГ). Их необходимо рассматривать в совокупности с признанными факторами риска. Эти патологии увеличивают заболеваемость и смертность от АГ и ишемической болезни сердца (ИБС). Результатом ряда исследований последних десятилетий установлена тесная связь влияния типологических свойств личности и индивидуальной чувствительности к стрессу, изменений эмоциональной сферы с развитием тревожно-депрессивных расстройств на формирование и развитии АГ и её осложнений [1].

С целью установить различия в проявлении степени выраженности тревожности и депрессии у больных артериальной гипертензией и у лиц без артериальной гипертензии проведено исследование с использованием теста цветных выборов Люшера, «Шкалы оценки уровня реактивной и личностной тревожности» Ч.Д. Спилбергера (в адаптации Ю.Л. Ханина), «Личностной шкалы проявлений тревоги Дж. Тейлор», адаптация Т.А. Немчина, «Госпитальной Шкалы Тревоги и Депрессии (HADS)».

Эмпирическое исследование проводилось в учреждении здравоохранения «Брестская городская поликлиника № 2» (август 2022 г. – сентябрь 2023г.). В нем приняло участие 109 человек: 54 больных с АГ в возрасте от 44 до 67 лет, и 55 участников контрольной группы, не страдающие АГ, не имеющие других хронических заболеваний, в возрасте от 49 до 67 лет. В

группе с АГ было 13 мужчин, 41 женщина, в группе без АГ было 8 мужчин, 47 женщин. Участие в исследовании было добровольным. При выборке пациентов учитывался возраст, пол, ИМТ, степень АГ (с 1-ой и 2-ой степенью), длительность заболевания АГ (до 8 лет), наличие хронических заболеваний (пациенты с наличием хронических заболеваний в контрольной группе исследуемых лиц исключались из выборки).

Анализ результатов исследования показал, что участвовавшие в нем больные артериальной гипертензией имели статистически доказанную более высокую степень тревожных и депрессивных расстройств в сравнении с группой лиц без АГ. При этом выборка респондентов группы с АГ и группы без АГ по возрасту сопоставима, так как не имеет достоверных различий ($p=0,582$; $\geq 0,05$). Тест цветового выбора Люшера подтверждает наше предположение о том, что уровень тревожности в группе лиц с АГ достоверно выше уровня тревожности в группе лиц без АГ ($p=0,038$; $\leq 0,05$). ИМТ в группе пациентов с АГ достоверно выше ИМТ пациентов без АГ, что доказывает фактор нарушения питания: избыточный вес и ожирение как фактор риска АГ ($p=0$; $\leq 0,05$).

По результатам оценки уровня реактивной и личностной тревожности (Ч.Д. Спилбергер (в адаптации Ю.Л. Ханина) выявлены достоверные различия в уровне реактивной тревожности ($p=0,031$; $\leq 0,05$) и личностной тревожности ($p=0,003$; $\leq 0,05$). По данным личностной шкалы проявлений тревоги также установлена достоверная разница в более высоком уровне личностной тревоги в группе лиц с АГ в сравнении с группой лиц без АГ ($p=0,003$; $\leq 0,05$).

При оценке уровня тревоги и депрессии по шкале HADS выявлено достоверное различие в более высоком уровне тревоги ($p=0,041$; $\leq 0,05$), и более высоком уровне депрессии ($p=0,008$; $\leq 0,05$) у пациентов группы с АГ в сравнении с пациентами группы без АГ.

Полученные эмпирические данные свидетельствуют о более высокой степени выраженности тревожности и депрессии у пациентов, страдающих артериальной гипертензией и о возможности их использования для внедрения дополнительных подходов к лечению артериальной гипертензии.

Список использованной литературы

1. Копина, О. С. Популяционные исследования психосоциального стресса как фактора риска сердечно-сосудистых заболеваний// О. С. Купина, С. Ф. Сулова, Е. Р. Заикин. – Кардиология. 1996. – № 36 (3). – С. 53–56.

К содержанию

О. В. ГИЗУН

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – В. Ю. Москалюк, кандидат психологических наук, доцент

СТИЛЕВЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ И ТОЛЕРАНТНОСТЬ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Понятие «coping» происходит от английского «cope», и означает преодолевать. В научной литературе термин «coping» в широком смысле включает в себя все виды взаимодействия субъекта с задачами внешнего и внутреннего характера, а в более узком определяется как стратегия действия для приспособления к условиям ситуации. Копинг понимается также как индивидуальный способ взаимодействия с ситуацией в соответствие с ее собственной логикой, значимостью в жизни человека и его психологическими возможностями.

Совладающее поведение – это целенаправленное социальное поведение, позволяющее субъекту справиться с трудной жизненной ситуацией способами, адекватными личностным особенностям и ситуации, через осознанные стратегии действия [1]. Суть совладания заключается в том, чтобы человек либо полностью смог преодолеть негативные жизненные трудности, либо уменьшил их отрицательное воздействие на организм.

Понятие копингов впервые было введено Р. Лазарусом и С. Фолкман в рамках транзактной модели стресса. Согласно этой модели, стресс и переживаемые эмоции являются результатом взаимодействия средовых процессов и человека. Относительный смысл эмоции (угроза, потеря, брошенный вызов, выгода) зависит от контекста и от оценки ситуации человеком и взаимодействия этих двух факторов. Под копингом понимаются постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие способы преодоления специфических внешних и внутренних требований, которые оцениваются человеком как значительные или превосходящие его возможности [2].

Изучение копинг-поведения в юношеском возрасте актуально. С одной стороны, юношеский возраст является наиболее плодотворным для формирования знаний, научного и профессионального развития, обучения,

совершенствования мыслительной культуры. Важнейшие новообразования юношеского возраста происходят в познавательной, эмоциональной, мотивационной, волевой сферах психики и проявляются в структуре личности: в интересах, потребностях, склонностях, характере [3]. С другой стороны, центральные психические новообразования юношеского возраста связаны с функционированием сознания и самосознания, которые интенсивно развиваются в процессе ведущей деятельности – учебно-профессиональная. К новообразованиям юности И.С. Кон относит развитие самостоятельного логического мышления, образной памяти, индивидуального стиля умственной деятельности, интерес к научному поиску [4]. Можно предположить, что юношам и девушкам постоянно приходится делать выбор в пользу той или иной модели повеления, и не всегда такой выбор происходит вне влияния стресса.

В модели Р. Лазаруса и С. Фолкман имеются пояснения относительно первичной и вторичной когнитивной оценки трудной/стрессовой ситуации. Если первичная когнитивная оценка подразумевает анализ специфики ситуации, то вторичная оценка предполагает выбор стратегии поведения, основанный на оценке возможностей субъекта совладать с нею. Полагаем, что выбор стратегии совладания с позиции ее конструктивности можно связать с таким феноменом как «толерантность», трактуемым как стремление и способность к установлению и поддержанию общности с людьми, которые отличаются от преобладающего типа или не придерживаются общепринятых мнений. Под толерантностью не подразумевается уступка, снисхождение или потворство. Проявление толерантности также не означает терпимости к социальной несправедливости, отказа от своих убеждений или уступки чужим убеждениям, а также навязывания своих убеждений другим людям. Толерантность подразумевает принятие и правильное понимание других культур, способов самовыражения и проявления человеческой индивидуальности.

Список использованной литературы

1. Трущенко, М. Н. Проблема совладающего поведения в психологической литературе / М. Н. Трущенко // Психологические науки: теория и практика: материалы Междунар. науч. конф. (г. Москва, февраль 2012 г.). – М. : Буки-Веди, 2012. – С. 13–16.

2. Рассказова, Е. И. Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы исследований [Электронный ресурс] / Е. И. Рассказова, Т. О. Гордеева / Психологические исследования. – 2011. – № 3(17). – Режим доступа: <http://www.psystudy.ru/index.php/num/2011n3-17/493-rasskazova-gordeeva17.html>. – Дата доступа: 11.10.2019.

3. Бодалев. А. А. Психология о личности / А. А. Бодалев. – М. : Наука, 1988. – 256 с.

4. Кон, И. С. Психология юношеского возраста / И. С. Кон. – М. : Наука, 1984. – 205 с.

К содержанию

И. А. ГЛАЗОВА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Н. А. Окулич, старший преподаватель

МЕХАНИЗМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ ЛИЧНОСТИ И СТИЛЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ У МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА

Качество и доступность медицинской помощи в условиях современности имеют особую значимость. Наряду с материальным обеспечением лечебно-консультативного процесса, следует отметить уровень взаимодействия специалистов с людьми, обратившимися за помощью, а также с персоналом в рамках профессиональной деятельности. Медицинский персонал среднего звена, в большинстве случаев – медицинские сёстры, гораздо чаще включены в межличностное взаимодействие как с пациентами и сопровождающими, так и с персоналом учреждения.

Среди специальностей категории «человек-человек» важным условием эффективности профессиональной деятельности выступает рациональная целостность личности работника. В свою очередь ключевыми параметрами оценки профессиональной пригодности личности являются конструктивные механизмы психологической защиты [1, 2].

Механизмы психологической защиты и способы совладания со стрессом (копинг) имеют существенные отличия. Психологическая защита в большинстве случаев работает на подсознательном уровне автоматизмов, призвана снизить уровень эмоционального напряжения с целью сохранить баланс и целостность психики, и сэкономить ресурсы для поддержания ее нормального функционирования. Имея ключевое значение в самозащите психики, в долгосрочной перспективе эти механизмы, могут стать помехой для решения возникающих профессиональных задач [3, 4].

В свою очередь механизмы совладания со стрессом (копинг), опираясь на механизмы психологической защиты, представляют собой осознанные, действия, направленные на решение поставленных задач и разрешение ситуации в пользу личности. Для копинга в большей степени характерна направленность на долгосрочный результат [5].

Для медицинских работников, в виду стрессогенности условий трудовой деятельности, важным фактором профессионализма является наличие и выраженность определённых механизмов психологической защиты.

Целью исследования было выявить ключевые для медицинских работников механизмы защиты психики и стили саморегуляции. Респондентами выступили медицинские сёстры медучреждений г. Бреста, а также преподаватели различных учреждений образования в возрасте от 39 до 45 лет. Для исследования были использованы следующие методики: опросник «Индекс жизненного стиля» Т. Плутчика, Г. Келлермана, Х.Р. Конта [6]; опросник «Стиль саморегуляции» В.И. Морсановой [7].

Результаты первой методики показали, что высокая степень выраженности психологической защиты у большинства респондентов-медиков отмечается по механизму «проекция» (у 70,6 %), почти у половины медиков (у 44,7% и 41,2 %) – по механизмам «гиперкомпенсация» и «рационализация». Опираясь на анализ полученных данных можно сделать вывод о направленности реакций компенсации среди медработников в сторону проецирования своих негативных переживаний на ближайшее социальное окружение, что обусловлено относительной краткосрочностью их контактов с пациентами. По перечисленным механизмам психологической защиты у подавляющего большинства педагогов (91,2 %, 82,4 % и 88,2 % соответственно) выявлены низкие показатели. Среди педагогов развиты защитные механизмы, обусловленные необходимостью выстраивать взаимодействия в долгосрочной перспективе: «вытеснение» (у 41,2 %) и «отрицание» (у 38,2 %).

По результатам второй методики выявлено, что показатели выраженности стилей саморегуляции в обеих группах респондентов находятся на среднем и высоком уровне, указывая на развитость саморегуляции. При этом общий уровень саморегуляции у медицинских работников на 15 % выше, чем в группе педагогов.

Использование коэффициента ранговой корреляции Спирмена выявило наличие прямой зависимости между напряженностью механизмов психологической защиты «компенсация», «проекция», «рационализация», обратной зависимости между механизмом «замещение» и показателями общего уровня саморегуляции у медработников. В группе респондентов-педагогов выявлена прямая зависимость между напряженностью механизмов психологической защиты «отрицание», «регрессия», «гиперкомпенсация», обратная зависимость между механизмом «проекция» и показателями общего уровня саморегуляции. Полученные результаты указывают на различия в компенсаторных механизмах у медицинских и педагогических работников.

Результаты исследования могут быть использованы психологами для разработки программ психологической поддержки среднего медперсонала, профилактики и решения проблемы их профессионального выгорания в тру-

довой деятельности, что позволит в дальнейшем снизить общую неудовлетворённость профессиональной деятельностью и текучесть кадров в данной профессии.

Список использованной литературы

1. Бодров, В. А. Психологические основы профессиональной деятельности: хрестоматия / В. А. Бодров. – М. : Логос, 2007. – 855 с.
2. Кузнецова, Л. Э. Влияние способности к эмоциональной саморегуляции на формирование синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников / Э. Кузнецова, Д. С. Косинова // Молодой ученый. – 2017. – № 12 (146). – С. 190–192.
3. Белов, В. Г. Психологическая защита и ее роль в процессе формирования адаптационной системы человека / В. Г. Белов, Г. М. Бирюкова // Гуманизация образования. – 2019. – № 3. – С. 66–72.
4. Фрейд, А. Психология «Я» и защитные механизмы / А. Фрейд. – СПб.: Питер, 2018. – 160 с.
5. Лазарус, Р. Стресс, оценка и копинг / Р. Лазарус. – М. : Медицина, 2014. – 131 с.
6. Кружкова, О. В. Психологические защиты личности: учебное пособие / О. В. Кружкова, О. Н. Шахматова. – Екатеринбург : Росгоспрофпедуниверситет, 2006. – 346с.
7. Моросанова, В. И. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ): руководство / В. И. Моросанова. – М. : Когито-Центр, 2004. – 44 с.

К содержанию

С. В. ГОЛОВНЯ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Д. Э. Синюк, кандидат психологических наук, доцент

СПЕЦИФИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ У МАТЕРЕЙ ДЕТЕЙ С ОПФР

Отношение родителей к детям с особыми нуждами психофизического развития традиционно затрагивает русло кризисной психологии. Ситуацию рождения такого ребенка целесообразно понимать как кризисную, поскольку она характеризуется аспектами внезапности и сверхнормативности; возникновении внутриличностных конфликтов; отсутствием опыта разрешения конфронтации на данном уровне; резким усложнением жизнедеятельности; переходом жизни в нестабильный спектр [1]. Матери в период переживания

кризиса испытывают по отношению к своему ребенку сложный комплекс переживаний [2]. Они идентифицируются по большей части как эмоциональная напряженность, гнев; тревога, грусть, печаль; чувство неопределенности, пессимизм; депрессивность; чувство утраты эмоционального контроля над ситуацией и пр. Перечень данных эмоциональных состояний свидетельствует об их преимущественно негативном фоне.

Сравнительный анализ детско-родительских отношений, проведенный Е.В. Хорошевой [3], показал, что родители особого ребенка относятся к нему с меньшим эмоциональным принятием по сравнению с родителями нормально развивающихся детей. Причем в наибольшей степени таковая тенденция выражена у матерей. Можно предположить, что регуляторный потенциал в области эмоционально-волевой сферы у женщин существенно депривирован.

В исследовании на предмет определения специфики эмоциональной саморегуляции у матерей детей с ОПФР по различным параметрам участвовали 40 матерей (возрастной диапазон 24–56 лет). Выборку составили женщины, обучающиеся на заочной форме получения высшего образования психолого-педагогического факультета, и женщины, посещающие занятия в коррекционных центрах «Рыжий кот» и «Авокадо» г. Бреста. Была использована методика «Оценка эмоционального интеллекта» (Н. Холл). Результаты изучения эмоционального интеллекта у респондентов обобщены в таблице.

Таблица – Выраженность показателей эмоциональной саморегуляции у матерей детей с ОПФР

Название показателей	Уровни эмоционального интеллекта					
	низкий		средний		высокий	
	абсол. знач.	в %	абсол. знач.	в %	абсол. знач.	в %
эмоциональная осведомленность	19	47,5	15	37,5	6	15
управление своими эмоциями	30	75	10	25	0	0
самотивация	21	52,5	17	42,5	2	5
эмпатия	12	30	15	37,5	13	32,5
управление эмоциями других	28	70	10	25	2	5

Таблица отражает, что большинству обследованных женщин присущ низкий уровень выраженности по шкалам «управление своими эмоциями» (75 %) и «управление эмоциями других» (70 %). Высокой степенью «самотивации» и «управлением эмоциями других» обладает также относительно небольшой процент людей (по 5 %, соответственно). Немногочисленная доля опрошенных демонстрирует высокую степень по параметру «эмоциональная осведомленность» (15 %).

При использовании критерия F -угловое преобразование Фишера мы установили, что различия по количеству респондентов и присущим им уровням (применительно к показателям «управление своими эмоциями» и «управление эмоциями других») являются статистически значимыми: $F^*_{эмп} = 2,706$ (при $p \leq 0,01$), $F^*_{эмп} = 4,851$ (при $p \leq 0,01$).

Таким образом, в рамках исследовательской процедуры мы выявили склонность респондентов к управлению эмоциональной сферой по следующим параметрам: эмоциональная осведомленность, управление своими эмоциями, самомотивация, эмпатия, управление эмоциями других. Исходя из полученных результатов, мы можем сделать вывод о том, что среди обследованных матерей количество респондентов с низким уровнем по показателям «управление своими эмоциями» и «управление эмоциями других» статистически значимо превышает число опрошенных со средней и высокой степенью выраженности указанных показателей.

Список использованной литературы

1. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология : учеб. пособие / Л. А. Пергаменщик. – Минск : Выш. школа, 2004. – 239 с.
2. Лянцевич, А. В. Переживание кризиса родителями детей с ОПФР / А. В. Лянцевич // Медико-психологические проблемы реабилитации детей : сб. науч. ст. / под общ. ред. И. Е. Валитовой; Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина. – Брест : БрГУ, 2014. – С. 81–90.
3. Хорошева, Е. В. Сравнительное исследование семей, имеющих ребенка с нормативным и нарушенным развитием / Е. В. Хорошева // Психологическая наука и образование. – 2010. – № 5. – С. 52–58.

К содержанию

В. М. ГОРБАЧ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Д. Э. Синюк, кандидат психологических наук, доцент

ПРОБЛЕМА ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ЛИЧНОСТИ

На современном этапе развития общество нуждается в создании таких условий психического развития, которые бы способствовали комфортной жизни каждого человека. В данном случае речь о том, что из-за неумения осуществлять регуляцию собственного поведения и психических процессов многие люди оказываются социально дезадаптированными, они не

умеют жить в новых условиях, что приводит к эмоциональным и психическим срывам, а также к суициду.

Проблема осознанной саморегуляции в русскоязычной психологической науке была обозначена в 1980-1990-е годы. Исследованию регуляторных психических процессов посвящены работы Б.Г. Ананьева, П.К. Анохина, А. В. Запорожца, В.П. Зинченко и др. Ими были описаны общие и специфические черты регуляции, их интегративная сущность. Концептуальная модель саморегуляции произвольной активности человека создана таким выдающимся исследователем, как О.А. Конопкин, В.И. Моросанова, В.И. Степанский. Так, О.А. Конопкин вводит понятие «осознанной саморегуляции» с целью описания закономерностей протекания регулятивных процессов в рамках субъективного подхода [1].

Особенно остро это проблема стоит перед современной молодежью. Поэтому можно говорить о проблеме саморегуляции как социально важной проблеме.

Современная молодежь занимает активную жизненную позицию, что побуждает ее быть в эпицентре политической, социальной и экономической жизни. Стремление «сделать» карьеру, обеспечить себя материально, добиться независимости, утвердиться в собственных глазах и глазах окружающих тебя людей приводит к скрытому конфликту у молодых людей. Данное стремление молодежи к карьере, высокому положению в обществе, общественному признанию является своеобразным ответом молодых на снижение уровня жизни (особенно в средних и малых городах); рост социального неравенства; ограничение возможностей социального продвижения и самореализации [2].

Эмоциональная саморегуляция в литературе по проблеме исследования рассматривается как умение воспринимать жизнь эмоционально, однако гибко и в пределах социальных норм, контролировать и регулировать внутреннее состояние и реакции; способность не поддаваться отрицательным эмоциям, оставаться спокойным и рассудительным в любой ситуации, даже при наличии в окружающих потери контроля, страха, паники. Человек не может жить без эмоций, они наполняют нашу жизнь яркими красками, помогают ощущать счастье и радость, любовь – однако все равно нам нужна и эмоциональная саморегуляция для нейтрализации, смягчения воздействия негативных эмоций. Эмоции проявляются, как перепады настроения: испуг, восторг, гнев. Эмоциональное состояние зависит от отношения человека к действительности. Чувства и эмоции играют роль внутренних регуляторов поведения. Негативные эмоции, чувства редко бывают беспричинными, обычно есть фундамент для огорчений, тщательный анализ ситуации позволяет понять причину возникновения такого состояния. Чувства помогают корректировать поведение, угрызания совести

побуждают исправлять ошибки. Однако есть и обратная связь в угнетенном состоянии сложно эффективно работать, достигать результатов, наслаждаться жизнью [3; 4].

Саморегуляция поведения является сложным, преимущественно осознаваемым процессом. Он проявляется у личности как способность произвольно управлять собственными действиями и поступками в соответствии с моральными нормами и принципами, принятыми в обществе. Саморегулирование поведения является важным инструментом в установлении взаимоотношений личности в процессе ее общения с окружающими.

Таким образом, рассмотрев обозначенную проблему, мы можем сделать вывод о том, что саморегуляция – это, прежде всего, динамическая система взаимодействия личности и окружающего мира, функционирование которой направлено на достижение самостоятельности, инициативности и ответственности за свои поступки. Выделяется достаточно большое количество подходов к определению саморегуляции, при этом можно отметить, что в современной психологии не существует единого общего подхода к изучению феномена личностной саморегуляции.

Список использованной литературы

1. Конопкин, О. А. Общая способность к саморегуляции как фактор субъектного развития / О. А. Конопкин // Вопросы психологии. – 2004. – № 2. – С. 128–135.
2. Писарева, О. Л. Когнитивная регуляция эмоций / О. Л. Писарева, А. Гриценко // Философия и социальные науки: научный журнал. – 2011. – № 2. – С. 64–69.
3. Падун, М. А. Регуляция эмоций и ее нарушения / М. А. Падун // Психологические исследования. – 2015. – Т. 8. – № 39. – С. 5.
4. Соловьева, Е. В. Современные исследования проблемы саморегуляции личности человека / Е. В. Соловьева // Гуманизация образования. – 2009. – № 6. – С. 97–101.

К содержанию

А. В. ГРЕСИК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. В. Головня, преподаватель

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОЯВЛЕНИЯ СЕКСУАЛЬНОСТИ У ДЕВУШЕК

В настоящее время тенденции изучения сексуальности активно растут, поскольку в обществе данная тема постепенно утрачивает строгую табуированность: люди наконец-то начали признавать важную роль сексуальности в контексте не только внутреннего благополучия личности, но и в социальных взаимоотношениях. Здоровая сексуальная активность способствует повышению самооценки, улучшению настроения, уровня продуктивности и работоспособности, снятию стресса. При этом сексуальность определенно нельзя отнести к неким константным величинам в поведении личности, поскольку она строго индивидуальна, изменяется с течением жизни личности и детерминирована многими факторами. К данным предикторам можно отнести влияние общества, семьи, культуры, религии, законов и многое другое. Все это формирует индивидуальный уровень сексуальности человека, с помощью которого осуществляется самоидентификация и самовыражение личности, общение с партнером и укрепление близости и взаимопонимания в отношениях [1].

Следует заметить, что проявление сексуальности у женщин и мужчин несколько различается. Диссонанс вызван, прежде всего, неравным отношением общества к мужской и женской сексуальности: патриархальный уклад общества, длящийся уже на протяжении многих столетий, длительное время навязывал женщинам необходимость прикладывать гораздо больше усилий по сравнению с мужчинами, чтобы проявлять исключительно «правильную» сексуальность, ту, которую от них ожидает то самое общество. Причем в данном случае это отражается на внешнем выражении сексуальности женщин: навязанные адаптивные предпочтения, отказ от получения собственного удовольствия во время полового акта в пользу преимущественно мужских благ, строгие рамки в проявлении через поведение и колоссальная ответственность за него. Последний аспект отлично описывает фраза, употребляемая в обиходе: «Когда мужчина превысил свою допустимую норму алкоголя, он теряет ответственность за свои поступки. Когда эту норму превысила женщина, она приобретает ответственность за поступки всех окружающих».

Учитывая перечисленные причины, можно предположить, что психологический аспект сексуальности у девушек и женщин находится под сильным давлением со стороны общества, что неизбежно влечет за собой

нежелательные изменения в специфике сексуального поведения, и во многих случаях – искаженное представление о сексе.

В исследовании с целью выявления преград для сексуальной близости у девушек приняли участие 35 девушек в возрасте 18–20 лет. В качестве диагностического инструментария был использован опросник самооценки «Преграды для сексуальной близости» Б. и Дж. Уайнхолд.

Результаты показывают, что из 35 девушек 30 (85,7 %) имеют низкий уровень преград для сексуальной близости. Средняя степень была зафиксирована лишь у 5 респондентов (14,3 %). А высокая выраженность каких-либо препятствий полностью отсутствует. Следовательно, значительной части представителей юношеского возраста женского пола присущ низкий уровень преград для сексуальной близости, который практически не оказывает влияния на интимную сферу. Девушки в современном обществе серьезно подходят к вопросу изучения сексуальности, руководствуясь, в первую очередь, своими ощущениями и комфортом. Влияние общественного давления на них не является первостепенным фактором в оценке и формировании собственной сексуальности.

В заключение важно подчеркнуть, что сексуальность охватывает практически все аспекты нашего существования, от взглядов и ценностей до чувств и переживаний. Ее здоровый уровень важно поддерживать для оптимизации самооценки, продуктивности, сосредоточенности и снятия стресса [2]. Также крайне важно иметь собственное зрелое представление о сексуальности, прислушиваться к своим желаниям, чтобы избежать формирования искаженных телесных представлений.

Список использованной литературы

1. Походилова, В. В. Особенности некоторых сексуальных установок современной молодежи [Электронный ресурс] / В. В. Походилова. – Режим доступа : <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-nekotoryh-seksualnyh-ustanovok-sovremennoy-molodyozhi/viewer>. – Дата доступа : 14.10.2023.

2. Корецкая, И. А. Исследования сексуального профиля мужчин и женщин разных возрастов [Электронный ресурс] / И. А. Корецкая, С. Б. Тайсаева, Е. В. Сисева. – Режим доступа : <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-seksualnogo-profilya-muzhchin-i-zhenschin-raznyh-vozrastov/viewer>. – Дата доступа: 14.10.2023.

К содержанию

М. А. ГРИКА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. А. Гузюк, старший преподаватель

ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ СУПРУЖЕСКИХ КОНФЛИКТОВ В МОЛОДЫХ СЕМЬЯХ

К общим чертам современных молодых семей можно отнести снижение уровня рождаемости, усложнение межличностных отношений, рост числа разводов и их последствий, увеличение числа неполных семей, распространённость внебрачных рождений. Социальные проблемы семьи в наше время очень серьёзны, поскольку приводят к ухудшению как психического, так и физического здоровья детей и их родителей. Если в прошлом семью объединяли чисто внешние, формальные факторы (закон, нравы, общественное мнение, традиции и др.), то в настоящее время формируется новый тип семьи, единство которой все больше зависит от личных взаимоотношений всех ее членов.

Большинство психологов и социологов, изучающих семейные отношения, подчеркивают важность начального этапа становления молодой семьи. На данном этапе происходит супружеская адаптация, формируются семейные нормы, происходит освоение ролевого поведения. В этот же период обостряются практически все проблемы семейной жизни [1]. Сохранение и развитие супружеских отношений неизбежно требует постоянных переговоров, соглашений, компромиссов, и, конечно же, преодоления трудностей и разрешения конфликтов, которые существуют в каждой семье.

По данным исследования, проведенного М.А. Вишманом, А.И. Диксоном, Б. Джонсоном, наиболее распространенными проблемами в супружеских отношениях были нарушения общения, борьба за власть и главенство, нереалистичные ожидания, предъявляемые к семье и друг к другу, сексуальные проблемы, неудовлетворенность в выражении любви и привязанности супругом, финансовые вопросы, утрата чувства любви, воспитание детей, конфликт ценностей [1].

В возникновении супружеского конфликта, по мнению В.П. Левкович, О.Э. Зуськовой, большое значение имеют те ожидания, которые сложились у партнеров к моменту вступления в брак. Завышенные ожидания супругов по отношению друг к другу из-за их несоответствия действительности нередко приводят к конфликту [2].

С.В. Ковалев отмечает, что счастливые семьи отличаются не отсутствием или редкостью возникновения конфликтов, а малой их глубиной и сравнительной безболезненностью [3].

Анализ существующих работ по семейной психологии позволяет выделить проблемные области, которые чаще всего выступают причиной межличностных конфликтов между супругами: проблемы в отношениях с друзьями или родственниками; вопросы, связанные с воспитанием детей; стремление супругов к автономии; ситуации, противоречащие ролевым ожиданиям и нормам поведения; проявление ревности супругами; расхождение супругов в отношении к деньгам [4].

Таким образом, любой конфликт в молодых семьях не проходит бесследно, как правило, он может быть вызван рядом сложных проблем и иметь за собой значительные психотравмирующие последствия. Наиболее существенна роль конфликта в период формирования семьи, когда супруги только начинают приспосабливаться друг к другу. Именно на данном этапе важно определить причины конфликтных ситуаций и найти конструктивные способы и пути их разрешения.

Список использованной литературы

1. Осипова, Н. А. Проблемы изучения молодой семьи в психологии / Н. А. Осипова // Семейная психология и семейная психотерапия. – 2005. №1. – 19–33 с.
2. Андреева, Т. В. Семейная психология: учеб. пособие / Т. В. Андреева. – СПб. : Речь, 2004. – 244 с.
3. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. И. Артамонова, Е. В. Екжанова, Е. В. Зырянова и др.; под ред. Е. Г. Силаевой. – М. : Издат. центр «Академия», 2002. – 192 с.
4. Лидерс, А. Г. Психологическое обследование семьи: учеб. пособие / А. Г. Лидерс. – М. : Издат. центр «Академия», 2006. – 423 с.

К содержанию

П. А. ГУРЬЕВА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – В. Ю. Москалюк, кандидат психологических наук, доцент

ПРОБЛЕМА СТРАХОВ В СТУДЕНЧЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Страх – это состояние, которое возникает в ситуациях, когда мотивация избегания не может быть реализована или если индивид имеет побуждение и осознанную цель покинуть ситуацию, но продолжает в силу внешних (или внутренних) причин оставаться в ней. В подобных условиях ло-

кальный страх может стать генерализованным. Как показано в экспериментах И. П. Павлова, Дж. Вольпе, на основе генерализованного страха происходит научение, и страх приобретает форму личностной нелокализованной тревожности, или, связываясь с широким кругом более или менее случайных предметов или ситуаций, становится фобией [1]. Предпосылками возникновения тревожности и страха, согласно Г. Айзенку, выступают высокие показатели личностных факторов – нейротизм и интроверсия [1].

Чаще всего изучение страхов привязано к детскому возрасту – дошкольному или младшему школьному, что отражено в известных работах А.И. Захарова [2, 3]. Вместе с тем, оно может быть актуально в любом возрасте, в том числе, в подростковом, переходном между детством и взрослостью. В этом возрасте происходит формирование мировоззрения, познание окружающего мира и себя в том числе. Вместе с тем, в этом возрасте психика ребенка нестабильна и восприимчива к происходящему вокруг. Подростки стремятся тщательно скрывать свои страхи. При этом наличие устойчивых страхов свидетельствует о неспособности защитить себя, об отсутствии понимания и поддержки со стороны взрослых, о неуверенности в себе и зависимости от других.

В юношеском возрасте изучение страхов также может быть актуально. Например, студенты могут испытывать страхи, связанные с подготовкой к зачетам и экзаменам, их сдачей; могут иметь место страхи, связанные с участием в любых мероприятиях, предполагающих оценку учебной деятельности (ответы на семинарских, практических и лабораторных занятиях, выполнение контрольных срезов и тестов). Это так называемые страхи оценки или проверки. Также студенты могут испытывать страх ответственности в связи с необходимостью продемонстрировать отличную от детской и подростковой модель поведения в связи с тем выбором, который они сделали, поступив на определенную специальность («а вдруг я ошибся/лась с выбором?»). Не исключены личностные и социальные страхи, которые актуализируются в условиях учебной деятельности: страх допустить ошибку, страх быть обойденным другими, страх не успеть, страх публичных выступлений, страх перед будущим, страх перемен, страх не справиться с нагрузкой и многие другие. Можно предположить, что страхи студентов будут разными в зависимости от курса обучения: первокурсники будут больше бояться зачетов и экзаменов, а четверокурсники тревожиться по поводу подготовки и защиты диплома.

Список использованной литературы

1. Психологический словарь [Электронный ресурс] / Социальная сеть работников b17.ru. – Режим доступа: <https://www.b17.ru/dic/strah/>. – Дата доступа: 03.10.2023.
2. Захаров, А. И. Как помочь нашим детям избавиться от страха / А. И. Захаров.– СПб.: Гиппократ,1995. – 128 с.
3. Захаров, А. И. Ночные и дневные страхи у детей / А. И. Захаров. – СПб. : «Издательство СОЮЗ», 2000. – С. 2–3, 25–30.

К содержанию

Д. А. ДАНИЛЬЧИК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. А. Гаврилович, старший преподаватель

ОСОБЕННОСТИ УСТАНОВЛЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ КОНТАКТОВ СПОРТСМЕНАМИ РАЗЛИЧНЫХ СПОРТИВНЫХ КВАЛИФИКАЦИЙ

Проблема управления эмоциональной сферой спортсменов не теряет актуальности в современном спорте высших достижений. Определенное представление о разработке различных психологических аспектов проблемы эмоций, эмоциональных состояний и переживаний в спортивной деятельности дает анализ работ А.В. Алексеева, О.В. Дашкевич, В.К. Гаврилюка, Е.П. Ильина, А.А. Крауклиса, Н.Д. Левитова, В.Л. Марищук, Ю.Ю. Палайма, В.М. Писаренко, О.А. Черниковой, Г.Х. Шингарова и других исследователей.

С целью исследования особенностей установления эмоциональных контактов спортсменами различных спортивных квалификаций применялась методика диагностики «помех» в установлении эмоциональных контактов (В.В. Бойко). Исследование осуществлялось на базе факультета физического воспитания и туризма УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина». Выборку составили 60 студентов-спортсменов (n=60), из них 30 студентов-спортсменов 1 разряда (группа А) и 30 – кандидаты в мастера спорта и мастера спорта (группа Б). Участие в исследовании было добровольным.

Результаты исследования свидетельствуют, что низкий и ниже среднего уровни эмоциональных барьеров имеют 45 % (25 % низкий и 20 % ниже среднего) испытуемых группы А и 65 % (35 % низкий и 30 % ниже среднего) испытуемых группы Б. Спортсмены с более высокой спортивной квалификацией, добившиеся значительных результатов в спорте, эффек-

тивнее взаимодействуют с одноклассниками и тренерами, что оказывает положительное влияние на психологический климат в коллективе и заметно увеличивает шансы на рост спортивных достижений.

Анализ результатов методики диагностики «помех» в установлении эмоциональных контактов позволяет констатировать, что обе исследуемые выборки респондентов не имеют существенных различий по шкале «неумение управлять эмоциями, дозировать их»: показатели лишь незначительно выше у спортсменов квалификаций кандидат в мастера спорта и мастер спорта (28 % группа А и 31 % группа Б).

По шкале «неадекватное проявление эмоций» результаты выше у спортсменов группы А: спортсмены 1 разряда чаще предрасположены к неадекватному проявлению эмоций (56 % группа А и 32 % группа Б). Также отметим, что по данной шкале выявлены самые высокие показатели в обеих группах, что возможно объясняется возрастными особенностями выборки респондентов.

По шкале «негибкость, неразвитость, невыразительность эмоций» разрыв показателей в обеих группах наибольший (44 % группа А и 21 % группа Б). Можно предположить, что спортсмены, добившиеся весомых достижений в спорте и заслужившие высокие спортивные квалификации, обладают умениями быть более гибкими в эмоциональном плане, адекватно реагируют на победы других, контролируют свою соревновательную возбужденность.

Показатели по шкале «доминирование негативных эмоций» выше у спортсменов 1 разряда (17 % группа А и 11 % группа Б). При этом отметим тот положительный факт, что значения по шкале «доминирование негативных эмоций» самые низкие: спортсмены в целом позитивны, характеризуются стеническими эмоциями, позволяющими повышать результативность их профессиональной деятельности.

Нежелание сблизиться с людьми на эмоциональной основе выше у спортсменов квалификаций кандидат в мастера спорта и мастер спорта (28 % группа А и 37 % группа Б). Возможно, это обусловлено их более глубоким пониманием того, что победа зависит только от собственного труда. Как следствие они не хотят излишне отвлекаться на налаживание отношений с другими спортсменами, более закрыты и уже владеют некоторыми средствами и приемами физической подготовки (например, тренер предложил комплекс и спортсмен его самостоятельно выполняет, ему не надо ни с кем согласовывать движения).

Таким образом, у спортсменов с более низкой спортивной квалификацией «помех» в установлении эмоциональных контактов больше, чем у кандидатов в мастера спорта и мастеров спорта.

В ходе статистического анализа различий «помех» в установлении эмоциональных контактов у спортсменов 1 разряда и кандидатов/мастеров спорта было определено, что существуют различия в «неадекватном проявлении эмоций» ($U_{эмп}=262,5$ при $p=0,006$) и «негибкости, неразвитости, невыразительности эмоций» ($U_{эмп}=116$ при $p=0$).

К содержанию

Д. И. ДЕБЕЛО

Гродно, ГрГУ имени Я. Купалы

Научный руководитель – Т. К. Комарова, кандидат психологических наук, доцент

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЛИЧНОСТНОЙ КРЕАТИВНОСТИ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ У СТУДЕНТОВ

Одной из важнейших задач юношеского возраста является адаптация молодого человека к требованиям новой и динамично изменяющейся среды, что имеет особую актуальность в ситуации его вхождения в образовательное пространство вуза. На данном этапе жизненного пути возникает особый запрос на наличие у студентов определенных психологических ресурсов, в том числе личностной креативности. Данный феномен исследователями понимается как интегративная характеристика, отражающая совокупность личностных и интеллектуальных качеств, прежде всего, таких как интерес к сложным явлениям, любопытство, склонность к риску и воображение [1].

Достижение социально-психологической адаптированности проявляется в способности молодого человека взаимодействовать с обществом в целом и ближайшим социальным окружением, свободно реализовывать ролевые ожидания, переживать состояния самореализации и выражать свои творческие способности, выполняя свою основную деятельность. При этом в качестве параметров эффективной социально-психологической адаптации личности исследователями рассматриваются такие как самопринятие, принятие других, интернальность доминирование и переживание эмоционального комфорта.

Эмпирическое исследование проводилось на выборке студентов в количестве 171 человека. В качестве диагностического инструментария использовались методика диагностики личностной креативности (Е.Е. Туник) и методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса-Даймонд (в адаптации Т.В. Снегирёвой). В качестве гипотезы исследования было выдвинуто предположение о наличии взаимосвязи лич-

ностной креативности и социально-психологической адаптации. Для проверки данной гипотезы был привлечен корреляционный анализ по Спирмену. Полученные результаты представлены в таблице.

В результате корреляционного анализа была обнаружена умеренная прямая связь интегральной личностной креативности с итоговым показателем социально-психологической адаптации ($r_{\text{эмп}}=0,35$, $p<0,05$). Относительно субшкал можно отметить статистически значимые прямые корреляционные связи между показателями социально-психологической адаптации и такими субшкалами креативности как «Риск», «Любознательность» и «Сложность». Данные связи свидетельствуют о том, что выше уровень данных проявлений личностной креативности, тем более выражен адаптационный потенциал студентов.

Таблица — Результаты корреляционного анализа взаимосвязи интегративных параметров социально-психологической адаптации с личностной креативностью (уровень значимости $p<0,05$)

	Адап-тация	Само-принятие	Принятие других	Эмоцио-нальный-комфорт	Интерналь-ность	Домини-рование
Риск	0,32	0,34	0,29	0,25	0,28	0,17
Любознатель-ность	0,30	0,26	0,24	0,24	0,25	0,25
Сложность	0,35	0,27	0,27	0,34	0,33	0,35
Общая креатив-ность	0,35	0,33	0,30	0,29	0,30	0,32

Психологический «портрет» студента, обладающего адаптивным ресурсом, позволяет описать его как человека с выраженным самопринятием и склонного к риску, в сложных ситуациях проявляющего интернальность и доминирование, что в целом создает возможность переживаниям им эмоционального комфорта.

Таким образом, полученные в исследовании данные показывают, что личностная креативность является одним из важных факторов успешной адаптации студентов в образовательной среде вуза.

Список использованной литературы

1. Туник, Е. Е. Диагностика личностной креативности / Е. Е. Туник // Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., 2002. – С. 59–64.

К содержанию

А. О. ДЕМИДОВИЧ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Даниленко, кандидат психологических наук, доцент

ВЗАИМОСВЯЗЬ УРОВНЯ ЭМПАТИИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

Профессии системы здравоохранения относятся к сложным видам труда, так как требуют высокой образованности и непрерывного профессионального и личностного развития. Большинство работников здравоохранения работают в условиях, которые подвергают их воздействию множества неблагоприятных производственных факторов различного характера, нервно-эмоциональной перегрузки и высокого уровня ответственности [1]. Поэтому существует проблема «невключения» своих чувств в процессе общения с пациентом.

В связи с актуальностью указанной проблемы нами проведен анализ теоретических аспектов взаимосвязи эмоционального выгорания и уровня эмпатии у медицинских работников для повышения эффективности профилактики психического здоровья и благополучия медицинского персонала. Выявлено, что у медицинского персонала часто проявляются симптомы отсутствия эмоционального вовлечения и контакта с пациентами, неадекватные эмоциональные реакции, снижение уровня эмпатии, негативное влияние работы на личную жизнь, усталость, ведущая к снижению работоспособности [2]. Рабочая смена среднего медицинского работника – это тесное общение, в основном, с больными людьми, которые требуют постоянной заботы и внимания. Поэтому для медицинского работника важна эмоциональная отзывчивость, основу которой составляет интуиция и отзывчивость, но большое значение имеет разум, как рациональное восприятие одушевленных объектов [3].

В медицинском работнике часто видят образец профессиональной непобедимости и совершенства, связывают их работу с предназначением, миссией, стирая границы между профессиональной и личной жизнью. Работники, которые имеют завышенные ожидания в отношении себя, наиболее

подвержены риску эмоционального выгорания [4]. Но только эмоционально зрелая личность имеет ресурс решать задачи и справляться с подобными трудностями.

Профессиональный труд медицинского персонала отличается большой эмоциональной вовлеченностью (перегруженностью). Чрезмерно сильная или слабая эмоциональность могут быть препятствием для оказания помощи пациентам. Поэтому к эмоциональной сфере медицинского работника предъявляются определенные требования [5]. Например, при большом проявлении эмпатии к пациенту, врач будет внимательно воспринимать слова, эмоции и жесты пациента, а также давать обратную связь, подкреплять уверенность в том, что доктор понимает его волнение. Для этого нужно расположить к себе пациента, создать атмосферу доверия и понимания. Пациенту должно быть комфортно высказывать свои жалобы. Это способствует более точному сбору анамнеза заболевания, и выявлению способов его диагностики в дальнейшем. Медицинскому работнику нужно находить подход к большому количеству людей, уметь каждого расположить к себе так, что бы пациент открылся, доверился специалисту и в результате получил квалифицированную помощь. Но этого крайне трудно достичь, когда у медицинского работника проявляются симптомы накопленной усталости, эмоционального выгорания.

Следовательно, большое значение для медицинского работника имеет способность находить продуктивные пути противостояния эмоциональному выгоранию, сохраняя при этом высокий уровень эмпатии, так как формирование у специалиста синдрома эмоционального выгорания приводит к профессиональной деформации личности.

Углубленное понимание индивидуально-личностных факторов эмоционального выгорания у медицинских работников и их взаимосвязи с уровнем эмпатии, служат основанием для разработки мер по его предупреждению у специалистов, в форме индивидуальных и групповых консультаций, программ психокоррекции.

Список использованной литературы

1. Захаров, С. Синдром выгорания у врачей [Электронный ресурс] / С. Захаров. – Режим доступа: <http://forums.rusmedserv.com/showthread.php?t=8748>. – Дата доступа : 08.10.2023.
2. Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – 2-е издание – СПб : Питер, 2008. – 338 с.
3. Бойко, В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя других / В. В. Бойко. – Москва : Информ.-Изд. дом «Филинь», 1996. – с. 68.

4. Косарев, В. В. Профессиональная заболеваемость медицинских работников Самарской области / В. В. Косарев, Г. Ф. Васюкова // Гигиена и санитария. – М. : Медицина, 2004. – № 3. – С.27–38.

5. Ташлыков, В. А. Терапевтическое значение некоторых механизмов взаимодействия врача и больного в процессе психотерапии /В. А. Ташлыков / Проблемы психологического воздействия. – Иваново, 1978. – С .149–161.

К содержанию

А. П. ДЕНИСЮК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – В. Ю. Москалюк, кандидат психологических наук, доцент

К ВОПРОСУ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИЗУЧЕНИЯ ГЕНДЕРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПОЛА ЛИЧНОСТИ

Вопросы изучения гендерной идентичности рассматриваются в контексте разнообразных теорий. Выбор методического инструментария будет обусловлен парадигмой, которую автор избирает как ключевую в исследовании. В ситуации, когда парадигма или теория не предлагают такого инструментария, используются имеющиеся средства изучения психической реальности или разрабатываются новые средства. При этом не исключается, что полученные с их использованием результаты будут «работать» на теоретический базис, которым оперирует автор, в полной мере. Выбранный методический инструментарий может лишь еще раз подчеркнуть, что он не вполне совершенен как в рамках данной теории, так и в рамках точности измерения измеряемого. Однако принимаемые большинством методики изучения гендерной идентичности – при всей неопределенности данного понятия – дают некое представление о реальности, относящейся к представлению субъекта о своем/чужом поле и гендере.

В теориях, описывающих социальные репрезентации (например, С. Московичи), изучение гендерной идентичности можно приравнять к изучению представлений, что предполагает апелляцию к социально-психологическим теориям. Психоаналитическое направление совсем иначе рассматривает идентичность, а дефиниция «гендерная идентичность» в целом слабо конкретизирована. Понятие психологического пола оказывается при этом еще менее конкретизированным и, что вероятнее всего, сугубо эмпирическим.

В этой связи диапазон методик для изучения гендерной идентичности, психологического пола личности ограничен или определяется не одной, а несколькими концептуальными подходами, использованием методов опроса и контент-анализа, неполной согласованностью средств измерения, что, в свою очередь, позволяет прогнозировать неоднозначный с точки зрения научной строгости результат.

К содержанию

Д. С. ДЗЫГУН

Могилев, МГУ имени А. А. Кулешова

Научный руководитель – И. В. Калачева, кандидат психологических наук, доцент

СОЦИАЛЬНО-ДЕМОГРАФИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ СИБЛИНГОВОГО ОБЩЕНИЯ БЛИЗНЕЦОВ

Общение является одним из основных факторов формирования личности ребенка. Общение родителей с детьми имеет огромное значение для их интеллектуального, эмоционального и волевого развития. Не менее важную роль играет общение между сиблингами. Именно во время взаимодействия со своим братом или сестрой индивид учится договариваться, отстаивать свою точку зрения, адаптироваться, разрешать конфликты. В дальнейшем этот свой опыт человек переносит на общение с социальным окружением [1].

Рождение в семье близнецов ведет за собой появление уникальной ситуации – близнецовой ситуации, которая влияет на общение как внутри сиблинговой диады, так и за ее пределами. Близнецовая ситуация характеризуется качественным своеобразием, поскольку близнецы воспринимаются обществом как единое целое, неспособное существовать независимо друг от друга. В результате у них могут наблюдаться трудности, связанные с развитием личной идентичности и самосознания, с адекватной оценкой себя, собственных действий и поступков [2].

С целью изучения социально-демографических детерминант сиблингового общения близнецов нами было проведено исследование. В нем приняли участие 82 респондента, в том числе 50 сиблингов и 32 близнеца, из них 22 дизиготных и 10 монозиготных, в том числе 16 школьников и 16 студентов. Диагностическим инструментарием послужила методика диагностики сиблингового общения в модификации М.В. Кравцовой [3].

Статистический анализ данных, проведенный с помощью однофакторного дисперсионного анализа, позволил установить, что общение близнецов характеризуется качественным своеобразием:

для близнецов характерны достоверно более высокие показатели доверительности общения как со стороны себя ($F_{(1;80)}=6,22$; $p=0,015$), так и со стороны брата/сестры ($F_{(1;80)}=5,14$; $p=0,026$);

у близнецов диагностируются более высокие показатели по таким шкалам, как взаимопонимание со стороны себя ($F_{(1;80)}=6,70$; $p=0,011$), взаимопонимание со стороны сиблинга ($F_{(1;80)}=11,47$; $p=0,001$), сходство взглядов ($F_{(1;80)}=4,50$; $p=0,037$), легкость общения ($F_{(1;80)}=7,12$; $p=0,009$) и психотерапевтичность общения ($F_{(1;80)}=5,20$; $p=0,025$).

Выявленные особенности могут быть обусловлены тем, что близнецы, в сравнении с сиблингами, больше времени проводят друг с другом; воспитываясь в одной семье, формируют общие ценности, а также имеют схожий жизненный опыт и круг общения. Это позволяет доверять свои мысли, чувства со-близнецу, а также раскрывать глубинные аспекты своей личности, не боясь осуждения или недопонимания с его стороны.

Также установлено, что факторами, определяющими общение в близнецовой диаде, являются социальная группа (школьники - студенты), а также характер близнецовости (монозиготность - дизиготность).

Близнецы школьного возраста демонстрируют большую доверительность общения ($F_{(1;30)}=5,08$; $p=0,032$), а также лучшее взаимопонимание ($F_{(1;30)}=6,18$; $p=0,019$) и легкость общения ($F_{(1;30)}=5,34$; $p=0,028$), чем близнецы-студенты. Мы полагаем, что близнецы-студенты при поступлении в вуз могут разделить со своим со-близнецом и приобрести разный опыт преодоления трудностей, связанных с освоением профессии. У них появляется возможность поделиться своими переживаниями с другими сверстниками.

Монозиготные близнецы имеют больше общих символов семьи ($F_{(1;30)}=4,90$; $p=0,035$), а также проявляют большую легкость в общении ($F_{(1;30)}=6,47$; $p=0,016$), чем дизиготные. Установленные различия могут быть связаны более тесным общением моно-близнецов, поскольку из-за внешней схожести они воспринимаются окружающими как единое целое. Из-за этого у монозиготных близнецов появляется больше объектов, смыслов и ситуаций, приобретающих для них одно и то же значение, вызывающих одни и те же чувства, воспоминания.

Выявленные нами в ходе исследования особенности сиблингового общения близнецов важно учитывать родителям в процессе семейного воспитания, а также педагогам при организации образовательного процесса.

Список использованной литературы

1. Алмазова, О. В. Типология взаимоотношений взрослых сиблингов / О. В. Алмазова // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология – 2013. – № 2. – С. 134–146.
2. Целуйко, В. М. Близнецы в семье : особенности развития и трудности воспитания в школьном и юношеском возрасте / В. М. Целуйко // Диалог. – 2014. – №1 – С.21–24.
3. Слепкова, В. И. Практикум по психологической диагностике семейных отношений: учебно-методический комплекс / И. В. Слепкова, Т. А. Заeko. – Минск : БГПУ им. М. Танка, 2002. – 339 с.

К содержанию

А. С. ДИКАН

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина
 Научный руководитель – Д. Э. Синюк, кандидат психологических наук, доцент

ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИЕ ОТНОШЕНИЯ КАК ФАКТОР ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА

Семья – это самое важное место для большинства людей; это первое, что встречает ребенка в начале жизни. Именно семья дает нам понимание того, зачем мы пришли в эту жизнь, кем являемся и как справляться с теми или иными трудностями. В каком-то смысле семья является единым организмом, и во многих случаях проблемы ребенка – это симптом более глубоких проблем семьи в целом и взаимоотношений в ней.

В психологии рассматривается значение стиля общения с ребенком в семье для развития его личности. Теперь уже стало очевидно, что общение так же необходимо ребенку, как и пища. «Проблемные», «трудные», «забитые» или «несчастливые» дети – результат неправильно сложившихся отношений в семье. Детско-родительские отношения А.Я. Варга, В.В. Столин и др. рассматривают как систему различных чувств к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимание характера и личности ребенка, его действий. В большинстве современных семей основные силы и время родителей расходуются на материальное обеспечение, а не на духовное формирование и развитие детей. Общение родителей с детьми сводится в основном к контролю за учебной работой ребенка в школе, а сам контроль – к выяснению того, какие оценки получены.

В литературе выделяется четыре основных типа детско-родительских отношений: авторитарный (содержит в себе жесткий контроль и холодное отношение со стороны родителей); авторитетный (характеризуется умеренным контролем и теплым отношением к детям); либеральный (для него характерны отсутствие контроля и повышенное теплое отношение к ребенку); индифферентный (заключается в отсутствии контроля и холодном отношении к ребенку). Зачастую родители применяют и комбинируют их в зависимости от обстоятельств, но самым благоприятным для здорового психического развития ребенка является авторитетный тип.

Эмоциональные травмы, полученные в детстве, могут серьезно влиять на отношения во взрослой жизни. В зависимости от того, какими были отношения с родителями в детстве, формируется тот или иной тип привязанности, и от него и зависит, как в дальнейшем будет вести себя человек в отношениях с партнером. Дж. Боулби, М. Эйнсворт и др. выделяют четыре типа привязанностей: надежный (возникает при правильных взаимоотношениях матери и ребенка); тревожный либо амбивалентный (формируется у ребенка, когда значимый взрослый часто покидает его); тревожно-избегающий (дети рано столкнулись с отсутствием значимого взрослого, поэтому привыкли обходиться без него); дезорганизованный (дети демонстрируют противоречивое поведение, как правило, из-за психологических травм. Они то стремятся к близости со взрослыми, то избегают ее). Согласно исследованиям психологов, типы привязанности ребенка к родителям сохраняются на всю жизнь [1].

Мировая практика психологической помощи детям и их родителям показала, что даже очень трудные проблемы воспитания вполне разрешимы, если удастся восстановить благоприятный стиль общения в семье. Что же может спасти положение, если ситуация в семье сложилась не лучшим образом?

Первый и главный путь – нужно обращать внимание не только на отрицательные, но и на положительные стороны поведения ребенка. Не нужно бояться, что слова одобрения испортят его. В случае возникновения конфликта лучше всего использовать способ, который основывается на двух навыках общения: активном слушании и «я-сообщениях» [2].

Почему же так важно придерживаться этих правил, изучать литературу о воспитании детей и обращаться за помощью к специалистам, чтобы воспитать психически здоровую личность? Здесь все просто: в детстве дети узнают о себе только из слов и отношения к ним близких. В этом смысле у маленького ребенка нет внутреннего зрения. Его образ себя строится извне. И рано или поздно он начинает видеть себя таким, каким видят его другие. Однако в этом процессе ребенок не остается пассивным. Здесь действует еще один закон всего живого: активно добиваться того, от чего

зависит выживание. А положительное отношение к себе как раз таки основа психологического выживания, поэтому ребенок постоянно ищет и даже борется за него.

Список использованной литературы

1. Боулби, Дж. Привязанность / Дж. Боулби ; пер. с англ. Н. Г. Григорьевой и Г. В. Бурменской. – М. : Гардарики, 2003. – 477 с.

2. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : АСТ, 2022. – 347 с.

К содержанию

А. С. ДМИТРУК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Д. Э. Синюк, кандидат психологических наук, доцент

ХАРАКТЕРИСТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ СТУДЕНТОВ

Эмоциональные переживания ориентируют людей в ходе жизнедеятельности. С целью ответить на вопрос, какие эмоции характерны для современных студентов, было проведено исследование с использованием методики «Шкала дифференциальных эмоций» К. Изарда. Выборку исследования составили 60 студентов УО «БрГУ имени А. С. Пушкина» в возрасте от 17 до 21 года.

Обработка данных исследования показала выраженность позитивных эмоций у студентов. Так, интерес у большей части респондентов (62 %) сформирован на среднем уровне, примерно у третьей части опрошенных (30 %) – на низком уровне, у незначительного количества студентов (8 %) – на высоком уровне. Радость респонденты несколько чаще испытывают на среднем (45 %) и низком (49 %) уровнях, реже – на высоком уровне (15 %). Более, чем половина обследованных студентов (55 %) редко испытывают удивление, у 38 % опрошенных это эмоциональное переживание выражено на среднем уровне, а у незначительного количества респондентов (7 %) – на высоком.

Во вторую очередь, охарактеризуем выраженность острых негативных эмоций. Большая часть обследованных студентов (57 %) редко горюют, около трети респондентов (35 %) испытывают это эмоциональное переживание с умеренной частотой, 8 % опрошенных – часто. Большая часть обследованных студентов (62 %) редко сильно гnevаются. При этом у пя-

той части респондентов данное эмоциональное переживание сформировано на среднем уровне, примерно у такого же количества опрошенных (18 %) – на высоком. Отвращение также у большей части респондентов (63 %) выражено на низком уровне, у четверти обследованных студентов – на среднем, а примерно у десятой части опрошенных (12 %) – на высоком уровне. Для большинства респондентов (75 %) не свойственно выражать презрение, примерно у четверти обследованных студентов оно выражается на среднем уровне. Лишь у одного респондента данное переживание выражено на высоком уровне.

В третью очередь, рассмотрим выраженность переживаний тревожно-депрессивного комплекса эмоций. У большей части респондентов страх (66 %) стыд (62 %) и вина (57 %) выражены на низком уровне. Треть обследованных студентов испытывают стыд (33 %) и вину (31 %) с умеренной частотой, а страх на среднем уровне выражен примерно у пятой части опрошенных (22 %). 12 % респондентов часто испытывают страх и вину, Стыд на высоком уровне выражен всего у 5 % обследованных студентов.

Также данная методика позволяет посчитать индексы различных категорий эмоций (см. таблицу).

Таблица – Выраженность позитивных, негативных и тревожно-депрессивных эмоций у респондентов по индексам

Группы эмоций	Степень							
	сильная		выраженная		умеренная		слабая	
	n	%	n	%	n	%	n	%
ПЭМ	2	4	6	10	40	66	12	20
НЭМ	19	32	11	18	16	27	14	23
ТДЭМ	6	10	23	38	24	40	7	12

Опираясь на таблицу, можно отметить, что явное эмоциональное неблагополучие выявлено у пятой части выборки по критерию выраженности позитивных эмоций, у десятой части выборки – по критерию выраженности тревожно-депрессивных эмоций, и примерно у третьей части выборки – по критерию выраженности негативных эмоций.

Явное эмоциональное благополучие выражено у 4 % респондентов по критерию выраженности позитивных эмоций, менее чем у четверти респондентов – по критерию выраженности негативных переживаний, и у 12 % опрошенных – по критерию выраженности тревожно-депрессивных эмоций. Умеренное благополучие по критерию выраженности позитивных эмоций встречается у 66 % респондентов, а существенное благополучие – у десятой части выборки. К неблагополучию по критерию выраженности

негативных и тревожно-депрессивных эмоций склоняются 18 % и 38 % респондентов соответственно. Средний уровень благополучия по этим же критериям представлен у 27 % и 40 % опрошенных соответственно.

Таким образом, для большей части обследованных студентов характерна умеренная степень выраженности позитивных эмоциональных переживаний, что свидетельствует об их эмоциональном благополучии. При этом примерно у третьей части респондентов обнаружена сильная степень выраженности негативных эмоциональных переживаний и выраженная степень тревожно-депрессивных эмоций, что говорит об их эмоциональном неблагополучии.

К содержанию

А. Д. ЕВДОКИМОВА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – В. Ю. Москалюк, кандидат психологических наук, доцент

ВИНА И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАЩИТЫ ЛИЧНОСТИ

Вина является чувством, известным каждому человеку, выращенному в социуме, сопровождающимся неприятными для индивида переживаниями: руминации на тему совершенного проступка, психологическое напряжение, понижение самооценки и др. Основная функция вины – адаптация к социокультурным нормам и встраивание в коллектив, в социальную группу. Но это чувство может проявляться и неадаптивно, вызывая гиперответственность и самокритику [1]. В любом из случаев проживанию вины способствует комплекс приобретенных психологических защит личности. Практической ценностью исследования влияния выбора психологических защит при проживании вины индивидом является возможность выбора терапевтической стратегии, позволяющей более адаптивно проживать (прожить) это чувство и не допустить неадаптивных проявлений, сказывающихся на благосостоянии личности.

Исследования влияния вины подтвердили, что неразрешённое состояние вины, в том числе связанное с травматическими переживаниями, вызывает нарушение процессов рабочей памяти и эмоциональную дисрегуляцию. Это, в свою очередь, приводит к использованию незрелых психологических защит, таких как регресс, вытеснение, диссоциация и др., которые функционируют как механизм неэффективного преодоления последствий травмы, способствующий возникновению патологических симптомов [1].

По мнению К. Кавалера, проявление психопатологических симптомов, связанных с активизацией неадаптивной вины, которая вызывает дистресс, обусловлено именно применением примитивных защит. Выбор незрелых защит объясняется сложностью в обработке информации, которая может повлечь значительные перестройки в самовосприятии личности. Использование защит низшего уровня может быть произвольным способом справиться с последствиями дистресса через чувство паники и необходимости срочного реагирования на дистресс (посредством реактивного образования или проекции) или же в попытке уменьшить воздействие переживаемых негативных эмоций (посредством диссоциации или отрицания). Отмечается, что составление точного профиля психологических защит личности позволит планировать конкретные техники, применяемые в психотерапии, для разрешения переживаемой вины [1].

М. Мисели рассматривает неадаптивные когнитивные психологические защиты в случае переживания вины и выделяет три их категории: защита от ответственности, от оценки поступка, от искупления вины. Защита от ответственности представляет собой отрицание значения действий личности на исход ситуации («Это сделал не я», «Я не хотел, чтобы так получилось», «Я не мог иначе»). Защита от оценки поступка выражается в положительной переоценке влияния действий личности на ситуацию («Я не сделал ничего плохого», «Всё не так плохо, как кажется», «Я всё сделал правильно», «Они это заслужили»). Защита от искупления вины является рационализацией собственных действий относительно объекта вины («Я же попросил прощения»). Данные типы защит являются неадаптивными, поскольку не способствуют проживанию вины, а обеспечивают лишь снятие доли эмоционального напряжения [2].

Таким образом, неадаптивное переживание вины при помощи незрелых механизмов психологической защиты личности способно повлиять на её благополучие и психологическое здоровье в перспективе, вызывая нарушение когнитивных процессов и эмоциональной регуляции, на основании чего может возникнуть патологическая симптоматика. Изучение и понимание профиля психологических защит личности в процессе психотерапии открывает возможность применения более эффективных методик работы, где мишенью терапевтического процесса является чувство вины.

Список использованной литературы

1. Cavalera, C. Do Immature Defense Mechanisms Mediate the Relationship Between Shame, Guilt, and Psychopathological Symptoms? / C. Cavalera // National Library of Medicine [Electronic resource]. – Italy, 2022. – Mode of access : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9113260/>. – Date of access : 01.10.2023.

2. Miceli, M. How to Silence One's Conscience: Cognitive Defenses Against the Feeling of Guilt / M. Miceli, C. Castelfranchi // Journal for the Theory of Social Behaviour. – 1998. – Vol. 28(3). – P. 287–318.

К содержанию

А. Ю. ЕМЕЛЬЯНОВ

Минск, Центр дружественный подросткам «Визави»

Научный руководитель – А. В. Северин, кандидат психологических наук, доцент

ПРИНЦИПЫ И СУЩНОСТЬ ПОЗИТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Позитивная психология – это один из видов психологической науки, которая изучает позитивные аспекты сознания и психики личности, ее эмоциональные состояния и поведение.

Задачами позитивной психологии выступают: определение того, как люди могут стать счастливыми, более эффективными в жизни, труде и общении; выявление состояний психологического благополучия личности, их продуцирование в повседневных ситуациях; положительное оценивание себя и других, формирование позитивного отношения к миру в целом; определение условий для оптимальной самореализации и саморазвития.

Основными методами, приемами позитивной психологии выступают следующие: аффирмации как позитивные утверждения, помогающие изменить мышление, повысить уверенность и снизить стресс; график благодарностей как ежедневная запись благодарностей для выявления приятных занятий и насыщения полноты жизни; список достижений как осознание собственных успехов и повышение уверенности и самооценки личности.

Основные принципы позитивной психологии: 1) фокус на позитивные аспекты жизни; 2) ориентация на развитие и рост; 3) удовлетворение основных потребностей; 4) исследование сильных сторон собственной личности; 5) укрепление позитивных эмоций; 6) концентрация на настоящем; 7) развитие позитивных отношений с миром, окружающими людьми; 8) предоставление возможности для саморефлексии; 9) применение полу-

ченных знаний и методов на практике; 10) сотрудничество с другими дисциплинами для изучения благополучия человека в широком контексте.

Таким образом, позитивная психология направляет внимание личности на осознание положительных моментов и занятий в жизни человека, побуждает его к саморазвитию позитивной трансформации, переживанию состояний радости и счастья, личностного благополучия.

К содержанию

Е. В. ЖИГАР

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Т. В. Васильева, старший преподаватель

ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

Старшие подростки, как ни одна другая возрастная группа, переживают существенные эмоциональные и психологические изменения. Этот период в их жизни характеризуется физическим развитием, идентификацией собственной личности и развитием навыков социальной адаптации. Вследствие этого, многие старшие подростки сталкиваются с тревожностью, которая может оказать значительное воздействие на их психическое здоровье и благополучие. Тревожность – это психологическое состояние, характеризующееся чувством беспокойства, напряжения и неуверенности.

Целью нашего исследования стало изучение проявлений тревожности у старших подростков. В качестве исследования мы использовали методику «Шкала тревожности» (Р. Кондаш) Исследование проводилось на базе общей среднеобразовательной школы. В исследовании приняли участие учащиеся 9–х классов в количестве 50 человек, в возрасте 14–16 лет. Полученные данные представлены в таблице.

Данные таблицы свидетельствуют о том, что большинство респондентов исследуемой выборки (82 %) демонстрирует нормальный уровень тревожности, и лишь у 14 % респондентов выявлен несколько повышенный и высокий уровень тревожности. Можно говорить о том, что большинство подростков исследуемой выборки не испытывают серьезных эмоциональных проблем в ситуации школьного обучения.

Согласно полученным данным, у более половины респондентов (62 %) выявлен нормальный уровень школьной тревожности. Это может свидетельствовать о том, что большинство старших подростков исследуемой выборки в целом справляются с тревожными ситуациями, которые могут возникать в школьной среде. У пятой части респондентов (22 %) был выявлен несколько повышенный уровень школьной тревожности, и у 14 %

респондентов не было обнаружено очень высокого уровня школьной тревожности. Эти старшие подростки, хотя и не столкнулись с очень высоким уровнем школьной тревожности, все равно могут нуждаться в поддержке.

Таблица – Уровни различных видов тревожности у старших подростков

	Виды тревожности							
	школьная		самооценочная		межличностная		общий уровень	
	п	%	п	%	п	%	п	%
нормальный	31	62	37	74	42	84	41	82
несколько повышенный	11	22	9	18	5	10	6	12
высокий	7	14	1	2	–	–	1	2
очень высокий	–	–	–	–	–	–	–	–
«чрезмерное спокойствие»	1	2	3	6	3	6	2	4
всего		100		100		100		100

Нормальный уровень самооценочной тревожности выявлен у большинства старших подростков исследуемой выборки (74 %). Эти респонденты, вероятно, более уверенно и спокойно справляются с школьными задачами и требованиями. У пятой части респондентов был выявлен несколько повышенный и высокий уровень самооценочной тревожности. Эти респонденты могут испытывать дополнительные вызовы в области уверенности и самопризнания. Большинство респондентов исследуемой выборки (84 %) по шкале «Межличностная тревожность» продемонстрировали нормальный уровень тревожности. Эти респонденты легко взаимодействуют с окружающими и чувствуют себя комфортно в социальных ситуациях. У десятой части респондентов выявлен несколько повышенный уровень межличностной тревожности. В единичных случаях по всем шкалам у респондентов встречается состояние «чрезмерного спокойствия». Эти респонденты могут иметь тенденцию к чрезмерной расслабленности или безразличию в различных ситуациях.

Итак, данные свидетельствуют о наличии разнообразных проявлений тревожности среди старших подростков. Преобладание нормативного уровня тревожности по различным шкалам у подростков исследуемой выборки указывает на то, что в эти подростки находятся в эмоционально благоприятных социальных условиях и их личностное развитие протекает

гармонично. Однако некоторой части этих подростков требуется помощь в саморегуляции их эмоциональной сферы в связи с трудностями, которые они испытывают в ситуации обучения, взаимодействия с другими людьми и в формировании самооотношения.

К содержанию

Д. В. ЗДОРОВЕЦ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. В. Головня, преподаватель

ОТНОШЕНИЕ К РОДИТЕЛЬСКОЙ СЕМЬЕ В ПЕРИОД РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ

Период ранней взрослости характеризуется активным продолжением процесса социализации молодых людей: происходит усвоение новых социальных ролей в сферах трудовой деятельности и самостоятельной жизни, эмансипация от родителей, построение интимных отношений с другим человеком и т. д. Перемены, связанные с вариациями в структуре социальных функций, являются моментом, который фундаментально влияет на личность и, как следствие, модифицирует ее. Существенно трансформируется взгляд на какие-то вещи и поведение субъекта, осуществляется переосмысление ценностей и установок в соответствии с новыми ролями [1].

В контексте ранней зрелости люди находятся в переходном состоянии, поскольку они отдаляются от прежних родственных связей и приближаются к созданию собственной семьи. Л. Хоффман выделил 4 типа данного процесса:

1. Эмоциональная независимость. Характеризуется тем, что люди уже менее социально и психологически зависимы от своих родителей в плане поддержки и любви.

2. Аттitudная независимость. Возможность формирования норм, ценностей, установок, системы убеждений, которые отличны от тех, что свойственны их родителям.

3. Функциональная независимость. Понимается как материальная автономия от родителей, а также способность самостоятельно решать повседневные проблемы.

4. Конфликтная независимость. Отделение от родителей, не имея при этом чувства вины и ощущения предательства [2].

Следовательно, цель настоящей работы можно сформулировать следующим образом: изучить особенности отношений между родителями и детьми на этапе ранней взрослости. В процедуре исследования приняли

участие 30 человек, возраст которых составил от 20 до 29 лет. Из них 14 мужчин и 16 женщин. Нами были использованы методики: тест-опросник «Особенности детско-родительских отношений (ОСР)», тест-опросник «Изучение статусов профессиональной идентичности» А.А. Азбель.

Мы выдвинули гипотезу, что статус профессиональной идентичности зависит от эмансипации молодых людей. Чтобы подтвердить либо опровергнуть данный постулат, нами были проанализированы связи между статусом профессиональной идентичности и различными видами близости. Для выявления корреляционной обусловленности мы использовали статистический критерий Спирмена. Полученная информация отражена в рамках таблицы.

Таблица – Значения корреляционной связи по критерию Спирмена между статусом профессиональной идентичности и различными видами эмоциональной близости

Профессиональная идентичность	Функциональная зависимость	Моральная зависимость	Эмоциональная близость
Неопределённая	$r_s = -0.242$	$r_s = -0.061$	$r_s = -0.128$
Навязанная	$r_s = 0.488^{**}$	$r_s = 0.322$	$r_s = 0.429^{**}$
Мораторий	$r_s = 0.271$	$r_s = 0.261$	$r_s = 0.17$
Сформированная	$r_s = -0.271$	$r_s = -0.289$	$r_s = -0.106$

Примечание: знаком «*» в таблице обозначены уровни статистической значимости: * – $p \leq 0,05$, ** – $p \leq 0,01$

Опираясь на данные таблицы, мы видим наличие статистически значимой взаимосвязи между шкалами функциональной зависимости, эмоциональной близости и навязанной идентичностью. Следовательно, чем выше функциональная зависимость и эмоциональная близость, тем чаще мы констатируем навязанную идентичность.

Подчеркнем, что статус профессиональной идентичности зависит от взаимоотношений с родителями, уровня доверия и привязанности. Выявлена корреляционная составляющая между уровнем функциональной зависимости, эмоциональной близости и навязанной профессиональной идентичностью. Таким образом, детско-родительские отношения являются ключевым фактором, влияющим на статус профессиональной идентичности молодежи.

Список использованной литературы

1. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг, Д. Бокум. – СПб. : Питер, 2005. – 940 с.

2. Поляков, А. М. Психология развития : учеб. пособие для студентов психол. и пед. специальностей учреждений, обеспечивающих получение высш. образования / А. М. Поляков. – Минск : ТетраСистемс, 2006. – 304 с.
К содержанию

Е. В. КАЛАПУЦ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. А. Гузюк, старший преподаватель

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ К ВЫСШЕМУ УЧЕБНОМУ ЗАВЕДЕНИЮ

Одной из важнейших проблем высшей школы была и остается проблема адаптации первокурсников к новым психолого-педагогическим условиям обучения, к таким формам учебной деятельности, которые практически не встречались в предыдущем жизненном опыте. Способность адаптироваться, преодолевать трудности, найти свое место в жизненном пространстве является решающим фактором успешного развития молодого человека, а в будущем – специалиста с высшим образованием.

Рассматривая проблему приспособления студентов первого курса к условиям обучения в вузе, ученые выделяют следующие формы адаптации:

дидактическая – новизна в процессе обучения, новые методы и формы обучения, отсутствие навыков самостоятельной работы;

социально-психологическая – вхождение индивида в новую среду, особенности самостоятельной жизни, ведения собственного бюджета и вместе с этим преодоления материальных трудностей;

профессиональная – неумение ориентироваться в профессиональной направленности процесса обучения, сложность в работе с людьми.

Трудности в адаптации характеризуются резкими и существенными психологическими сдвигами и изменениями личности. Признаками трудностей адаптации могут быть, во-первых, сильная фрустрация, когда возникают сильные переживания неудовлетворения потребностей; во-вторых, обострение ролевых конфликтов «студент – преподаватель», «студент-студент»; в-третьих, ценностно-смысловая неопределенность, неструктурированность личности; в-четвертых, инфантильность, которая проявляется в поведении студента безответственностью.

Адаптация студента-первокурсника в систему обучения в вузе является сложным динамическим процессом, который характеризуется взаимодействием определенных факторов, а именно:

объективно социальных (характер высшего учебного заведения, специфика ведущего предмета, особенности организации учебного процесса, системы требований, комплекса ценностей и норм студенческого коллектива и коллектива преподавателей);

социально-психологических, которые обуславливают «включение» личности в новую социальную среду (мотивация личности, уровень способностей к определенному профилирующему предмету, качества личности, интеллектуальный уровень, уровень развития самосознания, навыки самоконтроля, самокритичности и саморегуляции, индивидуальный стиль деятельности и др.);

психологических (индивидуально-психологические особенности личности, связанные с темпераментом и др.).

Процесс адаптации студентов первокурсников к высшему учебному заведению является результатом взаимодействия индивида и окружающей среды, который приводит к оптимальному его приспособлению к жизни и деятельности. Адаптация компенсирует недостаточность привычного поведения в новых условиях. Через нее обеспечивается возможность ускорения эффективного функционирования личности в необычных обстоятельствах. Иначе говоря, адаптация – это, прежде всего, преобразования самого себя в соответствии с новыми требованиями деятельности, социальных условий и новому окружению. Это вхождение в новую социальную позицию и новую систему взаимоотношений. Чтобы сделать период адаптации менее сложным для студентов, преподаватели должны с первых дней вхождения их в новую среду принимать во внимание индивидуальность каждого; особенности его биологического, психологического и социального развития. Поэтому в учреждениях высшего образования важно создать такую психологическую атмосферу, которая бы наиболее полно способствовала раскрытию и обогащению внутреннего мира, задатков и способностей студента, чтобы каждый мог вызвать интерес и завоевать уважение однокурсников, преподавателей как личность и индивидуальность.

К содержанию

А. Н. КИРИКОВИЧ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, кандидат психологических наук, доцент

ОСОБЕННОСТИ ОБРАЗА «Я» В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Образ «Я» сочетает в себе множество различных аспектов об окружающем мире и о себе, которые личность сочетает в себе. Образ «Я» в психологии рассматривается с различных точек зрения: направленность сознания на себя (Б.Г. Ананьев, И.С. Кон); наличие самоанализа, осуществляющий содержательное наполнение самосознания (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев); проявление самоотношения (Дж. Мид, С.Р. Пантелеев, В.В. Столин); наличие у самосознания регулирующей роли к внешнему миру (К. Хорни, Э. Эриксон) и др. Компонентами самосознания являются: когнитивный, аффективно-оценочный (эмоционально-оценочный), поведенческий (волевой).

С целью изучения образа «Я» в юношеском возрасте было проведено исследование на базе ГУО «Малоритская районная гимназия» с учащимися 8–11 классов в количестве 100 человек (из них юношей – 42 человека, а девушек – 58 человек). Была использована методика: тест-опросник самоотношения (В.В. Столин С.Р. Пантелеев).

Полученные результаты показали, что среди респондентов мужского пола интегральное чувство «за» или «против» имеет ярко выраженный характер у 29 человек; среднюю степень выраженности – у 6 человек; у 7 человек данный признак не выражен.

Самоуважение ярко выражено у 22 человек, у 10 респондентов данный признак имеет среднюю степень выраженности, 8 респондентам – не присущ.

Аутосимпатия ярко присуща 15 респондентам, у 19 человек – выражена средне, 8 респондентам данный признак не характерен.

Ожидание положительного отношения от других у 3 выражено сильно, у 14 человек – средне, у 25 – не выражено.

Самообвинение ярко выражено у 5 человек, у 6 человек – слабо, у 31 человека признак – не выражено.

Самоинтерес ярко выражен у 21 респондентов, у 6 человек – средне, у респондентов самоинтерес не выражен.

Самоуверенность имеет ярко выраженный характер у 10 человек, у 11 – средне выражена, у 21 человека – не выражена.

8 респондентам очень важно отношение других людей к ним, 14 человек – слабо выражен этот признак, 20 респондентам – не характерно.

Самопринятие является ярко выраженным признаком образа «Я» у 20 человек, у 17 человек – выражено, у 5 человек – не выражено.

Самопоследовательность присуща в большей степени 20 респондентам, 9 – в меньшей степени, 13 – не выражена.

Самоинтерес ярко выражен у 23 респондентов, у 10 человек – выражен, у 9 респондентов – не выражен.

Самопонимание имеет яркий характер у 21 респондент, у 7 человек – слабо выражено, у 14 человек – не выражено.

Среди респондентов женского пола интегральное чувство «за» или «против» имеет ярко выраженный характер у 35 человек, среднюю степень – у 12 человек, у 11 – не выражено.

Самоуважение у 20 респондентов имеет ярко выраженный характер, у 17 человек – слабо выражена, 21 респондентам признак не характерен.

Аутосимпатия присуща 32 респондентам, у 5 – слабо выражена, 21 респондентам данный признак не характерен.

Ярко выраженным у 5 человек является ожидание положительного отношения от других, у 20 – слабо выражено, у 33 – не выражено.

Самоинтерес ярко выражен у 32 человек, у 13 – имеет среднюю степень выраженности, 12 респондентам – не присущ.

Самоуверенность имеет ярко выраженный характер у 16 человек, у 12 человек – выражена, у 20 человека – не выражена.

11 респондентам очень важно отношение других людей к ним, 20 – слабо выражена эта потребность, 27 – не характерна.

Самопринятие является ярко выраженным признаком образа «Я» у 27 человек, у 19 – выраженный признак, у 12 человек – не выражено.

Самопоследовательность ярко выражена у 16 человек, у 22 – выражена, у 20 – не выражена.

У 34 человек самообвинение не выражено, у 10 – слабо выражено; ярко выражено у 14 человек.

Самоинтерес ярко выражен у 33 респондентов, у 9 – выражен, у 16 респондентов не выражен.

Самопонимание в ярком проявлении выражено у 19 человек, у 12 человек – слабо выражено, у 27 – не выражено.

Было установлено наличие различий между показателями образа «Я» у девушек и юношей (коэффициент корреляции U-критерий Манна-Уитни 1476,5, уровень значимости 0,05, $n_1 = 42$ и $n_2 = 58$).

К содержанию

А. А. КИРПИЧ

Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина

Научный руководитель – А. А. Гаврилович, старший преподаватель

ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ

В настоящее время в психолого-педагогической науке наблюдается неуклонный рост интереса исследователей к изучению мотивационной сферы личности, факторам, условиям и средствам ее формирования, а также роли мотивации в профессиональном становлении специалистов самых разных областей деятельности.

В психологии спорта проблеме мотивов и мотивации спортивной деятельности посвящены работы Г.Д. Бабушкина, И.П. Волкова, К.И. Денисовой, Н.Ю. Драчевой, Д.А. Донцова, К.П. Жарова, Е.П. Ильина, С.В. Ильинского, И.Р. Калимуллиной, Ю.А. Коломейцева, В.Л. Марищука, В.В. Находкина, А.Н. Николаева, З.А. Саговой, Е.В. Тихомировой, И.А. Уманской и других ученых.

Цель нашего исследования заключалась в изучении особенностей мотивационной сферы личности спортсменов.

Организованное нами исследование осуществлялось на базе факультета физического воспитания и туризма УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина». Выборку составили 60 студентов-спортсменов различных видов спорта (n=60). Участие в исследовании было добровольным.

Изучение мотивационной сферы спортсменов с использованием методики «Диагностика полимотивационных тенденций в «Я-концепции»» (С.М. Петрова) позволило выявить мотивационные тенденции в их профессиональной деятельности. Наибольшую выраженность имеют:

- трудовая (1,42) – потребность в выполнении работы, направленность на труд, ориентация на выполнение поставленной задачи через преодоление трудностей;

- нравственная (1,12) – ориентация на соблюдение этических норм, характеризующая желание жить по правде, по совести, по справедливости, относящаяся к духовной деятельности человека;

- альтруистическая (1,04) – ориентация на других, желание думать о них даже в ущерб себе, либо ориентация на себя, желание думать о себе даже в ущерб другим;

- губристическая (0,68) – потребность испытуемых в уважении, авторитете среди людей (престижная), в признании, успехе (глорическая), в первенстве.

Наименее выраженными являются:

- нормативная (-0,32) – ориентация испытуемых на выполнение групповых и социальных норм, свидетельствующая о социальной идентификации;

- акзитивная (-0,12) – отношение испытуемых к материальному благополучию в жизни, к деньгам, определяет значимость для индивида материальной стороны существования, отражается в общей ориентации на финансовое благополучие.

Для определения ведущих мотивов спортсменов была проведена диагностика с использованием опросника изучения ведущих мотивов профессиональной деятельности. Так, установлено, что для 44% спортсменов характерно доминирование мотивов социальной значимости, для 56% – мотивов собственно труда, для 39% – мотивов самоутверждения в труде, для 31% – мотивов профессионального мастерства.

Результаты диагностики мотивации к успеху с применением методики Т. Элерса участвующих в исследовании спортсменов позволяют констатировать, что для большинства испытуемых (64%) характерен средний уровень мотивации достижений, для 20% – очень высокий, для 10% – высокий, для 6% – низкий.

Результаты диагностики с помощью методики «Диагностика учебной мотивации студентов» (А.А. Реан, В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой) свидетельствуют, что для студентов-спортсменов характерно:

- 48% – высокий уровень коммуникативных мотивов;

- 46% – средний уровень мотивации избегания неудач;

- 40% – средний уровень мотивов престижа;

- 52% – высокий уровень профессиональных мотивов;

- 46% – высокий уровень творческой самореализации;

- 42% – средний уровень учебно-познавательных мотивов.

Таким образом, обобщив полученные результаты, можно отметить:

- наибольшую выраженность для спортсменов имеет трудовая мотивационная тенденция – у респондентов преобладает потребность в выполнении работы, направленность на труд, ориентация на выполнение поставленной задачи через преодоление трудностей;

- доминирование мотивов социальной значимости и мотивов собственно труда;

- оптимальный уровень мотивации достижений и избегания неудач.

К содержанию

К. Е. КЛЕЦКОВА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. Л. Ящук, кандидат психологических наук, доцент

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК

Понятие адаптации в настоящее время можно встретить в разных областях науки. Можно сказать, что изучение проблемы социальной адаптации находится на стыке различных отраслей знаний, а значит рассматривает изучение человека с точки зрения комплексного подхода.

В широком, философском, аспекте под адаптацией понимают «любые взаимодействия индивида и среды, при которых происходит согласование их структур, функций и поведения» [1, с. 125–130].

Адаптация в узком, социально-психологическом, значении рассматривается как взаимоотношения личности с малой группой, чаще всего – производственной или студенческой. То есть процесс адаптации понимается как процесс вхождения личности в малую группу, усвоение ею сложившихся норм, отношений, занятие определенного места в структуре отношений между ее членами.

Социальная адаптация – это интегративный показатель состояния человека, отражающий его возможности выполнять определенные биосоциальные функции, а именно [2, с. 179]:

адекватное восприятие окружающей действительности и собственного организма;

адекватная система отношений и общения с окружающими;

способность к труду, обучению, к организации досуга и отдыха;

изменчивость (адаптивность) поведения в соответствии с ролевыми ожиданиями других.

Ни для кого не секрет, что юность является определенным этапом становления личности человека, а также его созревания и развития, который находится, как правило, между детством и взрослостью.

Что же представляет из себя юность, как особый этап психического развития в жизни человека? И.С. Кон относительно данного вопроса отмечает следующее: «период «юность» обозначает фазу перехода от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости, что предполагает, с одной стороны, завершение физического, в частности полового, созревания, а с другой – достижение социальной зрелости».

В ходе социальной адаптации юноши и девушки осуществляют не только приспособление к новым социальным условиям, но и реализацию

своих потребностей, интересов и стремлений. Личность в юношеском возрасте входит в новое социальное окружение, становится его полноправным членом, самоутверждается и развивает свою индивидуальность. В результате социальной адаптации формируются социальные качества общения, поведения и предметной деятельности, принятые в обществе, благодаря которым личность реализует свои стремления, потребности, интересы и может самоопределиться.

Отсюда можно сделать вывод о том, что социальная адаптация играет важную роль в юношеском возрасте.

Нами было проведено исследование по изучению уровня социальной адаптации у юношей и девушек. Исследование проводилось на базе БрГУ им. А.С. Пушкина. В исследовании приняли участие 60 респондентов, из них 30 юношей и 30 девушек.

Для изучения социальной адаптации применялся тест социально-психологической адаптации К. Роджерса. Данный тест выявляет степень адаптированности-дезадаптированности личности в социальной сфере, и в качестве оснований для дезадаптации предполагает ряд разнообразных обстоятельств: низкий уровень самопрятия; низкий уровень прятия других, то есть конфронтация с ними; эмоциональный дискомфорт, который может быть весьма различным по природе; сильную зависимость от других, то есть экстернальность; стремление к доминированию.

Анализ полученных данных позволил выявить, что у 56,6 % респондентов высокий уровень социальной адаптации, у 41,7 % – средний и у 1,7 % – низкий уровень. Данные свидетельствуют о том, что большинство студентов юношеского возраста в БрГУ им. А.С. Пушкина не имеют проблем с социальной адаптацией. Респонденты хорошо приспосабливаются к новой окружающей действительности, понимают и реализуют свои стремления, интересы и потребности.

Список использованной литературы

1. Богдан, Е. Г. Представления о смысле жизни у современной молодежи / Е. Г. Богдан // Вестник Брестского университета. Серия гуманитарных и общественных наук. – 2010. – № 1. – С. 125–130.

2. Леонтьев, А. Н. Индивид и личность / А. Н. Леонтьев // Хрестоматия по возрастной психологии : учеб. пособие для студентов ; сост. Л. М. Семенюк. – М. : МОДЭК, 2005. – 400 с.

К содержанию

А. А. КЛЫШКО

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – И. В. Лыбко, старший преподаватель

**ОСОБЕННОСТИ ГОТОВНОСТИ К РОДИТЕЛЬСТВУ
У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК**

Актуальность темы исследования обусловлена следующими моментами. Важным для благополучной семейной пары является рождение детей. Но многие сегодня, особенно молодежь, не задумываются о том, как же «правильно» воспитывать детей, что нужно для того, чтобы быть успешным родителем, чтобы все получалось. Подготовка к успешному родительству очень важна для семьи и благополучия будущих детей в ней. От этого будет зависеть благополучие и жизненная установка ребенка, следовательно, если ребенка успешно воспитывают, заботятся о нем, правильно себя ведут, то это способствует в целом благополучию и счастью семьи. В настоящем исследовании анализируются готовности к родительству в юношеском возрасте.

Родительство – это комплексная структура. Оно включает в себя семейные ценности, родительские ожидания и установки, родительские позиции, родительские чувства, стиль семейного воспитания, родительскую ответственность и родительское отношение, связанные посредством пересечения когнитивного, эмоционального и поведенческого аспектов. Родительство включает в себя феномены материнства и отцовства, но не сводится к их простой совокупности.

Согласно Р.В. Овчаровой, родительство – это интегральное психологическое образование личности (отца и/или матери), включающее совокупность ценностных ориентаций родителя, установок и ожиданий, родительских чувств, отношений и позиций, родительской ответственности и стиля семейного воспитания. Каждый компонент содержит эмоциональные, когнитивные и поведенческие составляющие.

Многие исследователи (А. Антонов, В. Бойко, Г. Филиппова и др.) отмечают, что в плане формирования родительства, общественное влияние задает для личности определенные образцы родительства, которые, проходя через особенности личности обоих супругов, их ценностно-мотивационную сферу, а также опыт, полученный в родительской семье, дают начало формированию родительства в каждом конкретном случае.

Но также важно помнить и о том, что определенное влияние на формирование готовности к родительству оказывала родительская семья. Именно в ней человек получает свой первый социальный опыт, учится каким-то правилам и нормам, которые приняты в этой семье. И уже во

взрослом возрасте для многих людей именно родительская семья является примером и образцом для подражания.

В целях изучения особенностей готовности к родительству у юношей и девушек было проведено эмпирическое исследование. В нем приняли участие 30 человек (15 юношей и 15 девушек). Для проведения исследования использовалась методика Р.В. Овчаровой «Представления об идеальном родителе».

По результатам исследования были получены средние значения юношей и девушек по трем аспектам (когнитивный, эмоциональный, поведенческий). Анализируя полученные средние значения, можно сделать следующие выводы относительно уровня готовности к родительству у юношей: в данной методике у юношей наиболее высокие показатели отмечены в когнитивном аспекте, нежели в эмоциональном и поведенческом. Это означает, что юноши представляют себя в роли родителя, осознают свои родственные связи с детьми и имеют знания о своих родительских функциях, представлениях о идеальном родителе, образе супруга и ребенка. Но у них слабо выражены чувства к детям, к себе как к родителю и своему партнеру как к родителю общего ребенка. А также недостаточно знаний, умений и навыков по уходу за ребенком, его воспитанию и развития.

У девушек показатели выше, чем у юношей. Самые высокие показатели отмечены в поведенческом аспекте. Когнитивный и эмоциональный аспекты держатся почти на одном уровне. По результатам девушек, можно сказать, что у них достаточно знаний, умений и навыков по уходу за ребенком, они понимают, какое хотят дать воспитание своему ребенку и что делать для его развития. Что касается когнитивного и эмоционального аспектов, то они все же выше, чем у юношей, но по сравнению с поведенческим аспектом значительно ниже. Это может означать, что девушки больше нацелены на будущее, им важно знать, что нужно делать с ребенком, как правильно выполнять свои материнские функции, но чувства к ребенку ими ощущаются плохо и идеальным родителем они себя не чувствуют.

Таким образом, получены качественные различия в готовности к родительству у юношей и девушек. Но требуется дополнительное исследование, для уточнения их причин.

К содержанию

А. Д. КОВАЛЬ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, кандидат психологических наук, доцент

ПРИЗНАКИ КОММУНИКАТИВНОЙ УСПЕШНОСТИ И ЭФФЕКТИВНОСТИ ОБЩЕНИЯ РАБОТНИКА В СФЕРЕ «ЧЕЛОВЕК-ЧЕЛОВЕК»

Согласно классификации профессий Е.А. Климова, профессиональную или трудовую деятельность можно разделить на следующие сферы или системы: человек-природа, человек-техника, человек-человек, человек-художественный образ и др. К сфере «человек-человек» относят профессии: врач, юрист, педагог, продавец, официант, парикмахер и др.

В настоящее время с достижениями в научно-технической сфере и с усложнением систем коммуникаций в профессиональной деятельности и требованиями рыночной экономики, актуальным становится выявление факторов, определяющих эффективность общения работников, которые интенсивно связаны с общением с другими людьми, а также выявлению и описанию признаков их коммуникативной успешности.

Учитывая содержание и целей труда специалистов в сфере «человек-человек», а также необходимости постоянных контактов с другими людьми, оказания им услуг и помощи, необходимости восприятия и обработки, анализа и понимания большого количества информации следует выделить важные, на наш взгляд, признаки коммуникативной успешности таких работников: 1) культура речи, отсутствие слов-паразитов, нецензурных слов, однозначность высказываний; 2) знания о личностных качествах людей, которые способствуют или препятствуют общению, об эмоциях и чувствах, сопровождающих процесс общения; 3) владение техниками и методами приема, анализа и передачи вербальной и невербальной информации; 4) знание о ценностях и мотивах, которые реализуют люди в общении; 5) склонность к достижению взаимопонимания и сотрудничества; б) уверенность в себе, оптимизм, доброжелательность, стрессоустойчивость, неагрессивность, навыки саморегуляции и создания атмосферы комфортного общения.

Таким образом, работник в сфере «человек-человек» обязан быть коммуникабельным, владеть приемами создания и поддержания позитивного эмоционального контакта с собеседником, умением не только реагировать на состояние партнера, но и гармонизировать его.

К содержанию

М. Н. КОЖЕМЯКИН

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Даниленко, кандидат психологических наук, доцент

ОСОБЕННОСТИ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

За последние десятилетия информационно-компьютерные технологии стали обычным явлением в нашей жизни. Большой поток информации, применение компьютерных технологий, распространение компьютерных игр оказывают сильное влияние на воспитание и образование современных школьников. Вместе с положительным значением цифровизации и информатизации у многих юных пользователей формируется так называемая «Интернет-зависимость». Всё более значимым становится вопрос разработки подходов к формированию безопасного поведения при работе с Интернет-средой у детей младшего школьного возраста.

Младший школьный возраст (6–11 лет) – это возраст интенсивного вступления детей в категорию пользователей сети интернет и развития инфокоммуникационной компетентности. Ключевым внешним фактором социализации является макросреда, в которой важную роль в современном мире играет интернет. В виртуальной среде школьники сталкиваются с самыми разнообразными по форме и содержанию визуальными образами [1, с. 7]. В процессе эффективно и правильно построенной интерактивной деятельности в социальных сетях развиваются коммуникативные навыки ребёнка, способность к сотрудничеству со сверстниками [2].

Проведенный теоретический анализ исследований показал, что социальные сети могут влиять на младшего школьника как положительно, так и отрицательно. В младшем школьном возрасте развивается познавательный интерес и круг общения, а значит интерес к социальным сетям, которые популярны у окружения ребёнка.

Для изучения характера вовлеченности младших школьников в социальных сетях, нами было проведено эмпирическое исследование на базе ГУО «Начальная школа №7 г. Бреста», среди 30 учащихся 9–11 лет.

В исследовании нами была использована методика выявления интернет-аддикции Л.Н. Юрьевой и Т.Ю. Больбот.

Результаты исследования показали, что у части учащихся (3 %) отмечается проявление компьютерной зависимости. Риску появления компьютерной зависимости подвержены 24% из числа опрошенных нами испытуемых. Эмоциональное состояние учащихся этой группы, их способно-

сти к самоконтролю поведения, физическое и психологическое состояние характеризуется следующим: у таких испытуемых наблюдаются досада и раздражение, возникающие при вынужденных отвлечениях, а также, навязчивые размышления об интернете; учащиеся проводят большое количество времени в сети, у них может проявляться увеличивающееся беспокойство при нахождении в реальном мире, а также они подвержены сокрытию реального количества времени проведенного в сети. Все указанные проявления способствуют социальной изоляции, увеличивающейся депрессии, проблемам в семье, неудачам в учебе.

Стадия увлеченности выявлена у 64 % учащихся, что свидетельствует о том, что данные ребята реже испытывают потребности в уходе от реальности, и эта проблема у них еще не так ярко выражена. Они только начинают усваивать аддиктивные паттерны поведения – т.е. то, что характерно в начале формирования компьютерной зависимости.

Отсутствие зависимости проявилось только у 9 % испытуемых, что говорит о правильно сформированном поведении учащихся в отношении использования интернета и сетей. У данной категории детей хорошо развита адаптация, выстраивание межличностных отношений, как со сверстниками, так и со взрослыми.

Учет полученных результатов тестирования позволил нам выделить «группу риска» с признаками компьютерной зависимости с целью применения эффективных профилактических программ, которые направлены на предупреждение развития психических и поведенческих расстройств. Тенденция к широкому распространению склонности к Интернет-зависимости среди младших школьников доказывает необходимость поиска путей ее профилактики в условиях образовательного процесса в школе.

Список использованной литературы

1. Багдасарян, А. А. Влияние компьютеров и интернета на младших школьников / А. А. Багдасарян, М. А. Саргсян // Наука и образование сегодня. – 2019 г. №1(36). – С.78–81.
2. Создание лучшего интернета для детей [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://ec.europa.eu/digital-agenda/safer-internet-better-internet-kids>. – Дата доступа : 10.04.2023.

К содержанию

О. В. КОЗЛОВИЧ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. С. Коверец, старший преподаватель

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ
И ОСОБЕННОСТЕЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ
У МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ**

Профессиональная деятельность медицинских работников предполагает эмоциональную насыщенность и высокое напряжение, что выступает предпосылкой для возникновения эмоционального выгорания.

В рамках одномерной модели профессиональное выгорание Э. Пайнс, Э. Аронсон эмоциональное выгорание рассматривают как состояние эмоционального, когнитивного и физического истощения, инициированного продолжительным пребыванием в эмоционально перегруженных обстоятельствах. В качестве основной причины здесь выступает эмоциональное истощение, а остальные аспекты проявления дисгармонии поведения и переживаний являются лишь его последствием. Считается, что «выгоранию» подвержены профессии не только социальной направленности: «если работа оценивается как незначимая в собственных глазах, то синдром развивается быстрее. При этом выгорание с наибольшей вероятностью возникает у работников социальной сферы с высоким уровнем притязаний» [1, с. 198].

Саморегуляция – это способность человека регулировать свое взаимодействие со средой деятельности. В рамках концепции осознанной саморегуляции деятельности В.И. Моросановой предложена теория стилей произвольной саморегуляции. При этом стиль саморегуляции определяется как «типичный способ регулирования, который устойчиво проявляется в разных ситуациях и видах психической активности индивида, индивидуально-типической специфики саморегуляции и реализации произвольной активности индивида» [2, с. 59]. Особенности саморегуляции определяют специфику целей и своеобразие их достижения: «личностные структуры значительно влияют на то, какие цели и как ставит перед собой индивид, моделируют определенный индивидуальный профиль саморегуляции, т.е. особенности достижения поставленных целей» [2, с. 61].

С целью выявления взаимосвязи эмоционального выгорания и особенностей саморегуляции у медицинских работников было проведено эмпирическое исследование, в котором принимали участие 40 медработников (врачи, медсестры) в возрасте 27–40 лет со стажем работы от 3 до 12 лет. Для исследования использовались методика диагностики уровня эмоцио-

нального выгорания В.В. Бойко, тест-опросник «исследование волевой саморегуляции» А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана.

Результаты эмпирического исследования показали, что у медицинских работников сложились такие симптомы эмоционального выгорания как: эмоциональный дефицит (20,6 %), загнанность в клетку (16,6 %), эмоциональная отстраненность (16,5 %), расширение сферы экономии эмоций (16,4 %), неадекватное избирательное эмоциональное реагирование (16,2 %). На стадии формирования находятся эмоционально-нравственная дезориентация (14,1 %), тревога и депрессия (11,1 %), неудовлетворенность собой (10,8 %), переживание психотравмирующих обстоятельств (10,2 %), психосоматические и психовегетативные нарушения (8,9 %). Все три фазы эмоционального выгорания у медицинских работников находятся в стадии формирования, при этом фаза «резистенция» является доминирующей у 55,1 % медицинских работников.

Установлено, что большая часть медицинских работников характеризуется средним уровнем волевой саморегуляции (20 %) – у них умеренно выражено спокойствие, уверенность в себе, умение контролировать свои поступки и целесообразно распределять собственные усилия; умеренно развита настойчивость (10,5 %) и слабо выражено самообладание (5,7 %). Такие медработники характеризуются умеренной работоспособностью, стремлением к завершению начатого дела, а также низким произвольного контроля эмоциональных реакций и состояний.

В результате корреляционного анализа были установлены значимые взаимосвязи: чем выше уровень волевой саморегуляции, тем ниже переживание психотравмирующих обстоятельств ($r=-0,412$, $p\leq 0,05$), эмоциональный дефицит ($r=-0,433$, $p\leq 0,05$), личностная отстраненность ($r=-0,456$, $p\leq 0,05$); чем выше настойчивость, тем ниже тревога и депрессия ($r=-0,575$, $p\leq 0,05$), редукция профессиональных обязанностей ($r=-0,512$, $p\leq 0,05$); чем выше самообладание, тем ниже ощущение загнанности в клетку ($r=-0,464$, $p\leq 0,05$) и эмоциональная отстраненность ($r=-0,423$, $p\leq 0,05$). Таким образом, что у медицинских работников существует взаимосвязь эмоционального выгорания и особенностей саморегуляции.

Список использованной литературы

1. Кецко, Т. В. Проявления синдрома «эмоционального выгорания» у педагогов / Т. В. Кецко // Возрастная и педагогическая психология: Сб. науч. тр. – Мн. : БГПУ, 2005. – С. 198–206.
2. Моросанова, В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции / В.И. Моросанова. – М. : Наука, 2001. – 546 с.

К содержанию

Д. В. КОЛЕСНИКОВИЧ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Т. В. Васильева, старший преподаватель

ПРОБЛЕМА ПРИНЯТИЯ СЕБЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Подростковый возраст многими психологами характеризуется как переломный, переходный, критический, как возраст полового созревания. В этот период в теле и психике подростка происходит множество различных изменений. В связи с этим для подростков актуальна проблема принятия себя как конкретный случай проблемы. Самоотношение в качестве своих отдельных сторон включает самосознание, самопознание, самооценку, эмоциональное отношение к себе, самоконтроль, саморегуляцию, отражая широкий спектр феноменов внутренней жизни личности. Именно с этими вопросами вплотную сталкивается подросток.

Л.Ф. Обухова анализирует взгляды С. Холла на подростковый возраст и указывает, что подростковая стадия в развитии личности соответствует эпохе романтизма в истории человечества: воспроизводит эпоху хаоса, когда животные, антропоидные, полуварварские тенденции сталкиваются с требованиями социальной жизни. У подростков чрезмерная активность может привести к изнурению, веселость сменяется унынием, уверенность в себе переходит в застенчивость и, эгоизм чередуется с альтруистичностью, высокие нравственные стремления сменяются низкими побуждениями, страсть к общению сменяется замкнутостью, тонкая чувствительность переходит в апатию, живая любознательность – в умственное равнодушие. Ст. Холл назвал этот период периодом «бури и натиска»[1].

В свою очередь, Э. Шпрангер, главным новообразованием подросткового возраста считает открытие «Я», возникновение рефлексии, осознание своей индивидуальности [1].

Ш. Бюлер, анализируя подростковый период, выделяет в нем негативные и позитивные черты. Она отмечает, что путь принятия себя сопровождается у многих подростков ненавистью к себе и к окружающему миру, которые могут присутствовать одновременно, находясь в связи одна с другой, а могут чередоваться, приводя подростка к мысли о самоубийстве. К этому присоединяется еще и ряд новых внутренних влечений: к тайному, запрещенному, необычному, к тому, что выходит за пределы привычной и повседневной жизни. Непослушание, занятие запрещенными делами обладает в этот период особой притягательной силой. При этом подросток чувствует себя одиноким, чужим и непонятым в окружающей его жизни взрослых и сверстников [1].

Существуют и позитивные периоды в жизни подростка, которые могут способствовать развитию адекватной, здоровой самооценки, любви к себе и принятию себя. Позитивный период приходит постепенно и начинается с того, что перед подростком открываются новые источники радости, к которым он до этого времени не был восприимчив, например, сознательное переживание чего-то прекрасного. При благоприятных условиях источниками радости служат искусство и наука. Ко всему этому присоединяется переживание чувства любви [2].

Г. Крайг, анализируя подростковый возраст, отмечает, что существуют основные задачи развития подросткового возраста, которые так же влияют на формирование их самопринятия. К ним относятся: достижение автономии и независимости от родителей, формирование идентичности, означающее творческое и независимое «Я». Кроме этого, большое влияние на самопринятие подростка оказывает социум и исполняемые социальные роли: идеи подростков о ролях и ценностях определяются их принадлежностью к той или иной референтной группе. Чаще всего именно взаимоотношения в этих различных референтных группах оказывают колоссальное влияние на формирование самооценки подростка и его принятие себя [2].

Таким образом, подростковый возраст рассматривается как один из самых сложных в жизни человека, в период которого формируется самое важное – принятие себя. Каждый человек проходит этот непростой путь, чтобы сформировать здоровую самооценку, самоотношение и отношение к окружающему миру. Но все эти исследования проводились в социокультурных условиях, которые существенно отличаются от современности. Представляет интерес исследование конкретных процессов становления самоотношения у современных подростков.

Список использованной литературы

1. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Изд-во Юрайт ; МГППУ, 2011. – 460 с.
2. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг, Д. Бокум – 9-е изд. – СПб. : Питер, 2005. – 940 с.

К содержанию

Е. А. КОТОВА

Гомель, ГГУ имени Ф. Скорины

Научный руководитель – Т. В. Шатюк, кандидат педагогических наук, доцент

ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ АЛГОРИТМ ИССЛЕДОВАНИЯ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ У СТУДЕНТОВ

Исследование особенностей копинг-стратегий и психологической безопасности у студентов является актуальным в свете растущей важности проблемы психического здоровья молодежи. Изучение копинг-стратегий и их связи с психологической безопасностью может помочь выявить эффективные методы поддержки молодых людей в сложных жизненных ситуациях и уменьшить риск развития психических расстройств.

Теоретико-методологической основой данного исследования являются труды К. Г. Юнга, С. К. Нартовой-Бочавер, Э. Хартманна, Е. В. Сухановой, Д. Амирхана, В. Г. Маралова, Р. Лазаруса и С. Фолкман.

По мнению С. К. Нартовой-Бочавер, копинг (или преодоление) – это индивидуальный способ взаимодействия человека с ситуацией в соответствии с её собственной логикой, её значимостью в жизни личности и психологическими возможностями самого человека [1].

Е.В. Суханова дает другое понятие копинг-стратегий: «... под копинг-стратегиями понимаются осознанно используемые человеком приемы совладания с трудными ситуациями, состояниями, совокупность различных поведенческих стратегий, меняющиеся попытки в когнитивной и поведенческой областях справиться со специфическими внешними или внутренними требованиями, которые оцениваются как чрезмерные или превышающие ресурсы человека» [2].

Полное эмпирическое исследование вышеуказанной темы включает в себя 8 этапов. В эмпирической части исследования для изучения проблемы особенностей копинг-стратегий у студентов предлагается использовать следующий инструментарий: вопрос-тест «Границы психики» Э. Хартманна, методика диагностики суверенности психологического пространства С.К. Нартовой-Бочавер, методика диагностики доминирующих копинг-стратегий личности «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана, копинг-тест Р. Лазаруса и С. Фолкман, анкета-опросник «Оценка уровня психологической безопасности образовательной среды».

Стоит упомянуть, что немало людей используют деструктивные копинг-стратегии при столкновении с трудностями, а также не чувствуют

психологической безопасности. Результаты, полученные в ходе исследования, формируют базу для разработки практических рекомендаций и коррекционно-развивающей программы, направленных на обеспечение психологической безопасности студентов и развитию у них адекватных копинг-стратегий. Данные методические разработки могут быть использованы педагогами-психологами, психотерапевтами, а также студентами.

Список использованной литературы

1. Нартова-Бочавер, С. К. "Coping behavior" в системе понятий психологии личности / С. К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал, 1997. – № 5. – С. 20–30.
2. Суханова, Е. В. Понятие «копинг-стратегии» и пример асоциальных копинг-стратегий / Е. В. Суханова // Прикладная юридическая психология. – 2014. – № 1. – С. 76–83.

К содержанию

А. В. КРУКОВСКАЯ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина
 Научный руководитель – Д. Э. Синюк, кандидат психологических наук, доцент

ЗНАЧЕНИЕ НЕВЕРБАЛЬНОЙ КОММУНИКАЦИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГА

Невербальная коммуникация играет важную роль в деятельности психолога. Помимо слов, которые мы произносим, наше тело, жесты, выражение лица и другие невербальные сигналы передают информацию и оказывают воздействие на наше социальное окружение. Взаимодействие между психологом и клиентом основано на взаимопонимании и эмоциональной связи, и именно невербальная коммуникация является важным инструментом при установлении этой связи.

По утверждению австралийского специалиста А. Пиза, с помощью слов передается только 7 % информации, с помощью звуковых средств (тон, интонация) – 38 %, с помощью жестов, мимики, позы – 55 % [1]. Следовательно, большее значение имеет не то, что говорится, а то, как мы это делаем. За счет подобных исследований можно и вправду понять, что люди часто скрывают свои истинные эмоции вербальными средствами, рассказывая одно, но их лица и тела говорят совсем другое. Поэтому язык тела часто говорит сам за себя и передает то, что мы хотим выразить, но и выдает то, что мы хотели бы утаить. М. Коццолино отмечает следующее: ко-

гда то, что человек выражает с помощью языка (вербальных средств общения), не соответствует тому, что он выражает с помощью тела (невербальных средств общения), его собеседник обращает большее внимание на невербальный канал коммуникации. Данный исследователь предполагает, что, возможно, это связано с тем, что за языком тела можно непосредственно наблюдать, он находится на поверхности и его сложнее скрыть. Автор убежден, что язык тела оказывается более убедительным, чем слова, из-за своей природной спонтанности и устойчивости к фальсификации [2].

Следовательно, психолог должен уметь интерпретировать и анализировать невербальные сигналы, чтобы понять настроение и эмоциональное состояние клиента перед работой с ним и в самом процессе диагностики, консультирования. Наблюдение за невербальными сигналами помогает специалисту лучше понять клиента, даже если он сам не осознает своих переживаний [3–5].

Невербальная коммуникация также помогает в установлении доверительных отношений между психологом и клиентом. Клиент видит, что психолог внимательно слушает его не только словами, но и телом, что создает ощущение понимания и поддержки. Психолог также может использовать невербальные сигналы, чтобы поддерживать клиента и показывать свое участие в его проблемах. Например, нежный жест руки или понимающий взгляд могут быть очень важными для клиента и создать условия для эмоционального роста и благоприятной атмосферы консультирования. Кроме того, невербальная коммуникация играет роль в управлении групповыми сессиями и тренингами. Психолог может использовать различные невербальные приемы, чтобы создать атмосферу доверия и содействовать сотрудничеству и взаимодействию между участниками. Например, он может использовать жесты и мимику, чтобы передать эмоциональную окраску своего выступления или показать участникам, что он слушает и понимает их.

Таким образом, значение невербальной коммуникации в профессиональной деятельности психолога не может быть недооценено. Она позволяет понять клиента глубже, установить эмоциональную связь и создать условия для эффективной терапии и сотрудничества. Компетентное использование невербальной коммуникации может сделать работу психолога более эффективной и помочь клиентам достичь желаемых результатов.

Список использованной литературы

1. Пиз, А. Язык телодвижений: как читать мысли окружающих по их жестам / А. Пиз, Б. Пиз ; пер. с англ. Т. К. Кругловой.– М. : ЭКСМО-Пресс, 2009. – 448 с.
2. Коццолино, М. Невербальная коммуникация. Теории, функции, язык и знак / М. Коццолино ; пер. с англ. О. А. Шипиловой. – Харьков : Гуманитарный центр, 2018. – 220 с.
3. Мэй, Р. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье [Электронный ресурс] / Р. Мэй ; пер. с англ. Т. К. Кругловой.– М. : Независимая фирма «Класс», 2009. – 91 с. – Режим доступа : <https://cpp-r.ru/wp-content/uploads/2015/08/psiho.pdf>. – Дата доступа : 08.10.2023.
4. Файн, С. Первичная консультация. Установление контакта и завоевание доверия / С. Файн, П. Глассер ; пер. с англ. Е. В. Дорошенко, В. И. Белопольского. – М. : Когито-Центр, 2003. – 238 с.
5. Ягнюк, К. В. Невербальные аспекты терапевтической коммуникации [Электронный ресурс] / К. В. Ягнюк // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2014. – № 2. – Режим доступа : <https://psyjournal.ru/articles/neverbalnye-aspekty-terapevticheskoy-kommunikacii>. – Дата доступа : 09.10.2023.

К содержанию

К. И. КРЫСЬ

Барановичи, БарГУ

Научный руководитель – Е. И. Комкова, кандидат психологических наук, доцент

ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Рассматривая благополучие как интегративное образование, Л.В. Куликов представляет данный психологический феномен как «слаженность психических процессов и функций, ощущение целостности, внутреннего равновесия», а духовное благополучие – как «ощущение причастности к духовной культуре общества, осознание возможности приобщаться к богатствам духовной культуры (утолять духовный голод), продвижение в понимании сущности и предназначения человека, осознание и переживание смысла своей жизни» [1, с. 126]. Исследователь выделяет материальное, физическое, психологическое и духовное благополучие. Физическое (телесное) благополучие определяется им как «хорошее физическое

самочувствие, телесный комфорт, удовлетворяющий индивида физический тонус». Материальное благополучие предполагает удовлетворенность материальной стороной жизни (отдых, материальный комфорт, уровень дохода, одежда, жилье и т.д.).

Психологическое благополучие – это «позитивное функционирование личности [2]. В отношении субъективного благополучия используются определения типа «баланс негативного и позитивного аффектов»; «интегральное социально-психологическое образование, включающее оценку и отношение человека к жизни и себе»; «субъективное отношение личности» [3].

Целью нашего исследования является изучение психологического благополучия в юношеском возрасте. Для определения уровня психологического благополучия в юношеском возрасте была использована методика «Шкала субъективного благополучия» (Г. Перуз-Баду в адаптации М.В. Соколовой). Базой исследования стал Барановичский государственный университет. Выборка исследования состояла из 127 испытуемых, в возрасте 17–20 лет различных специальностей: 66 девушек и 61 юноша.

Анализ результатов исследования показал, что оценки, отклоняющиеся в сторону субъективного благополучия (2–3) характерны 76 % респондентов. Это свидетельствует об умеренном эмоциональном комфорте: человек не испытывает серьезных эмоциональных проблем, достаточно уверен в себе, активен, успешно взаимодействует с окружающими, адекватно управляет своим поведением.

Средние оценки (4–7) присущи 2 % испытуемых и свидетельствуют о низкой выраженности качества: лица с такими оценками характеризуются умеренным субъективным благополучием, серьезные проблемы у них отсутствуют, но и полном эмоциональном комфорте говорить нельзя.

Крайне низкие оценки по шкале субъективного благополучия (1) присущи 22 % респондентов и свидетельствуют о полном эмоциональном благополучии испытуемого и отрицании им серьезных психологических проблем. Такой человек обладает позитивной самооценкой, не склонен высказывать жалобы на различные недомогания, оптимистичен, общителен, уверен в своих способностях, эффективно действует в условиях стресса, не склонен к тревогам.

Оценки, отклоняющиеся в сторону субъективного неблагополучия (7–9), характерные для людей, склонных к депрессии и тревогам, пессимистичных, замкнутых, зависимых, плохо переносящих стрессовые ситуации, не выявлены ни у кого из респондентов. Не выявлены также и крайне высокие оценки (10), свидетельствующие о значительно выраженном эмоциональном дискомфорте, наличии комплекса неполноценности, трудностях в контроле своих эмоций, неуравновешенности, негибкости, постоянном беспокойстве по поводу реальных и воображаемых неприятностей.

Таким образом, большинство студентов характеризуются умеренным уровнем субъективного благополучия.

Список использованной литературы

1. Леонтьев, Д. А. Введение: личностный потенциал как объект изучения / Д. А. Леонтьев – М. : Смысл, 2011. – 111 с.
2. Копытич, В. П. Взаимосвязь направленности локуса контроля и мотивации в юношеском возрасте / В. П. Копытич; науч. рук. А. Ю. Зуенок // Инженерно-педагогическое образование в XXI веке : материалы VI Республиканской научно-практической конференции молодых ученых и студентов БНТУ (66-й студенческой научно-технической конференции БНТУ), 22,23 апреля 2010 года. В 3 ч. Ч. 2 / ред. кол. С. А. Иващенко [и др.]. – Минск : БНТУ, 2011. – С. 75–78.
3. Куцак, А. В. Формирование культуры здорового образа жизни студентов медицинского университета / А. В. Куцак // Минск : БГУ – 2018. – С. 148–150.

К содержанию

А. А. КУКСА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Н. С. Зубарева, преподаватель

ОСОБЕННОСТИ САМООЦЕНКИ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК

Самооценка – это одна из центральных потребностей в самоутверждении с целью найти свое место в жизни и достичь конгруэнтности между собственным Я и условиями социальной среды. Самооценка позволяет человеку примерять свои силы к задачам и требованиям, ожиданиям и мнениям окружающей среды и является важным компонентом в управлении поведения, находясь в каждом акте этого же поведения. Все это и делает самооценку важным фактором в формировании личности. Важность самооценки определяется еще и тем, что она является важной частью самосознания личности, которое формирует и направляет ее деятельность, поведение, общение и другую активность.

Значимый вклад в изучение самооценки внесли А. Адлер, Р. Бернс, У. Джеймс, К. Роджерс, К. Хорни, Э. Эриксон, Т.Ю. Андрущенко, Е.А. Архипова, Л.И. Божович, И.С. Кон, А.Н. Леонтьев, В.В. Столин, С.Л. Рубинштейн, И.И. Чесноков и многие другие.

Изучение самооценки является актуальным в юношеском возрасте в связи с процессами самоопределения личности, становления её ценностей,

приоритетов и целей в жизни, способов их достижения. Исследование самооценки в этом возрасте позволяет определить перспективы дальнейшего развития личности, профессиональной и социальной реализации.

Для исследования уровня самооценки у юношей и девушек на предмет установления различий были использованы методика самооценки личности Будасси, методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан. Выборка испытуемых составила 30 человек.

Анализ полученных результатов выявил, что в большей части юношам присущ средний уровень самооценки: они адекватно оценивают себя и свое идеальное Я, свои способности, черты, имеют чувство собственного достоинства. Юноша спокоен к неудачам и это не вызывает у него стресса, как и критика других людей. У юношей отмечается также высокий уровень самооценки, отражая расхождение Я-идеального и Я-реального, переоценивание своих качеств и возможностей. Таким юношам присущ эгоцентризм, авторитаризм и игнорирование мнения. Низкий уровень имеет наименьший процент юношей.

Девушкам более присуще сомневаться в своих внешних показателях и характере. Также присутствует неуверенность в себе и комплексы из-за резких изменений физических параметров. У девушек процесс самоидентичности может быть более интенсивным и сложным, так как они часто сталкиваются с социальными ожиданиями и стереотипами, связанными с женской ролью в обществе, что может объяснить преобладание низкого уровня самооценки у респондентов женского пола.

Сравнительный анализ выявил относительные различий между уровнем самооценки у юношей и девушек, что подтверждает выдвинутое предположение.

К содержанию

А. И. ЛЕВДАНСКАЯ

Гродно, ГрГУ имени Я. Купалы

Научный руководитель – Т. К. Комарова, кандидат психологических наук, доцент

ПЕРЕЖИВАНИЕ ДУШЕВНОЙ БОЛИ КАК ФАКТОР ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ПОДРОСТКА

В современном обществе проблемы психического и психологического здоровья подростков приобретает все большую значимость и актуальность. Это обусловлено тем, что подростковый возраст сопровождается множеством изменений в отношениях со взрослыми и сверстниками и возникающими в этой связи проблемами, которые могут вызывать душевную боль и в дальнейшем приводить к возникновению у подростка депрессивных состояний.

Душевная боль является одной из наиболее распространенных и тяжелых форм страдания, которую может испытывать человек в течение своей жизни. Исследователи рассматривают душевную боль как психологическое состояние, которое характеризуется эмоциональной болью и страданием, вызванными различными жизненными событиями. Она может проявляться в виде физических, психологических и социальных симптомов и оказывать серьезное воздействие на жизнь человека. Несмотря на свою временную природу, душевная боль может перерасти в депрессию, если не обратить внимание на ее причины и не оказать поддержку и помощь подростку в его эмоциональном состоянии [1].

Причины душевной боли могут быть различными и индивидуальными для каждого человека. Однако наиболее распространенными причинами в подростковом возрасте являются такие как утрата близкого члена семьи, друга или любимого человека; неустойчивая самооценка; насилие как один из самых значимых факторов в развитии душевной боли; стресс, который может длиться достаточно продолжительный период времени, что создает риск перехода его в состояние депрессии и возникновения душевной боли. Эти факторы могут вызвать у подростка чувство беспомощности, отчаяния, гнева, страха и другие негативные эмоции, которые могут привести к переживанию им душевной боли и депрессии.

Депрессия как серьезное психическое заболевание отличается стойким нарушением настроения, интересов и эмоций. Подростки, страдающие от депрессии, могут испытывать частые и необоснованные изменения настроения, потерю интереса к ранее любимым занятиям, нарушения сна и аппетита, чувство стыда и нежелания общаться с окружающими. Они могут также проявлять агрессию или же наоборот, уходить в себя и избегать общения.

Душевная боль и депрессия имеют множество общих черт: оба этих состояния характеризуются наличием эмоционального дискомфорта и отрицательных переживаний. Особенностью связи между душевной болью и депрессией у подростков является то, что первая может стать причиной развития второй. Подростковый период характеризуется сильными эмоциональными колебаниями и поиском своего места в обществе. Если душевная боль и стрессовые ситуации не могут быть эффективно исправлены, подросток может постепенно погрузиться в депрессию. С другой стороны, депрессия также может усиливать и поддерживать душевную боль, создавая цикл страдания и отчаяния. Можно отметить, что чем выше уровень депрессии у подростка, тем более выраженная душевная боль может возникать у него. Кроме того, депрессия может усложнять обработку эмоций, что также может увеличивать душевную боль в ответ на неблагоприятные жизненные события [2, 3].

Таким образом, предпринятый анализ свидетельствует об актуальности и необходимости широкого спектра эмпирических исследований, посвященных описанным выше феноменам, в контексте подросткового возраста. Одним из важных аспектов проблематики переживания личностью душевной боли и депрессии может быть изучение особенностей их взаимосвязи у подростков с разным статусом в буллинг-структуре.

Список использованной литературы

1. Акопян, Л. С. Эмоциональные состояния как детерминанты суицидального поведения подростков / Л. С. Акопян, С. С. Мишина // Поволжский педагогический вестник. – 2019. – Т.7.– №1 (22).
2. Ениколопов, С. Н. Медико-психологические и социально-психологические концепции суицидального поведения / С. Н. Ениколопов, Е. А. Чистопольская // Суицидология. – 2013. – №3. – С. 26–36.
3. Шнейдман, Э. Душа самоубийцы / Э. Шнейдман – М. : Смысл, 2001. – 132 с.

К содержанию

О. В. ЛЕОНОВЕЦ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Н. А. Окулич, старший преподаватель

**ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ
В СУПРУЖЕСКИХ ПАРАХ С РАЗНЫМ СТАЖЕМ
СОВМЕСТНОЙ ЖИЗНИ**

Интерес современных исследователей к изучению межличностных эмоциональных отношений в супружеских парах вызван целым рядом негативных тенденций: нестабильность браков ввиду большого количества разводов, возрастание количества неполных семей как обычного явления для института семьи, нарушение семейных нравственно-этических норм и традиций. При этом в любой семье особая эмоциональная подсистема.

Эмоциональные отношения – это переживания человеком отношения к себе самому и к окружающей действительности, которые регулируются эмоциональной сферой. Отношения в супружеской паре С.Л. Рубинштейн определяет как взаимные ориентации, которые развиваются и кристаллизуются у индивидов, находящихся в длительном контакте; переживания, которые возникают в ходе этих длительных контактов, претерпевают изменения, откладывая отпечаток на характер межличностных отношений. Следовательно, семейные отношения возникают и складываются на основе определенных чувств, рождающихся у людей друг к другу.

Цель исследования – выявление особенностей эмоциональных отношений в супружеских парах с разным стажем совместной жизни.

В качестве методов исследования были использованы: методика ПЭА (понимание, эмоциональное притяжение, авторитетность) А.Н. Волковой и опросник «Шкала любви и симпатии» З. Рубина. Респондентами выступили супружеские пары (n=90) с разным стажем совместной жизни: 0–4 года (совсем молодые браки), 5–9 лет (молодые браки), 10–19 лет (средние браки) и более 20 лет (пожилые браки).

Результаты методики ПЭА показали, что супруги в совсем молодых (100 %), молодых (97,5 %) и пожилых (100 %) браках не испытывают трудностей в понимании друг друга, испытывают взаимное доверие, не боятся непринятия и осуждения, делятся своими впечатлениями и чувствами; их мировоззрение и взгляды на жизнь очень схожи. В средних браках высокий показатель понимания отмечается только у 33,3 % респондентов, что можно объяснить влиянием нормативного кризиса брака.

Высокие показатели эмоционального притяжения супругов присущи подавляющему большинству респондентов в совсем молодом (97,5 %) и в пожилом (100 %) браках. В молодом браке количество респондентов с вы-

соким показателем по данной шкале уменьшается почти вдвое (отмечается у 50 %), а в среднем – почти в пять раз (присущ 17 % респондентов). Можно предположить, что выявленная тенденция объясняется снятием супругами «розовых очков» и фокусированием внимания на бытовых проблемах, воспитании детей и т.д.

Высокие показатели авторитетности (уважения) присущи 100 % респондентов в пожилых браках, по 67,7 % респондентов в очень молодых и молодых браках, 17 % – в средних браках (вероятно, это объяснимо чувством усталости супругов друг от друга, сложностями в понимании и общении, сопряженными с нормативным кризисом брака).

Важно отметить, что ни одна из выборок не показала низких результатов по шкалам опросника ПЭА, что говорит о том, что супружеские пары, выбранные для исследования, не испытывают серьезных проблем в эмоциональных отношениях друг с другом.

По «Шкале любви и симпатии» З. Рубиной показатели по выборкам распределились следующим образом. У подавляющего большинства респондентов в совсем молодых (100 %) и в пожилых (100 %) браках, у 75 % – в молодых браках по шкале «любовь» отмечаются высокие показатели. В средних браках высокие показатели по данной шкале выявлены только у 37,5 %. По шкале «симпатия» высокие показатели присущи большинству респондентов (100 %) в совсем молодых браках, 66,7 % – в пожилых браках, 25 % – в молодых браках, а в средних браках – не выявлены. У 100 % респондентов в средних браках этот показатель на среднем уровне выраженности, а у 12,5 % респондентов из молодых браков – на низком уровне. Полученные результаты можно объяснить тем, что с нарастанием стажа совместной жизни восхищение партнером, его идеализация, безусловное принятие и интерес к нему сменяются разочарованием, усталостью, неприятием, ощущением «прочитанной книги», причем наибольший контраст отмечается в молодых браках, когда совместная жизнь заставляет супругов посмотреть друг на друга таких, какие они есть.

В заключение отметим, что проблемы эмоционального притяжения и авторитетности супругов наблюдаются в браках со средним стажем. Но, несмотря на это, супруги в таких браках находят основания для сохранения брака. В совсем молодых и пожилых браках эмоциональные отношения играют важнейшую роль в существовании брака.

К содержанию

Ю. В. ЛУКЪЯНЧИК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Даниленко, кандидат психологических наук, доцент

ПРОБЛЕМА СУПРУЖЕСКИХ КОНФЛИКТОВ В МОЛОДЫХ СЕМЬЯХ В КОНТЕКСТЕ СОХРАНЕНИЯ И ПОДДЕРЖАНИЯ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

Молодые супружеские пары как объект исследования, все чаще привлекают внимание специалистов различных областей, в том числе, педагогов, социологов и психологов. Это связано с различными обстоятельствами. На начальном этапе супружества, в первые его годы, молодые люди адаптируются не только друг к другу, но и к основным ролям и обязанностям в семье. В этот период процесс адаптации является сложным и многоплановым, зачастую, его успешность определяет характер основных конфликтов и способы их преодоления. Перед супругами стоят задачи формирования структуры семьи, распределения ролей и выработки общих семейных ценностей, планирования семейного бюджета, взаимоотношения с друзьями и родственниками и т.д.

Молодая семья – это супружество, продолжающееся менее пяти лет.

Семейные отношения невозможны без конфликтных ситуаций. Конфликт указывает на проблемные зоны в отношениях между членами семьи. Под супружеским конфликтом понимают столкновение противоположно направленных, противоречивых взглядов, мотивов и интересов супругов.

К проблемным областям жизнедеятельности молодой семьи, можно отнести следующие: отношения с друзьями и родственниками; бытовые проблемы; трудности выстраивания семейной иерархии и овладения семейными ролями; сложности в формировании межличностных отношений, связанные с ревностью, плохим знанием потребностей, интересов, индивидуальных особенностей партнёра, недостаточный уровень готовности к брачно-семейным отношениям и др.

Конструктивному разрешению проблем в молодой семье, могут препятствовать следующие факторы: недостаточная саморегуляция эмоциональных состояний, разница в уровне осведомленности, низкая общечеловеческая и психологическая культура, культура взаимоотношений и общения, неадекватное восприятие и ожидания партнёров, стереотипы поведения, заложенные родительскими семьями, отсутствие достаточного опыта решения бытовых проблем, индивидуально-личностные качества, такие

как лень, эгоизм, вредные привычки, нежелание уступать друг другу, отсутствие эмпатии и др. [1].

Большинство конфликтов и споров можно было бы избежать или разумно разрешить, не доводя до столкновения. Но для этого оба партнера должны проявлять чуткость и внимательное отношение друг к другу, уметь анализировать свое поведение, иметь стремление вместе меняться в лучшую сторону в целях сохранения и поддержания комфортного микроклимата в семье, уступать друг другу, уважать мнение и интересы партнера, внимательно и уважительно относиться к его близкому окружению. Необходимо также развивать психологическую культуру и культуру общения и взаимоотношений, учиться понимать причины конфликтов и развивать умение предвидеть их последствия, изучать эффективные стратегии ведения семейного спора [3].

Первым условием ведения культурного спора двух любящих супругов должна стать позиция – не добиваться победы любой ценой. Необходимо помнить, что победа одного из супругов – это поражение второго, поражение любимого вами человека. И потом, побежденный – член той же семьи, следовательно, любая победа одного – есть поражение всей семьи в целом.

Вторым условием должна стать неукоснительно соблюдаемая позиция уважения супруга, в любой ситуации, в любых обстоятельствах.

В предупреждении и преодолении семейных конфликтов очень многое зависит от искусства общения в семье, основу которого составляет стремление сгладить назревающий семейный конфликт, а не разжигать его; умение воспринимать супруга таким, какой он есть, видеть в нем, прежде всего, положительное, не выпячивать его недостатки, преувеличивая их значение; стремление видеть источник своего раздраженного состояния, прежде всего, искать проблемы в себе самом, а не в супруге. Очень важно не позволить себе опуститься до употребления оскорбительных выражений по отношению к близкому человеку.

Роль и задача психолога – помочь молодым супругам понять причины конфликтов и грамотно подходить к их разрешению. Для этого важно изучать факторы, причины, условия развития конфликта и способы его предотвращения, уровень распространенности конфликтов и их характер, степень готовности молодых людей к брачно-семейным отношениям и многое другое, что будет способствовать сохранению и поддержанию психического здоровья и психологического благополучия в молодых семьях.

Список использованной литературы

1. Владин, В. Гармония семейных отношений / В. Владин, Д. Капустин. – Минск : Вышэйшая школа. – 1988. – 379 с.
2. Сысенко, В. А. Супружеские конфликты / В. А. Сысенко. – М. : Изд-во «Академия», 2001. – 176 с.
3. Андреева И.С. Семья: Книга для чтения. Кн. 2 / И. С. Андреева, А. В. Гулыга. – М : Политиздат, 1991. – 527 с.

К содержанию

Л. Д. ЛЮНДЫШЕВА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Т. В. Васильева, старший преподаватель

ОСОБЕННОСТИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

Учебная деятельность в высшей школе, как правило, выпадает на период поздней юности (студенческий возраст). Обучение в вузе направлено на формирование и развитие у обучающихся научного мировоззрения, системы профессиональных знаний, формирование творческих способностей. На этом этапе совершается окончательный переход к взрослости, пополнение различных качеств личности новым содержанием, формирование социальной зрелости и гражданской позиции. Перечисленные задачи решаются в процессе учебной и научной деятельности в высшей школе.

Многие современные ученые определяют учебную деятельность как вид практической педагогической деятельности, целью которой является человек, владеющий необходимой частью культуры и опыта старшего поколения, представленных учебными программами в форме совокупности знаний и умений ими пользоваться [1].

Арыдин В.М. и Атанов Г.А. указывают, что процесс обучения в высшей школе имеет свою специфику и сильно отличается от школьного. Первой отличительной особенностью является изучение науки и научная активность: студент изучает научные проблемы, задачи и способы их решения, овладевает процессом формирования научных знаний и методов. Второй особенностью является приобретение научных знаний и практического опыта, совмещение научных и учебных процессов [2].

Многие исследователи отмечают, что обучение в высшей школе – это сложный процесс, который требует внимания, воли, сосредоточенности, самоорганизации, активности, сознательности, высокой работоспособности, рационального распределения времени на учебу и отдых. Успех в учебной

деятельности в вузе зависит мотивов, побуждающих к учению; познавательных потребностей и интересов; психологического настроения и готовности к деятельности; волевых качеств [2].

Андреев А.А. отмечает, что процесс обучения в высшей школе включает в себя следующие элементы: лекции; семинарские занятия; ознакомительная практика; производственная практика [3]. Этим видам деятельности необходимо обучаться.

Учебная и научная активность обучающихся в высшей школе берет начало с периода адаптации, в ходе которого происходит преодоление новых трудностей обучения, освоение нового образа жизни (самостоятельности), знакомство с однокурсниками и преподавателями. При успешном уровне адаптации у обучающихся формируются необходимые профессиональные знания и умения, а также развивается активное мышление и умение выражать собственные мысли, студенты обучаются построению взаимоотношений и культуре ведения дискуссии, формируется мотивация и заинтересованность к дальнейшей познавательной и научной деятельности.

Список использованной литературы

1. Бордовская, Н. В. Педагогика: Учебное пособие / Н. В. Бордовская, А. А. Реан – СПб. : Питер, 2006 – 304 с.
2. Арыдин, В. М. Учебная деятельность студентов / В. М. Арыдин, Г. А. Атанов – Д. : ЕАИ-пресс, 2000. – 80 с.
3. Андреев, А. А. Педагогика высшей школы/ А. А. Андреев – М.: Московский международный институт эконометрики, информатики, финансов и права, 2002. – 264 с.

К содержанию

А. В. МАТУЗКО

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина
 Научный руководитель – А. В. Северин, кандидат психологических наук, доцент

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ КАК ФЕНОМЕН В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАБОТНИКОВ СОЦИОНОМИЧЕСКИХ ПРОФЕССИЙ

Термин «эмоциональное выгорание» впервые был описан в научной литературе психиатром Х. Фрейденбергом в 1974 году. Данным термином он обозначал эмоциональное состояние работников, которые испытывали

тревогу, истощение и другие нарушения в проявлении и переживании эмоций, адекватности своего поведения.

Психологи установили, что риск эмоционального выгорания очень высокий у работников социономических профессий (психологов, врачей, воспитателей, продавцов и др.) в виду того, что им приходится в силу своей профессиональной деятельности много взаимодействовать с другими людьми, сглаживать конфликты, рекламировать продукты, сопереживать и оказывать эмоциональную поддержку другим.

Выделяют три стадии эмоционального выгорания: эмоциональное сопротивление, сопротивление и истощение. Данные стадии затрагивают работу всех органов и систем организма человека, его физиологические процессы. Также воздействие эмоционального выгорания сказывается на ухудшении когнитивной сферы человека (восприятия, памяти, мышления и др.), на его личностной сфере (обострение определенных качеств).

Эмоциональное выгорание можно рассматривать как защитную реакцию личности на ситуации повышенного или постоянно действующего стресса на рабочем месте, реакцию на отсутствие достаточно высокого материального вознаграждения за труд, ситуации эмоциональной стабильности и неблагополучия на рабочем месте.

Для профилактики эмоционального выгорания необходимо придерживаться следующих рекомендаций: повысить внутреннюю трудовую мотивацию или сменить сферу профессиональной деятельности на более подходящую типу личности, осуществить планирование своих дел и определить то, на что тратиться больше всего усилий и времени; осознать ситуации и занятия, людей, которые понижают или повышают нашу энергию, урегулировать психофизический жизненный баланс энергии; проанализировать те ситуации, которые вовлекают нас в состояния эмоционального выгорания, для их коррекции сформировать у себя хобби и выстроить личные границы; способствовать позитивному развитию собственной личности и повышать степень оптимизма, использовать юмор и радость, отдых в различных ситуациях.

К содержанию

Л. В. МОЖЕЛЮК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Д. Э. Синюк, кандидат психологических наук, доцент

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ГЕНДЕРНОЙ
СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ**

В последние десятилетия в литературе появляется все больше работ, посвященных изучению гендерных аспектов социализации личности. По мнению Г.М. Андреевой, социализация является двусторонним процессом присвоения и воспроизводства человеком социального опыта (социальных норм, правил, особенностей поведения) [1]. Соответственно, гендерная (полоролевая) социализация как частный аспект социализации, по мнению Ш. Берна, Ю.Е. Гусевой, И.С. Клециной, И.Г. Малкиной-Пых и др., представляет собой процесс усвоения норм, правил поведения, установок, отвечающих культурным представлениям о роли, положении и призвании мужчины и женщины в обществе [2–4]. Это процесс, который начинается уже с самого раннего детства и продолжается в течение всей жизни, определяющий и формирующий наше представление о себе и о других людях на основе их пола. Гендерная социализация включает в себя осознание и восприятие таких аспектов, как роли, стереотипы, ожидания и поведение, связанные с определенным полом.

Исторические, этнографические, социально-психологические исследования показывают, насколько глубоко укоренились в сознании определенные образы мужчин и женщин. Возникшие мнения о типичных качествах каждого пола закреплялись с течением времени в шаблонах, которые накладывались на меняющуюся действительность. Затем они превращались в стереотипы, мнения и предрассудки, клише. Н.А. Ксенофонтова отмечает, что с этими стереотипами очень трудно бороться, даже если они стали просто нонсенсом [5]. Следовательно, общество и культура имеют огромное влияние на процесс гендерной социализации: определяют, какие модели поведения и стереотипы характерны для мужчин и женщин. Эти стереотипы, хотя и не всегда соответствуют действительности, имеют сильное воздействие на наши жизни и наше взаимодействие с окружающим миром.

Важность гендерной социализации заключается в том, что она формирует наше представление о том, какими должны быть мужчины и женщины, какие роли они должны играть в обществе. Так, мальчику внушают, что ему следует быть «сильным» и «независимым», отрицать свои эмоции и стремиться к успеху в различных областях (например, карьеры или спор-

та). Девочку учат быть «нежной» и «заботливой», вести домашнее хозяйство и развивать эмоциональность. Такие стереотипы, несомненно, могут ограничивать наши возможности, оказывать давление и ставить нас в рамки принятых норм.

Недавние исследования показывают, что гендерная социализация играет значительную роль в определении нашего самовосприятия и влияет на наше половое поведение и ориентацию. Для объяснения механизма передачи гендерной информации от родителей к детям в последнее время наиболее широко используется теория гендерной схемы С. Бем, которая гласит, что индивидуумы, испытавшие влияние половой типизации, используют гендерные схемы в большей степени, чем индивидуумы, не подверженные этому культурному процессу [6].

Важность гендерной социализации также связана с нашей способностью понимать и уважать разнообразие и различия между людьми. Она помогает нам осознать и признать, что каждый человек имеет право на свою собственную идентичность и свободу самовыражения вне зависимости от его пола.

В заключение следует отметить, что гендерная социализация играет важную роль в нашей жизни, влияя на наше самовосприятие, поведение и ожидания. Несмотря на то, что она может ограничивать наши возможности и создавать социальные проблемы, она также способствует нашему осознанию и пониманию различий между людьми. Важно признавать и уважать каждого человека вне зависимости от его пола, помня о важности социального равенства и свободы самовыражения.

Список использованной литературы

1. Андреева, Г. М. Социальная психология / Г. М. Андреева. – М. : Аспект Пресс, 2003. – 364 с.
2. Берн, Ш. Гендерная психология / Ш. Берн. – СПб.: Прайм ЕВРОЗНАК, 2001. – 320 с.
3. Гусева, Ю. Е. Гендерная социализация / Ю. Е. Гусева // Практикум по гендерной психологии / Под ред. И. С. Клециной. – СПб. : Питер, 2003. – С. 85–90.
4. Малкина-Пых, И. Г. Гендерная терапия : справочник практического психолога /И. Г. Малкина-Пых. – М. : «Эксмо», 2006. – 928 с.
5. Мужчина и женщина. Диалог или соперничество? / отв. ред. Н. А. Ксенофонтова. – М. : ИА РАН, 2004. – 430 с.
6. Бем, С. Л. Линзы тендера: трансформация взглядов на проблему неравенства полов / С. Бем ; пер. с англ. – М. : РОССПЭН, 2004. – 336 с.

К содержанию

В. С. НАГОРНЫЙ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. А. Гузюк, старший преподаватель

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ПРАВСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ
И ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ
ВОЗРАСТЕ**

Юношеский возраст – это период между детством и взрослостью, когда происходят значительные физические, эмоциональные и когнитивные изменения. В этот период личность подвергается интенсивному развитию и формированию, что приводит к ряду особенностей, характерных для юношеского возраста. К ним относятся, во-первых, идентификация и самоопределение, юноши и девушки начинают задаваться вопросами о своей личности, искать свою уникальность и определить свое место в обществе. Во-вторых, изменения в эмоциональной сфере, в юношеском возрасте часто наблюдаются эмоциональные колебания и интенсивные переживания. Молодые люди могут испытывать бурные эмоции, как положительные, так и отрицательные. В-третьих, развитие когнитивных функций, включая логическое мышление, абстрактное мышление и способность к критическому мышлению. Юноши и девушки начинают осознавать свои собственные мысли, взгляды и убеждения, а также развивают способность к анализу и рефлексии. В-четвертых, социальное взаимодействие и формирование отношений. В-пятых, экспериментирование и рискованное поведение. В юношеском возрасте часто происходит экспериментирование с новыми ролями, поведением и опытами.

Эти особенности юношеского возраста являются нормальными и естественными частями процесса развития личности. Они играют важную роль в формировании самоидентификации, социальных навыков, эмоционального интеллекта и других аспектов личностного роста.

Нравственное развитие в юношеском возрасте является одним из важнейших аспектов развития личности. В этот период происходят значительные изменения в мироощущении, ценностных ориентациях и поведении молодого человека. Нравственное развитие включает в себя формирование моральных принципов, убеждений, этических норм и ценностей, которые определяют отношение человека к себе и окружающему миру. Важными факторами, влияющими на нравственное развитие юношей, являются семья, образовательная среда, социальное окружение и средства массовой информации. Семья играет особую роль в формировании моральных ценностей и принципов, поскольку она является первой социальной средой, где ребенок начинает усваивать правила поведения и нормы общения.

Школа и другие образовательные учреждения также играют важную роль в формировании нравственных ценностей у юношей. Они предоставляют молодым людям возможность получить знания и навыки, которые помогут им развиваться как личности и участвовать в общественной жизни. Социальное окружение также оказывает существенное влияние на нравственное развитие юношей. Взаимодействие с друзьями, коллегами и другими людьми может повлиять на формирование моральных ценностей и поведения молодых людей. Средства массовой информации, такие как телевидение, интернет и социальные сети, также могут оказывать значительное влияние на нравственное развитие юношей.

Волевые качества личности являются неотъемлемой частью нравственного развития в юношеском возрасте. Они включают в себя такие качества, как целеустремленность, настойчивость, самоконтроль, ответственность и дисциплина. Целеустремленность позволяет юношам ставить перед собой цели и находить способы их достижения. Настойчивость помогает преодолевать трудности и не отступать перед препятствиями. Самоконтроль позволяет контролировать свои эмоции и поведение в различных ситуациях. Ответственность за свои поступки и слова помогает юношам осознавать последствия своих действий и принимать ответственность за них. Дисциплина позволяет юношам следовать правилам и нормам поведения, а также уважать права и интересы других людей. Волевые качества личности могут быть развиты через обучение и практику. Школьная программа может включать в себя тренинги по развитию волевых качеств, а также участие в спортивных или других командных мероприятиях. Спортивные занятия, например, требуют высокой степени настойчивости и дисциплины, а также помогают улучшить самоконтроль и ответственность. Семейное воспитание также играет важную роль в развитии волевых качеств личности. Родители могут обучать своих детей самоконтролю и ответственности, а также учить их уважать права и интересы других людей. В целом, развитие волевых качеств личности является важным аспектом нравственного развития в юношеском возрасте. Они помогают юношам становиться уверенными и ответственными личностями, которые способны принимать решения и действовать в соответствии с нравственными принципами.

Благодаря правильной поддержке и воспитанию в семье, школе и обществе, молодые люди могут развиваться как нравственные личности и вносить свой вклад в общественную жизнь.

К содержанию

Н. В. НАКРЕПЛЕННАЯ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Т. В. Васильева, старший преподаватель

**СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ВНЕШНЕЙ КРАСОТЕ
СВЕРСТНИКА СВОЕГО ПОЛА У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ**

Современное общество предъявляет все больше требований к внешнему виду человека, поскольку внешний облик личности зачастую является средством экспрессивно-импрессионного проявления образа «Я» личности. Представления о внешней красоте человека можно рассматривать как социальные представления, которые входят в структуру картины мира личности и выполняют функцию регуляции поведения, направленного как на других людей, так и на самого себя. Эти представления оказывают влияние на самоотношение человека и в конечном итоге, на его удовлетворенность своей жизнью в целом.

Подростковый возраст является одним из ключевых периодов в становлении личности человека, так как в это время происходит становление осознанного отношения молодых людей к различным аспектам своей личности, в том числе и к своей внешности как инструменту самопрезентации и источнику самоотношения. В этом процессе поиска подростки начинают обнаруживать конфликт между их уникальностью и социальными нормами.

Целью нашего исследования стало выявление содержания представлений старших подростков о внешней красоте человека. в качестве методики исследования мы использовали полуструктурированное интервью в котором просили подростков описать внешность сверстника своего пола, которого они считали красивым. В исследовании приняли участие 60 обучающихся в возрасте 12–15 лет, из них 30 мальчиков и 30 девочек.

Ответы респондентов, полученные в ходе проведения полуструктурированного интервью, мы подвергли процедуре контент-анализа. В процессе анализа выделенные категории ответов респондентов, которые были объединены в два класса: «Внешний вид» и «Психологические характеристики». К классу категорий «Внешний вид» мы отнесли следующие категории: «Волосы», «Фигура», «Рост», «Глаза», «Голос», «Бодимодификация», «Действия по улучшению своей внешности», «Одежда». К классу категорий «Психологические характеристики» мы отнесли следующие категории: «Личностные качества», «Коммуникативное поведение», «Межличностная роль», «Указание на самооценку». Выраженность классов категорий «Внешний вид» и «Психологические характеристики» в ответах респондентов представлена в таблице.

Полученные данные указывают на то, что при описании внешности красивого человека подростки больше всего говорят о видимых характеристиках внешности, таких как состояние волос, одежда, глаза, наличие бодимодификаций и совершение действиях по улучшению своей внешности.

Таблица – Выраженность классов категорий «Внешний вид» и «Психологические характеристики» в описании мальчиками и девочками старшего подросткового возраста внешности красивого сверстника своего пола

Классы категорий	Мальчики-подростки		Девочки-подростки	
	n	%	n	%
Внешний вид	165	75,7	198	68,3
Психологические характеристики	53	24,3	92	31,7
Всего	218	100	290	100

Данные таблицы также свидетельствуют о том, что подростки наряду с характеристиками внешнего вида при описании красивого человека указывают его психологические характеристики: черты характера, умение общаться, наличие у подростков дружеских и родственных связей с красивым человеком, положительное отношение красивого человека к самому себе. При этом девочки-подростки чаще мальчиков-подростков указывают на эти характеристики.

Для подростков в целом имеют значимость личностные качества человека. Можно утверждать, что человек, к которому подростки-девочки и, реже, мальчики-подростки, относятся как к приятному и доброму, будет ими восприниматься как человек с красивой внешностью.

Наличие в описании личностных качеств, а именно доброты, общительности, готовности прийти на помощь, указывает на то, что восприятие человека как красивого обусловлено у подростков эмоциональным контактом с другим человеком. В тоже время это указывает на слабую дифференцированность представлений о красоте у подростков. Они совмещают внешние и внутренние характеристики человека при оценке его внешности.

К содержанию

М. А. НИКОНОВА

Могилев, МГУ имени А. А. Кулешова

Научный руководитель – И. В. Калачева, кандидат психологических наук, доцент

СЕМЕЙНАЯ ТРЕВОГА ПАРТНЕРОВ, СОСТОЯЩИХ В НЕЗАРЕГИСТРИРОВАННЫХ ОТНОШЕНИЯХ

Актуальность изучения семейной тревоги связана с тем, что для брачных партнеров, особенно состоящих в незарегистрированных отношениях, характерно переживание негативных эмоций по отношению к разным аспектам семейной жизни. Оно может проявляться в неуверенности в чувствах партнера, в себе, в вопросах верности и стабильности, в восприятии поведения партнера как попытки избежать ответственности, в проблемах с рождением детей и их воспитанием и т.д. Нередко подобные переживания, противоречащие представлениям о себе, вытесняются, что может проявиться в семейных отношениях в виде тревоги.

Для выявления факторов, определяющих переживание семейной тревоги брачными партнерами, нами было проведено эмпирическое исследование. В нем приняли участие 93 респондента, в том числе 48 партнеров, состоящих в незарегистрированных отношениях и 45 супругов, состоящих в официальном браке. В качестве диагностического инструментария использовались опросник «Анализ семейной тревоги» (АСТ) Э. Эйдемиллер, В. Юстицких [1] и методика «Шкала ситуативной (реактивной) и личностной тревожности» Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина [2].

Статистический анализ данных, проведенный с помощью двухфакторного дисперсионного анализа позволил установить, что в качестве факторов, определяющих характер переживания семейной тревоги брачными партнерами, выступают тип отношений, пол и личностная тревожность, а также их взаимодействие:

партнеры, состоящие в незарегистрированных отношениях, имеют более высокие показатели тревоги, чем супруги, состоящие в браке ($F_{(1;89)}=5,011$; $p=0,027$);

у партнеров с высоким уровнем личностной тревожности, состоящих в незарегистрированных отношениях, показатели тревоги и напряжения выражены больше, чем у лиц с высоким уровнем личностной тревожности, состоящих в браке ($F_{(1;89)}=4,184$; $p=0,018$);

у женщин, состоящих в незарегистрированных отношениях, показатели напряжения выражены больше, чем у мужчин, состоящих в незарегистрированных отношениях ($F_{(1;89)}=14,626$; $p=0,000$); у женщин, состоящих в официальном браке, показатели напряжения более выражены, чем у муж-

чин, состоящих в незарегистрированных отношениях ($F_{(1;89)}=5,563$; $p=0,020$);

женщины, независимо от типа отношений, демонстрируют более высокие показатели вины ($F_{(1;89)}=4,318$; $p=0,040$), тревоги ($F_{(1;89)}=5,563$; $p=0,020$) и напряжения ($F_{(1;89)}=14,626$; $p=0,000$), чем мужчины;

брачные партнеры с высоким уровнем личностной тревожности, независимо от пола ($F_{(1;80)}=4,184$; $p=0,018$) и типа отношений ($F_{(1;80)}=3,911$; $p=0,023$), в большей степени склонны переживать тревогу и напряжение, чем респонденты с низкими показателями.

Полученные результаты могут быть обусловлены тем, что партнеры, состоящие в незарегистрированных отношениях, оценивают свой социальный статус как неоднозначный, что инициирует неуверенность, конфликтность и тревожность. В таких отношениях партнеры не могут в полной мере удовлетворить свою потребность в безопасности и стабильности, вытесняя при этом высокий уровень личностной тревожности из-за сложившейся ситуации в виде ссор, нестабильного эмоционального состояния, психологического дискомфорта и т.д. Особенно это характерно для женщин, поскольку ситуация, в основном, определяется партнером и мало зависит от их усилий. Поэтому они не воспринимают отношения данного типа как полноценные супружеские отношения, что может провоцировать на конфликты со своим партнером, нарушать эмоционально-психологическую составляющую семейных отношений.

Выявленные в ходе исследования особенности переживания семейной тревоги могут быть использованы практическими психологами в процессе консультирования партнеров, состоящих в незарегистрированных отношениях.

Список использованной литературы

1. Слепкова, В. И. Психологическая диагностика семейных отношений / В. И. Слепкова, Т. А. Заеко. – Мозырь : Содействие, 2007. – 196 с.
2. Щербатых, Ю. В. Методики диагностики тревоги и тревожности – сравнительная оценка / Ю. В. Щербатых // Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири. – Сер.4. Психологические науки. – 2021. – №2. – 16 с.

К содержанию

А. А. ОГИЕВИЧ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, кандидат психологических наук, доцент

ОСОБЕННОСТИ КОММУНИКАЦИИ СТУДЕНТОВ С ИНТРОВЕРТИРОВАННОСТЬЮ И ЭКСТРАВЕРТИРОВАННОСТЬЮ

Коммуникация – это процесс и результат обмена информацией, установления и поддержания контактов между людьми.

Психологи указывают на то, что на содержание коммуникации могут оказывать влияние такие личностные характеристики как «интровертированность» и «экстравертированность».

Одним из первых такие характеристики личности описал психолог К. Юнг в 1910 году. К.Юнг считал, что интровертированность и экстравертированность являются полярными, противоположными характеристиками личности. Интроверты более ориентированы на собственный внутренний мир, его содержание. Для них не характерны спонтанные действия, они не особенно общительны, им не свойственно выражение эмоций; интроверт больше погружен в свои мысли и фантазии, часто предпочитает общению с людьми возможность предаваться размышлениям. И, наоборот, экстраверты, более ориентированы на внешний мир, на контакты с другими людьми. Экстраверсия личности предполагает предпочтение социальных и практических аспектов жизни в отличие от погружения в мир воображения.

Сходную точку зрения высказывал Г. Айзенк, который выделял два типа личности на основе критерия коммуникабельности: первая группа людей обладает высокой активацией – это интроверты, и вторая группа – те, кто имеет низкую активацию или экстраверты. Первые склонны сохранять имеющийся уровень активации, поэтому избегают социальных контактов, чтобы не допустить его повышения. И, наоборот, вторые склонны повышать свой уровень активации, поэтому им требуется стимуляция извне; они охотно идут на внешние контакты.

Таким образом, интровертированность и экстравертированность позволяет судить об особенностях коммуникации личности. Так, интроверты часто застенчивы, сдержанны, склонны к уединению, имеют замедленную речь с паузами, медленно устанавливают контакты с окружающими при необходимости в этом. Экстраверты, наоборот, приветливы, общительны и находчивы в разговоре, склонны к вербальному общению, активны, склонны к конфликтности, но и подвержены воздействию со стороны других людей.

К содержанию

Я. В. ОСИПЧУК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. В. Ярмольчик, преподаватель

**ИНТЕРНЕТ КАК СРЕДСТВО КОММУНИКАЦИИ
ПОДРОСТКОВ**

Коммуникация на сегодняшний день является важнейшим аспектом нашей жизни. Эффективная коммуникация имеет важное значение для обучения, роста и развития человека, установления отношений и их поддержания. Она является необходимым и всеобщим условием жизнедеятельности человека и одной из фундаментальных основ существования общества. Изучением интернет-коммуникации занимались множество исследователей, среди которых А. А. Ефремова, К.С. Жмырко, Т. С. Иванова, Е. И. Медведская, Е. В. Хареба, А. Л. Холод, В. В. Ходакова, и др.

Ефремова А.А. в своей статье «Интернет-коммуникация как средство мобилизации общества» определяет интернет-коммуникации как такие методы общения, при которых передача информации происходит по каналам интернет с использованием стандартных протоколов обмена и представления информации в различной форме – голос, видео, документы, мгновенные сообщения, файлы [1].

Коммуникация молодых людей в подростковом возрасте является одним из важных аспектов социализации, а также становится ведущим видом деятельности. Благодаря общению подростков друг с другом развиваются навыки конструктивного общения, появляются индивидуальные способы самовыражения и своеобразная манера общения.

Так как в подростковом возрасте ведущим видом деятельности является общение, то использование интернета как средства коммуникации становится приоритетным для подростка: поиск друга, собеседника или даже группы людей, со схожими мыслями и увлечениями; общение на расстоянии; выкладывание результатов своего творчества (песни, стихи, рисунки); поиск познавательной информации, получение новостей и другое.

Подростки активно общаются в социальных сетях, которые есть в интернете, среди которых: «Вконтакте», «Telegram», «Одноклассники», «Твиттер», «Instagram» и многие другие. Современная молодежь покорена социальными сетями и может проводить там много времени. В этой интернет-среде стало возможным искать свою половинку в сервисах знакомств. При этом главная заслуга интернета – это предоставление возможностей для беспрепятственного общения с людьми из разных уголков планеты на расстоянии тысячи километров.

Развитие средств сетевого общения расширяется социальное взаимодействие, при этом имеет свои слабые стороны, одной из которых является отсутствие невербального компонента, так как собеседники не видят друг друга. Но несмотря на это, люди стремятся восполнить утрату этой составляющей и находят другие способы усиления смысла текста и передачи эмоций. Обычно для выражения эмоций пользователи предпочитают пользоваться особым шрифтом, подчеркиванием, постановкой знаков препинания в определенном порядке, использование эмодзи и многое другое.

В книге Жмырко К. С. «Особенности общения подростков посредством интернета» обозначены некоторые мотивы, способствующие переходу подростков к виртуальному общению от реального, среди которых анонимность. В интернет-среде подросток может вносить о себе данные, отличимые от реальных. Он может проявить большую свободу высказываний, передавать ложную информацию. Во-вторых, интернет-общение помогает подростку создавать о себе впечатление по своему выбору, не ограничивает его возможности в создании образа того, кем он хочет быть. В-третьих, подросток сам добровольно завязывает контакты или избегает их, может прервать их, что может привести к существенным различиям конструируемой виртуальной и реальной личностей [2].

Коммуникация в подростковом возрасте играет важную роль в социализации, развитии личности и установлении отношений в личной жизни и в будущей карьере. Интернет – коммуникация является необходимой и важной частью жизни современного подростка. Однако такой вид общения влечет за собой отрицательные последствия, наиболее опасным из которых становится риск чрезмерного увлечения людей виртуальной реальностью и отдаление от реального мира, а также может приводить к развитию интернет зависимости.

Список использованной литературы

1. Ефремова, А. А. Интернет-коммуникация как средство мобилизации общества [Электронный ресурс]/ А. А. Ефремова// Международный студенческий научный вестник. – 2017. – № 1. – Режим доступа : <https://eduherald.ru/article/view?id=16861>. – Дата доступа : 30.09.2023.

2. Жмырко, К. С. Особенности общения подростков посредством интернета / К. С. Жмырко // Молодой ученый. – 2015. – № 10 (90). – С. 1333–1335.

К содержанию

Д. А. ОСОПРИЛКО

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Т. В. Васильева, старший преподаватель

ФЕНОМЕН ДРУЖБЫ КАК ПРОЯВЛЕНИЕ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Современная культура представляет собой конгломерат самых разнообразных установок, ценностей и представлений относительно различных сфер общественных отношений, в том числе и дружбы как феномена межличностных отношений. Молодые люди могут сталкиваться с противоречиями в том, как дружба понимается различными людьми, что приводит к конфликтам и неудовлетворенности отношениями. Молодой человек должен определиться, какой смысл он будет вкладывать в эти отношения, что будет влиять на дальнейший ход его личностного развития. В этой связи представляет интерес изучение феномена дружбы как проявление межличностных отношений в юношеском возрасте.

Одним из исследователей, изучавших проблемы дружеских отношений в юношеском возрасте, является И.С. Кон. В своей работе «Дружба» он, анализируя становление изучения феномена дружбы в психологии, выделяет ряд этапов в осмыслении этого явления. Так, одним из первых этапов в осмыслении данного феномена является понимание дружбы архаических обществах, когда у многих народов заключение такого рода отношений не было делом свободы выбора, а было обусловлено совместным прохождением обряда инициации, что фиксирует некую практическую и духовную общность между друзьями.

Далее И.С. Кон фиксирует внимание на идеях античных философов, которые размышляли о духовно-нравственных аспектах дружбы. В первую очередь на идеях Сократа о том, что дружба соединяет людей нравственных, для которых духовное общение важнее переходящих чувственных удовольствий, а также на идеях Платона, который выводит дружбу из общей нравственной цели, которая состоит в стремлении к совершенству. И.С. Кон отмечает, что в отношениях дружбы начинает выделяться эмоциональный компонент, который обобщается в этическую теорию, основанную на мотивах и общих критериях.

Особым этапом в становлении понятия дружбы в психологии, по мысли И.С. Кона, являются исследования Гарвардского университета, в которых были сформулированы основные характеристики дружбы. Так, были выделены два подхода к классификации дружбы. Ценностно-мотивационный подход предполагает в первую очередь мотивы и ценности, в него входит три

вида дружбы: утилитарная (взаимная выгода), гедонистическая (эмоциональная привязанность), нравственная (бескорыстие). Следующий подход был назван структурно-функциональным и по своей сути старался быть безоценочным и безличным, классифицируя формы дружбы не по мотивам, а по их функциям в рамках социальной системы, это могут быть отношения слияния, замещения, дополнения или конкуренции.

Далее И.С. Кон отмечает, что в рассмотрении феномена дружбы необходимо перейти к системному изучению личностных отношений как к новой парадигме исследования. К основным её чертам относятся: развивающиеся взаимоотношения, индивидуальность, естественная среда и фактор времени, сознательные условия и коммуникативная стратегия партнёров, субъективная мотивация.

Что касается самих взаимоотношений в юношеском возрасте, И.С. Кон указывает, что по нескольким исследованиям психологов было выявлено, что многие юноши 15–16 лет тянутся к старшим, а девушки же наоборот отдают своё предпочтение сверстникам. Психологический смысл этих расхождений в том, что желание дружить со сверстником предполагает принцип сходства и равенства, а желание тянуться к старшим – выражает потребность в оценке и примере. Так же можно добавить, что для ранней юности типична идеализация дружбы. Важными шкалами измерения является: уровень понимания, доверие, лёгкость в общении. Также мотивами общения со сверстниками в юношеском возрасте согласно исследованиям И.С. Кона в первую очередь является взаимопомощь, во вторых – взаимные интересы, в третьих – желание поделиться, поговорить, в четвёртых – совместное времяпровождение, и в пятых – личная привязанность.

Исходя из общего положения и опираясь на совокупность всех ранее вышперечисленных и упомянутых фактов можно сделать вывод. И. С. Кон в своей деятельности изучал все аспекты дружеских межличностных отношений в обществе на разных его этапах. Под юношеской дружбой понимается сложная система взаимных мотивов, целей, установок и личностных особенностей, что даёт те самые отношения в культурных, духовных и других общественных характеристиках и жизни каждого человека.

Список использованной литературы

1. Кон, И. С. Дружба / И. С. Кон. – 4-е издание. – Санкт-Петербург : Питер, 2005. – 330 с.

К содержанию

Е. Н. ПАВЛОВИЧ

Гродно, ГрГУ имени Я. Купалы

Научный руководитель – Т. К. Комарова, кандидат психологических наук, доцент

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И САООТНОШЕНИЯ У СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

В современном обществе отмечается рост требований к развитию эмоциональной культуры личности, что особенно значимо для профессиональной деятельности специалистов сферы «человек-человек». Под культурой эмоций понимается целостное личностное образование, отличающееся динамичностью, собственной структурой, представленной системой знаний человека об эмоциях, умением оказать эмоциональную поддержку, эмоциональной открытостью и эмоциональной эмпатией. Все вышеперечисленные понятия можно обобщить в определение эмоционального интеллекта. Исследователями эмоциональный интеллект рассматривается как конструкт, имеющий двойственную природу и связанный, с одной стороны, с когнитивными способностями, а с другой – с личностными характеристиками [1]. В контексте вопроса о генезисе эмоционального интеллекта представляется важным обозначить роль самоотношения личности, с очевидностью связанного с переживанием как той внутренней работой, которую совершает личность в процессе самоосознания.

В этой связи в предпринятом эмпирическом исследовании цель заключалась в выявлении наличия и характера взаимосвязи эмоционального интеллекта и отношения личности к себе. В исследовании приняли участие студенты-психологи 1–4 курсов в количестве 72 человек. Был использован следующий диагностический инструментарий: опросник эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д.В. Люсина, тест-опросник самоотношения (ОСО) В.В. Столина и С.Р. Панталева.

Данными корреляционного анализа (по Спирмену) подтверждается, что у студентов-психологов имеет место очевидная причинно-следственная связь между различными параметрами самоотношения и способностью понимать других людей в их эмоциональных проявлениях. В частности, выявлена корреляционная связь между шкалой самоинтереса и межличностным эмоциональным интеллектом ($r=0,25$ при $p<0,05$). Данная связь говорит о том, чем выше уровень понимания эмоций окружающих людей, тем выше у студентов-психологов интерес к себе. Иными словами, понимание эмоций других людей мотивирует будущих психологов к самопознанию своих эмоциональных проявлений.

Имеет место корреляция между шкалой ожидаемого отношения от других и общим уровнем эмоционального интеллекта ($r=0,23$ при $p<0,05$). Также выявлена связь между шкалой ожидаемого отношения от других и межличностным эмоциональным интеллектом ($r=0,29$ при $p<0,05$). Данные связи свидетельствуют, что чем выше уровень общего и межличностного эмоционального интеллекта, тем вероятнее, что студенты-психологи способны сформировать более точное представление о желаемом отношении к ним со стороны окружающих. Это значит, что эмоциональный интеллект способствует развитию прогностических способностей будущих психологов, в частности, в виде коммуникативной рефлексии («Я глазами других людей»).

Корреляционная связь между шкалой реального отношения других и межличностным эмоциональным интеллектом ($r=0,23$ при $p<0,05$) свидетельствует о том, что умение студентов-психологов понимать эмоции других людей позволяет им понять, как к ним реально относятся окружающие люди и отследить эмоциональный фон этих отношений. Тем самым студенты получают возможность соотнести отношение к ним других людей с самоотношением, что может вызвать когнитивный консонанс или диссонанс, то есть подтвердить или опровергнуть адекватность их оценочного отношения к себе.

Корреляционная связь между шкалой самоинтереса и межличностным эмоциональным интеллектом ($r=0,28$ при $p<0,05$) показывает, что чем выше уровень понимания студентами-психологами эмоций других людей, тем более выражена у них готовность совершать внутренние действия, обеспечивающие идентификацию ими своих эмоциональных переживаний.

Таким образом, можно сделать вывод, что у студентов-психологов имеет место взаимосвязь между самоотношением и эмоциональным интеллектом, что подтверждает гипотезу исследования. При этом самоотношение будущих психологов обнаруживает выраженную социальную опосредованность уровнем развития межличностного эмоционального интеллекта как способностью воспринимать и понимать эмоциональные проявления других людей в процессе межличностного взаимодействия с ними.

Список использованной литературы

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

К содержанию

Д. С. ПАВЛЮЧИК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, кандидат психологических наук, доцент

КРИТЕРИИ СФОРМИРОВАННОСТИ ТРУДОВОЙ ГРУППЫ РАБОТНИКОВ КАК КОЛЛЕКТИВА

Вместе с усовершенствованием научно-технического пространства, возрастает интерес к такому феномену, как трудовой коллектив. Согласно А.В. Петровскому, коллектив – это высший уровень развития малой группы (учебной, трудовой и др.). В такой группе люди объединены тесными духовными связями служебного, нравственного, межличностного содержания, которые обеспечивают их взаимодействие и организацию успешной социально-ценностной совместной деятельности; важно, как люди воспринимают друг друга, самих себя, результат и процесс совместной деятельности, какие у них мотивы, эмоции, отношение к жизни, к группе.

Следует отметить, что не каждую группу, особенно трудовую, можно называть коллективом. Выделяют критерии сформированности трудовой группы работников как коллектива: 1) наличие общей для всех членов группы трудовой (профессиональной) деятельности; 2) соответствие совместной трудовой деятельности социально значимым и общественным целям; 3) опосредование межличностных отношений в группе целями, ценностями и содержанием совместного труда; 4) сознательное, устойчивое единство и сплоченность всех членов трудовой группы; 5) наличие четкой структуры и ролей работников в трудовой группе; 6) целеустремленность и согласованность основных интересов всех работников как членов трудового коллектива; 7) выстраивание системы отношений между работниками в группе на основе взаимной контактности и ответственности, самоуправления, на признании не только совместных результатов, но и индивидуальных достижений каждого члена коллектива.

Таким образом, трудовой коллектив отличается от других групп тем, что в нем присутствует профессиональная и социально-психологическая устойчивость, сплоченность работников, оптимальный психологический климат отношений для сохранения личностного благополучия работников и развития самой группы, достижений социально значимых результатов.

К содержанию

Т. Е. ПАЛЬЧАСТАЯ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. Л. Ящук, кандидат психологических наук, доцент

ВЗАИМОСВЯЗЬ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ И ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВЫХ УСТАНОВОК У ВЗРОСЛЫХ

В современных условиях общество переживает глубокий кризис, обусловленный существенным преобразованием социально-экономического уклада: пандемия, социальная изоляция, рост интернет-технологий, цифровизация, и как следствие, разрыв социальных связей, ломка сложившихся социальных систем и отношений. Актуальным является вопрос об изучении взаимосвязи стрессоустойчивости и ценностно-смысловых установок у взрослых в современных условиях неопределенности, мощных изменений во всех сферах жизнедеятельности.

Теоретические, методологические и практические вопросы изучения стрессоустойчивости нашли отражение в работах О.В. Воробьевой, А.Р. Каримова, А.П. Катунина, Ю.В. Щербатых и ряда других исследователей. Темой установок, единства личностных смыслов и ценностей активно занимаются такие ученые, как И.В. Абакумова, А.Г. Асмолов, В.П. Зинченко, Т.Т. Иосебадзе, Д.Н. Узнадзе и другие.

Цель исследования: изучение взаимосвязи стрессоустойчивости и ценностно-смысловых установок у взрослых.

В исследовании приняли участие 40 человек в возрасте 40–50 лет. Для решения поставленных задач использовались следующие методики: ценностный опросник Ш. Шварца, методика «Ценностные ориентации» М. Рокича, шкала психологического стресса PSM-25 R. Tessier, L. Lemyre, L. Fillion, тест самооценки стрессоустойчивости Коухена. метод математико-статистического анализа Ч. Спирмена.

По данным методики «Ценностные ориентации М. Рокича» были изучены ценностные ориентации взрослых. У мужчин наиболее предпочтительными оказались следующие группы ценностей: здоровье, счастливая семейная жизнь, материальная обеспеченность, интересная работа и активная жизнь; у женщин пять первых ранговых позиций занимают здоровье; любовь; счастливая семейная жизнь; материальная обеспеченность; активная жизнь. Среди инструментальных ценностей у женщин предпочтительными являются образованность, воспитанность, ответственность, жизнерадостность, независимость. У мужчин пять первых ранговых позиций занимают образованность, ответственность; воспитанность; жизнерадостность; независимость.

По данным методики «Ценностный опросник» Ш. Шварца получены следующие результаты. Преобладающими ценностями у женщин на уровне нормативных идеалов в порядке убывания являются: универсализм, самостоятельность, доброта; на уровне индивидуальных приоритетов женщины стремятся к самостоятельности, безопасности и доброте. Преобладающими ценностями у мужчин на уровне нормативных идеалов являются: достижение, гедонизм, самостоятельность; на уровне индивидуальных приоритетов мужчины стремятся к достижениям, власти и гедонизму.

С целью оценки взаимосвязи стрессоустойчивости и ценностно- смысловых установок у взрослых был проведен корреляционный анализ с использованием критерия ранговой корреляции Ч. Спирмена. Установлены следующие связи между переменными: ценность «красота природы и искусства» положительно коррелирует со стрессом ($r=0,34$ при $p \leq 0,05$); ценность «счастливая семейная жизнь» отрицательно коррелирует со стрессом ($r=-0,42$ при $p \leq 0,05$); ценность «жизнерадостность» отрицательно коррелирует со стрессом ($r=-0,55$ при $p \leq 0,05$); ценность «нетерпимость к недостаткам» положительно коррелирует со стрессом ($r=0,40$ при $p \leq 0,05$); ценность «самоконтроль» отрицательно коррелирует со стрессом ($r=-0,42$ при $p \leq 0,05$); ценность «независимость» отрицательно коррелирует со стрессоустойчивостью ($r=-0,52$ при $p \leq 0,05$); ценность «твердая воля» отрицательно коррелирует со стрессом ($r=-0,54$ при $p \leq 0,05$); ценность «эффективность в делах» отрицательно коррелирует со стрессом ($r=-0,53$ при $p \leq 0,05$).

На основании данных корреляционного анализа установлены следующие связи между переменными:

1) ценность «самостоятельность» отрицательно коррелирует со стрессом ($r=-0,45$ при $p \leq 0,05$). То есть чем более значима ценность самостоятельность для взрослого, тем меньше у него выражено субъективное восприятие уровня напряженности ситуации.

2) ценность «гедонизм» положительно коррелирует со стрессом ($r=0,34$ при $p \leq 0,05$). То есть чем более значима ценность гедонизм для взрослого, тем в большей степени у него выражен стресс и психологическая дезадаптация, напряженность.

3) ценность «безопасность» отрицательно коррелирует со стрессом ($r=-0,31$ при $p \leq 0,05$). То есть чем более значима ценность безопасность для взрослого, тем меньше у него выражено субъективное восприятие уровня напряженности ситуации.

Таким образом, было выявлено 11 взаимосвязей стрессоустойчивости и ценностно-смысловых установок у взрослых.

К содержанию

П. В. ПАНЦЕВИЧ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. А. Гузюк, старший преподаватель

УЧЕБНАЯ МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ ФОРМ ПОЛУЧЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

Рассматривая мотивацию как сложную многоуровневую систему, С.Л. Рубинштейн отмечал, что все ее проявления находятся на разных уровнях сознания: потребности, мотивы и цели деятельности человека имеют для него особое значение [1].

По мнению А.К. Марковой, процессы формирования и изучения мотивации обучения должны исследоваться таким образом, чтобы, в одной стороне соблюдать объективный характер, а с другой гуманное и уважительное отношение к личности студента [2]. Л.И. Божович подчеркивала, что только некоторые мотивы имеют одинаковую побудительную силу: существуют основные (ведущие) и второстепенные (побочные) мотивы, а также мотивы, связанные с самой учебной деятельностью, с процессом ее выполнения, и мотивы, связанные с тем, как человек относится к окружающему миру[3].

В исследовании с целью изучения мотивов учения студентов использовались «Методика изучения мотивации обучения в вузе» Т.И. Ильиной, «Методика для диагностики учебной мотивации студентов» разработанная А.А. Реаном и В.А. Якуниним, методика на локус контроль Дж. Роттера.

Исследование проводилось на базе Брестского государственного университета имени А.С. Пушкина. Общая выборка исследования составила 60 человек. При этом 30 человек студенты заочного и соответственно 30 дневного отделения.

По результатам проведенных нами методик можно сделать вывод о том, что мотивация студентов заочной и дневной формы обучения имеет различия. Для студентов заочной формы обучения преимущественно наиболее значимым является мотив «Получить диплом», а для студентов дневной формы обучения более значимым является мотив «Получить интеллектуальное удовлетворение». У студентов заочной формы получения образования преобладают мотивы престижа, связанные со стремлением получить или поддержать высокий социальный статус. А у студентов дневной формы обучения преобладают учебно-профессиональные мотивы, что выражается в активном стремлении пополнения профессиональных знаний.

Благодаря методике локус контроля Дж. Роттера мы смогли выявить, что больше половины студентов разных форм обучения обладают экстернальным локусом контроля (66,6 %). Среди студентов заочной формы обучения 17(56,6 %) человек с интернальным локусом контроля и 14(43,3 %)

человек с экстернальным локусом контроля. А среди студентов дневной формы обучения с экстернальным локусом контроля 27(90 %) человек – против 3 (10 %) человек с интернальным локусом контроля.

По результатам методики «Мотивация обучения в вузе» мы установили, что у студентов заочной формы обучения преобладают мотивы приобретения знаний. По результатам методики у студентов дневной формы обучения преобладают преимущественно учебно-познавательные. Мы можем говорить о стремлении студентов получить новые знания и успешно закончить обучение в вузе. Доминирующими мотивами являются мотивы «Приобретение знаний» и «Получить диплом».

Таким образом, проведенное нами эмпирическое исследование позволяет говорить, что между студентами разных форм обучения имеются различия в содержании мотивации учебной деятельности.

Список использованной литературы

1. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2009. – 713с.
2. Маркова, А. К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте / А. К. Маркова. – М. : Просвещение, 1983. – 96с.
3. Божович, Л. И. Проблемы развития мотивационной сферы ребенка / Л. И. Божович // Изучение мотивации поведения детей и подростков / Под ред. Л. И. Божович, Л. В. Благоннадежиной. – М. : Педагогика, 1972. – С. 7–44.

К содержанию

А. О. ПИСАРЧУК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. А. Гузюк, старший преподаватель

ПРОЯВЛЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ И ЮНОШЕЙ

Под эмоциональным интеллектом учёные понимают умения личности делать рефлекссию собственных и чужих эмоций, а также управлять ими. Под распознаванием эмоций понимают способность определять собственные или чужие эмоциональные переживания: субъект выявляет причинно-следственные связи возникновения эмоций, а также контролирует их интенсивность и внешнее выражение.

Эмпирическое исследование проявления эмоционального интеллекта у старших подростков и юношей проводилось в апреле 2023 года на базе ГУО «Средняя школа № 5 г. Бреста» и УО «Брестский государственный

университет имени А.С. Пушкина». В эмпирическом исследовании приняло участие 60 человек. В исследовании приняли участие 30 учеников 10 «А» и 10 «Б» классов в возрасте от 15 до 16 лет и 30 студентов психолого-педагогического факультета, 1 курса, 11 группы, специальности «Начальное образование» в возрасте 17–18 лет. Для сбора эмпирического материала использовались тесты Н. Холла и Д.В. Люсина.

Анализ результатов эмпирического исследования по тесту Н. Холла показывает, что для старших подростков и юношей характерен средний уровень осознания и понимания своих эмоций, низкий уровень эмоциональной отходчивости, эмоциональной гибкости и произвольного управления своими эмоциями, низкий уровень управления своим поведением за счёт управления эмоциями. Также для исследуемой выборки характерен средний уровень понимания эмоций других людей, умения сопереживать текущему эмоциональному состоянию другого человека, а также готовности оказать поддержку, средний уровень умения воздействовать на эмоциональное состояние других людей.

Анализ результатов эмпирического исследования по тесту Д.В. Люсина показывает, что для старших подростков и юношей характерен средний уровень понимания чужих эмоций, для старших подростков характерен очень высокий уровень управления чужими эмоциями, а для юношей – низкий и средний уровни. При этом для старших подростков характерен средний и высокий уровни понимания своих эмоций и низкий уровень управления своими эмоциями, средний уровень контроля экспрессии и высокий уровень межличностного эмоционального интеллекта, средний и очень высокий уровни внутриличностного эмоционального интеллекта. В же время для юношей характерен средний уровень понимания своих эмоций, средний уровень управления своими эмоциями, низкий уровень контроля экспрессии и средний уровень межличностного эмоционального интеллекта, средний уровень внутриличностного эмоционального интеллекта.

Для старших подростков и юношей характерен средний уровень понимания эмоций и средний уровень управления эмоциями. Для старших подростков характерен очень высокий уровень общего эмоционального интеллекта, а для юношей – средний уровень.

Исходя из результатов эмпирического исследования можно сделать следующие выводы: для старших подростков и юношей характерен средний уровень осознания и понимания своих эмоций; для старших подростков и юношей характерен низкий уровень управления своими эмоциями; для старших подростков и юношей характерен низкий уровень управления своим поведением за счёт управления эмоциями; для старших подростков и юношей характерен средний уровень понимания чужих эмоций; для

старших подростков и юношей характерен средний уровень управления эмоциями других людей.

К содержанию

А. В. ПОЛУХИНА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Е. А. Гузюк, старший преподаватель

ПРОЯВЛЕНИЕ ЛИДЕРСКИХ КАЧЕСТВ У МАЛЬЧИКОВ И ДЕВОЧЕК ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

В последнее время неуклонно растёт интерес педагогов и психологов к проблеме проявления лидерских качеств мальчиками и девочками подросткового возраста. В самом общем виде «лидерство» стоит понимать как процесс социального влияния, благодаря которому лидер получает поддержку со стороны других членов сообщества для достижения цели. От наличия лидерских качеств зависит успешность учебной и внеучебной деятельности подростков, их место в структуре межличностных отношений со сверстниками, их притязания и социальные ожидания. Для собственной успешности в социуме, ребёнку подросткового возраста необходимы знания и умения, с помощью которых он сможет не только заявлять собственную жизненную позицию, но и активно реализовывать её в рамках определённой деятельности.

В проведенном нами эмпирическом исследовании с использованием методики «Социометрия» Дж. Морено, «Лидер» Е. Жарикова, Е. Крушельницкого было выявлено, что к лидерским качествам больше склонны мальчики. Девочки тоже склонны к лидерству, но гораздо меньше; в отличие от мальчиков, девочки сами себя к лидерам не относят. При этом одноклассники считают, что лидерские качества присущи 4 мальчикам из 12, из них 2 подростка отметили у себя высокий уровень лидерских качеств. Среди 19 девочек по мнению ребят 4 лидера девочки, однако, ни одна из девочек не отметила у себя высокий уровень лидерских качеств.

У мальчиков высокая тяга к товариществу, и девочек из класса они выбирали редко. Девочки же выбирали как девочек, так и мальчиков, отдавая больше выбора в сторону девочек.

Также у мальчиков было мало выборов. Они выбирали в основном только своих друзей, с которыми хорошо общаются. У девочек было намного больше выборов, они выбирали всех, кого считали нужным из своего класса, даже если и вовсе не ладят с кем-то.

Сказать однозначно о том, кто из класса лидер достаточно сложно. В классе в основном выделяются так называемые «звезды» и «предпочитаемые» с которыми хорошо общаются, чье мнение важно, и чье поведение оказывает огромное влияние на группу. В классе есть те, кто не сильно мотивирован к учебе, и те, кто учится достаточно хорошо. Те, кто не мотивирован к учебе уважительно относятся к тем, кто мотивирован, и наоборот. Уважение в классе присутствует ко всем учащимся.

Исходя из результатов исследования, можно увидеть, что далеко не все, кто хотел бы стать лидером, являются ими. Но каждый ребенок в той или иной степени хотел бы стать лидером. И в каждой группе идет так называемая «борьба» за то самое место. Некоторые уже были рождены лидерами, а кому-то приходится им стать. Но путь к становлению лидера очень труден. Человек на этом пути развивает в себе достаточно хорошие и полезные качества, которые ему пригодятся в жизни.

В исследовании были выявлены лидеры, которые уверены в себе, так как есть подростки, которые отнесли себя к высокому уровню лидерских качеств, мальчики обладают мужеством, поэтому лидеров среди них больше, нежели лидеров среди девочек.

Таким образом, лидерские качества в подростковом возрасте ярче проявляются у мальчиков, чем у девочек.

К содержанию

Е. А. ПОЛХОВСКАЯ

Барановичи, БарГУ

Научный руководитель – Т. Е. Яценко, кандидат психологических наук, доцент

ВИДЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ ПОДРОСТКОВ В БУЛЛИНГЕ

В психологическом словаре «психологическая защита» трактуется как система регуляторных механизмов в психике, которые направлены на устранение или сведение к минимуму негативных, травмирующих личность переживаний, сопряженных с внутренними или внешними конфликтами, состояниями тревоги и дискомфорта [1]. Ситуации, требующие психологической защиты, характеризуются реальной или кажущейся угрозой целостности личности, ее идентичности и самооценке. Эта субъективная угроза может порождаться конфликтом противоречивых тенденций внутри личности или несоответствием поступающей извне информации сложившемуся у личности образу мира и образу Я. Психологическая защита направлена, в конечном

счете, на сохранение стабильности самооценки личности, ее образа Я и образа мира. К ситуациям, требующим обращения к стратегиям психологической защиты, относятся ситуации буллинга.

Буллинг – это запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить себе [2]. Буллинг отличается от агрессии тем, что буллинг – это сознательное, продолжительное насилие, не носящее характера самозащиты, в процессе чего происходит возвышение своего «Я» за счёт унижения других. Отличие буллинга от конфликта состоит в том, что буллинг – содержит в себе дисбаланс власти, является преднамеренным, повторяющимся и целенаправленным, а причина такой реакции не кроется в поведении жертвы.

Выделяют такие виды буллинга, как эмоциональный, экономический, психический, вербальный, физический и сексуальный буллинг, киберпреследование и хеппислепинг. В буллинг-структуре выделяют инициаторов, помощников инициатора, защитников «жертвы», жертвы и наблюдателей.

Целью исследования – выявить виды психологической защиты подростков, активируемые в ситуациях буллинга. Базой для проведения исследования выступила ГУО «Средняя школа №16 г. Барановичи». Выборку составили 80 учащихся (40 мальчиков, 40 девочек): подростки 7–9 классов. В исследовании использованы методики: «Определение структуры психологических защит» (М. Бонда), «Буллинг-структуры» (Е.Г. Норкиной), «Диагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении» (В.В. Бойко).

Наиболее часто подростки в буллинге занимают позицию защитника жертвы (62,50%). Для подросткового возраста характерно то, что подростки пытаются быть взрослыми, самостоятельными, независимыми, стремятся к самоутверждению. Поэтому большая половина подростков старается показать своё Я через позицию защитника жертвы. Данная позиция требует смелости, уверенности, умения отстаивать точку зрения.

Девочки чаще склонны занимать позицию наблюдателя, в сравнении с мальчиками ($U=621,5$, $p=0,08$). Для девочек характерны такие качества, как пассивность, сострадательность, послушание, сентиментальность. Поэтому они чаще становятся наблюдателями из-за своей неуверенности и слабости.

Среди видов психологической защиты подростки чаще выбирают избегание, реже – агрессию. Мальчики выбирают миролюбие ($U=508,5$, $p=0,01$), девочки склонны к использованию агрессии ($U=579,5$, $p=0,03$).

Чаще всего подростки склонны использовать неадаптивные психологические защиты. Им свойственно неосознанное использование способов минимизирования стрессогенных факторов, которые не приводят к эффективному взаимодействию с окружающими людьми и средой, а также сводит к минимуму желания и стремления человека.

Вычисление коэффициента корреляции позволило выявить виды психологической защиты подростков, занимающих различные позиции в буллинге. Так подростки с позицией жертвы в буллинге используют такие виды психологической защиты, как миролюбие, избегание.

Защитники жертвы в буллинге используют такие психологические защиты, как миролюбие ($r=6,0$, $p=0,01$) и агрессия ($r=2,8$, $p=0,01$), склонны к редкому использованию стратегии избегания ($r=-1,8$, $p=0,08$). Инициаторы буллинга и наблюдатели в буллинге склонны редко использовать избегание ($r=-6,0$, $p=0,01$ и $r=-1,7$, $p=0,1$).

Жертвы буллинга ориентированы на применение неадаптивных видов психологической защиты ($r=4,0$, $p=0,01$). Защитники жертвы и инициаторы буллинга ориентированы на редкое применение неадаптивных защит ($r=-4,6$, $p=0,01$ и $r=-4,3$, $p=0,01$) и частое применение самопринижения ($r=3,1$, $p=0,01$ и $r=-1,9$, $p=0,01$). Помощники инициатора и наблюдатели часто используют неадаптивные защиты ($r=1,9$, $p=0,01$ и $r=2,7$, $p=0,01$).

Список использованной литературы

1. Большой психологический словарь / [Авдеева Н. Н. и др.]; под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – М. : АСТ; СПб. : Прайм-Еврознак, 2009. – С. 632.
2. Кон, И. С. Что такое буллинг и как с ним бороться? / И. С. Кон // Семья и школа. – 2006. – № 11. – С.15–18.

К содержанию

С. И. ПРОКОПУК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Т. В. Васильева, старший преподаватель

ПРОБЛЕМА ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ В РАБОТАХ К.А. АБУЛЬХАНОВОЙ-СЛАВСКОЙ

Удовлетворенность человека собой и своей жизнью зачатую выражается в том, как он воспринимает свою жизнь как целое. Жизнь человека состоит из отдельных событий, которые в восприятии их субъектом представляются объединенными некоторой причинно-следственной связью и образуют целостность, которая в психологии обозначается как жизненный путь личности. Возникает вопрос о содержании и динамике этих представлений.

Следует обратить внимание на то, что именно психологические аспекты проблемы жизненного пути в настоящее время недостаточно раскрыты. Это связано с большим числом методологических, теоретических и

методических и других трудностей. Одним из исследователей этой проблемы является яркий представитель русскоязычной психологии К.А. Абульханова-Славская. В своем произведении «Стратегии жизни» она рассматривает некоторые характеристики этого феномена. В данной статье мы анализируем понятие жизненного пути исходя из позиции К.А. Абульхановой-Славской.

По определению К.А. Абульхановой-Славской, жизненный путь – это индивидуальная история каждой личности, а также ее содержание и мировоззренческая суть. В структуру жизненного пути входят те факты, события и поступки, которые обозначают становление индивида как личности [1].

Разные психологи по-разному решали проблему жизненного пути личности. Б.Г. Ананьев подошел к исследованию проблемы жизненного пути с позиции «исторической», «динамической», «процессуальной» теории личности. С его точки зрения, жизненный путь человека - это история формирования и развития личности в определенном обществе, современника определенной эпохи и сверстника определенного поколения [2]. Специфика воззрений С.Л. Рубинштейна на структуру жизненного пути заключается в том, что не каждое изменение жизненных обстоятельств он называет событием. В ходе этой «индивидуальной истории» возникают узловые моменты и поворотные этапы жизненного пути индивида, так называемые «события жизни» [3].

К.А. Абульханова-Славская решает проблему жизненного пути личности следующим образом. Она исследует особенности о противоречиях индивидуальной жизни, а также выявляет качество личности как субъекта жизненного пути, определяющего жизненную позицию, линии и перспективы развития [1].

С точки зрения К.А. Абульхановой-Славской стратегия жизненного пути начинается с подростковых мечтаний и неопределённых желаний и планов, в которых проявляется образ собственного будущего. Далее происходит выбор профессии и появляются конкретные планы на жизнь. Человек осознает предназначение своей жизни и начинает воплощать свое так называемое «призвание», на основе чего реализуется жизненная программа. Возможность в значительной мере осознанно определить направленность жизненного пути человеку в значительной мере позволяет активное отношение к себе и к своей жизненной практике. Человек определяет свой жизненный путь посредством реализации своих мотивов и потребностей, а также удовлетворения своих интересов, и это происходит в ходе общения, труда, учёбы.

Конкретизация понятия жизненного пути в концепции К.А. Абульхановой-Славской происходит в понятии жизненной стратегии, которая определяется как постоянное преобразование своей личности, спосо-

ба и характера своей жизни, построение жизни, первоначально, исходя из своих индивидуальных способностей и данных, а вскоре из тех, которые вырабатываются на протяжении жизни. Стратегия жизни включает в себя способности изменения, преобразования условий, ситуаций жизни в соответствии с ценностями каждой личности, в отстаивании главного ценой уступок, а также в преодолении своей боязни потерь и в нахождении самого себя.

Таким образом важным свойством личности как субъекта жизни является жизненная позиция, которая раскрывается как совокупность внутренних отношений к отдельным жизненным обстоятельствам и жизненному пути в целом. Подчеркивается, что критериям субъектного способа жизни удовлетворяет активная жизненная позиция, которая подразумевает активное, осознанное и ответственное вмешательство личности в ход жизненного пути.

Список использованной литературы

1. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская – М. : Мысль, 1991. – 229 с.
2. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2001. – 288 с.
3. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2002. – 720 с.

К содержанию

И. Ю. ПТАШКЕВИЧ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – В. Ю. Москалюк, кандидат психологических наук, доцент

**ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ СИНДРОМА
ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У МЕДИЦИНСКИХ
РАБОТНИКОВ СТАРШЕГО И СРЕДНЕГО ЗВЕНА**

Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) развивается на фоне длительного, хронического стресса и ведет к истощению эмоциональных и личностных ресурсов работника. С каждым годом СЭВ в профессиональной деятельности становится все более заметным явлением. Это объясняется, в том числе, и тем, что отсутствует система его диагностики, методических разработок по работе в направлении психологической поддержки работников, подверженных «выгоранию». Особенно подвержены СЭВ представители профессий, которые связаны с постоянным общением с другими людьми (представители профессий типа «человек-человек»).

Особый интерес на сегодняшний день представляют причины формирования и симптомы проявления СЭВ в профессиональной деятельности работников сферы здравоохранения. СЭВ проявляется у данной группы работников в виде психических и соматических реакций на напряженные ситуации в трудовой деятельности.

Эмпирическое исследование проводилось с участием медицинских работников УЗ «Брестская городская больница № 1» и ГУЗ «Станция скорой медицинской помощи г. Бреста» в количестве 66 сотрудников в возрасте от 25 до 66 лет. Должностной статус респондентов: врачи – 33 человека, средний медицинский персонал (фельдшера и медицинские сестры) – 33 человека, стаж работы в занимаемой должности варьирует в диапазоне от 2 до 30 лет. Использовались: методика диагностики уровня эмоционального выгорания В. Бойко, корреляционный анализ.

Результаты исследования показали, что синдром эмоционального выгорания сформирован у трети респондентов, у половины он находится в стадии формирования, у остальных сотрудников он не сформирован. Таким образом, имеются респонденты, профессиональная деятельность которых может ухудшаться вследствие неоптимального психоэмоционального состояния. Статистически значимых различий в уровне выгорания у работников старшего и среднего звена выявлено не было. Значения респондентов сближаются, они в равной степени испытывают на себе влияние профессиональной деятельности вне зависимости от ее специфики.

Наименее выраженными у сотрудников оказались фазы напряжения и истощения. Вклад в формирование фазы напряжения внесли симптомы: «переживание психотравмирующих обстоятельств», а также «тревога и депрессия» у среднего медицинского персонала. «Переживание психотравмирующих обстоятельств» проявляется как осознание психотравмирующих факторов деятельности, которые трудно устранить, у сотрудника накапливаются отчаяние и негодование, а неразрешимость ситуации приводит к развитию прочих явлений «выгорания». «Тревога и депрессия» переживается как личностная тревога, разочарование в себе, в профессии или месте работы. Симптом является крайней точкой в формировании фазы «напряжения» при развитии выгорания.

В формирование фазы истощения вклад внесли симптомы: «эмоциональная отстраненность», «личностная отстраненность», а также «эмоциональный дефицит» у сотрудников среднего звена. «Эмоциональная отстраненность» предполагает, что медицинские работники полностью исключают эмоции из сферы профессиональной деятельности, почти ничто не вызывает эмоциональный отклик. «Личностная отстраненность» проявляется, прежде всего, как полная или частичная утрата интереса к человеку – субъекту профессионального действия. «Эмоциональный дефицит» проявляется в уверенности, что эмоционально человек уже не может помочь субъектам своей деятельности; не в состоянии войти в их положение, соучаствовать и сопереживать.

У большинства сотрудников оказалась выражена фаза резистенции, находящаяся в стадии формирования. Ключевыми в формировании фазы являются все симптомы: «неадекватного эмоционального реагирования» в обеих группах, «эмоционально-нравственная дезориентация» и «расширение сферы экономии эмоций» у сотрудников старшего звена, «редукция профессиональных обязанностей» в обеих группах. Таким образом, медицинские работники старшего звена испытывают большее давление стресса. «Неадекватное эмоциональное реагирование» показывает, что сотрудники перестают улавливать разницу между экономным проявлением эмоций и неадекватным избирательным эмоциональным реагированием, демонстрируя последнее. «Эмоционально-нравственная дезориентация» углубляет неадекватную реакцию в отношениях с пациентами и коллегами, является логическим продолжением неадекватного реагирования в отношениях с окружающими. «Расширение сферы экономии эмоций» свидетельствует о том, что медицинский персонал устает на работе от контактов, разговоров, ответов на вопросы, ему не хочется общаться даже с близкими. «Редукции профессиональных обязанностей» проявляется в попытках облегчить или сократить обязанности, которые требуют эмоциональных затрат.

Практическая значимость исследования определяется возможностью использования полученных данных в деятельности руководства учреждений здравоохранения для улучшения качества труда и его производительности, усовершенствования системы охраны труда работников.

К содержанию

А. И. ПТАШНИК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Д. Э. Синюк, кандидат психологических наук, доцент

СФОРМИРОВАННОСТЬ СЕПАРАЦИИ СТУДЕНТОВ ОТ РОДИТЕЛЕЙ

Период студенчества, традиционно относящийся к юношескому возрасту, является важным этапом в становлении личности, а именно в формировании идентичности и связанного мировоззрения, развитии самосознания. Данные изменения сопровождаются трансформацией отношений с родителями, определенной деидеализацией близких взрослых, следствием чего является сепарирование от них.

Для определения сформированности сепарации студентов от родителей мы использовали авторскую анкету «Особенности сепарации от родителей». Общую выборку исследования составили 60 студентов УО «БрГУ имени А.С. Пушкина» в возрасте от 17 до 21 года.

В первую очередь, охарактеризуем уровни сформированности эмансипации студентов от родителей. Низкий уровень сепарации не выявлен ни у одного респондента. Средний уровень эмансипации от родителей является наиболее часто встречающимся у обследованных студентов (68,30 %), которые могут ограниченно выражать свои мысли и чувства в присутствии близких взрослых, колебаться в принятии решений и самостоятельном выполнении задач, чаще всего поступают так, как считают нужным и не всегда считают родителей идеальными. Высокий уровень сепарации свойственен примерно трети респондентов (31,7 %). Они свободно выражают мысли и чувства в присутствии родителей, не поддаются эмоциональному заражению от значимых взрослых, могут самостоятельно принимать решения и нести ответственность за свои поступки, воспринимают родителей в качестве людей со своими достоинствами и недостатками.

Далее охарактеризуем результаты изучения отдельных компонентов эмансипации от родителей у обследованных студентов. У большинства опрошенных (76,70 %) выявлен средний уровень сформированности эмо-

циональной сепарации. Иногда они чувствуют, что родители плохо с ними обращаются, но при этом тоскуют, если слишком долго находятся вдали от них, стремятся делиться с близкими взрослыми собственными чувствами. Высокий уровень эмоциональной сепарации обнаружен примерно у четверти респондентов (23,30 %).

Высокий уровень поведенческой сепарации выявлен у большей части обследованных студентов (66,70 %). Им не нравится, когда родители проверяют, как они выполняют какую-либо работу, они самостоятельно планируют, как проводить свое время, совершают важные покупки без одобрения кого-либо из близких взрослых. У третьей части опрошенных обнаружен средний уровень сформированности поведенческой автономии.

Когнитивно-ценностная сепарация студентов от родителей так же, как и два предыдущих вида эмансипации, характеризуется отсутствием низкого уровня сформированности среди респондентов. Установлено преобладание высокого уровня когнитивно-ценностной эмансипации (75 %). Для этих студентов характерно самостоятельное решение сложных задач и проблем, выбор друзей и собственное мнение по разным вопросам. У четверти респондентов сформирован средний уровень данного компонента сепарации от родителей.

Низкий уровень деидеализации родителей присущ всего двум респондентам. Высокий уровень деидеализации родителей характерен примерно для пятой части обследованных студентов (21,70 %). У большинства опрошенных (75 %) диагностирован средний уровень деидеализации. Мнение родителей для них является первостепенным, но они понимают, что иногда значимые взрослые могут совершать ошибки.

Было выявлено, что большая часть респондентов (63,4 %) характеризуются высоким уровнем готовности к эмансипации от родителей. Они поступают так, как считают нужным, а также могут жить и развиваться самостоятельно. Примерно у трети респондентов (28,3 %) наблюдается средний уровень готовности к сепарированию. У незначительного количества респондентов (8,3 %) выявлен низкий уровень готовности к сепарированию.

Мнения студентов о готовности их родителей к эмансипации разделились. Так, большая часть респондентов (63,3%) уверены, что родители характеризуются высоким уровнем готовности к сепарированию: близкие взрослые готовы отпустить своих детей во взрослую жизнь, приняли возможность создания ими собственной, независимой от родительской, семьи, а также имеют представления о детях как об отдельных личностях. Пятая часть опрошенных считают, что у их родителей низкий уровень готовности к сепарированию. 16,7 % обследованных студентов уверены, что у родителей сформирован средний уровень готовности к эмансипации.

Таким образом, выборка студентов характеризуется отсутствием низкого уровня эмоционального, поведенческого и когнитивно-ценностного компонентов сепарации от родителей. При этом у большинства опрошенных обнаружен средний уровень сформированности эмоциональной сепарации и деидеализации родителей. В то же время у большей части студентов выявлен высокий уровень сформированности поведенческой и когнитивно-ценностной сепарации, а также субъективной готовности к эмансипации от близких взрослых. Большая часть обследованных студентов считают, что их родители характеризуются высоким уровнем готовности к сепарированию собственных детей.

К содержанию

Т. Ф. ПШИК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Г. В. Жук, кандидат философских наук, доцент

ОТНОШЕНИЕ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА К ЛИЦАМ С ОПФР

«Если я чем-то на тебя не похож, я этим вовсе не оскорбляю тебя, а, напротив, одаряю» Антуан де Сент-Экзюпери.

Проблема социализации лиц с особенностями психофизического развития и интеграции их в обществе на современном этапе приобретает особое значение. В настоящее время наблюдается тенденция к увеличению числа лиц с ограниченными возможностями жизнедеятельности, среди которых большое количество молодых людей и детей. Инвалидность становится на сегодняшний день проблемой не только конкретного больного человека и его близких людей, а всего общества в целом. «Признание ценности каждого ребёнка, направлений развития его индивидуальности, формирование личностных качеств – это отражение гуманистических тенденций, которые, к сожалению, не нашли ещё достаточного понимания в обществе». На преодоление агрессивного отношения к инвалидам человечеству понадобилось почти две тысячи лет. Такой длительный период свидетельствует о том, что психологический барьер преодолевается с трудом и не может быть преодолен стихийно, без целенаправленной совместной работы различных государственных и общественных структур.

Дети с особенностями психофизического развития (ОПФР) (термин, официально признанный в Республике Беларусь) – это дети, имеющие различные отклонения психического или физического плана, которые обу-

словливают нарушения общего развития, не позволяющие им вести полноценную жизнь. Синонимами данного термина могут выступать ряд альтернативных определений: «дети с ограниченными возможностями здоровья», «дети с особыми образовательными потребностями», «дети с отклонениями в развитии», «дети с трудностями в обучении» и др.

На современном этапе в Республике Беларусь реализуются программы содействия лицам с особенностями психофизического развития и их семьям, предусматривающие совершенствование и коррекцию всех функций лиц, нуждающихся в поддержке. В системе образования Республики Беларусь большое внимание уделяется вопросам социализации данной категории детей. Об этом свидетельствует большое количество статей по данной тематике. Многие специалисты, работающие в специализированных образовательных учреждениях, реализуют программы по повышению уровня социального развития.

Для изучения мнения молодых людей в отношении лиц с ОПФР был проведен опрос среди студентов БрГУ имени А.С. Пушкина, обучающиеся на разных факультетах и разных курсах, а также среди работающей в разных сферах молодежи. Свою точку зрения высказали 30 человек. Респондентам требовалось ответить на следующие вопросы:

1. Знаете ли вы, кто относится к группе людей с ОПФР?
2. Приходилось ли Вам лично встречаться с людьми с особенностями психофизического развития?
3. Знаете ли Вы, оказывает ли государство помощь людям с особенностями психофизического развития?
3. Как лично Вы относитесь к людям с особенностями психофизического развития? Готовы ли Вы им оказать реальную помощь?

На первый вопрос большинство респондентов (95%) ответили, что знают, кто относится к группе с ОПФР. Часть респондентов ответили, что последнее время часто встречают таких людей на улице, в общественном транспорте, на детских площадках. На третий вопрос все 100 % респондентов ответили, что знают о государственной поддержке людей с ОПФР: в нашей республике проводятся различные мероприятия по поддержке лиц с ОПФР, внедряются программы специального образования, изготавливается соответствующее оборудование, создается безбарьерная среда, открываются фонды для пожертвований, предоставляются льготы на лечение и т.п.

Принципиально важным для целей исследования был заключительный вопрос о личном отношении респондентов к людям с ОПФР. Варианты ответов однозначно дают повод задуматься о том, что здесь далеко не все благоприятно. 85 % респондентов ответили, что такие люди вызывают у них некоторое опасение, жалость, растерянность, хотя, гипотетически, они и готовы оказать им помощь. А целых 15 % опрошенных относятся к

таким людям равнодушно. Оптимизм вселяет лишь тот факт, что подавляющее большинство респондент (99 %) отметили необходимость социализации лиц с ОПФР.

Таким образом, можно сделать предварительное заключение, что отношение современного общества к лицам с ограниченными возможностями продолжает оставаться неоднозначным. Важно, чтобы весь процесс обучения и воспитания ребенка с ОПФР быть направлен на обеспечение его социально-психологической адаптации и интеграции в общество, на то, чтобы сделать ее максимально успешной и благополучной. В связи с этим, одной из главных задач не только педагогов, но и всего современного общества должно стать создание условий, в которых каждый ребенок, независимо от уровня интеллекта и физического развития, мог бы развивать способности, данные ему от природы.

К содержанию

А. С. РАВСКАЯ

Минск, Академия управления при Президенте Республики Беларусь
Научный руководитель – И. И. Рифицкая, кандидат психологических наук, доцент

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПЕРСОНАЛА

Эффективность деятельности организации определяется многими факторами, но одним из важнейших, в столь непростых современных условиях, выступает рациональное использование человеческих ресурсов. В научных исследованиях экспертов отмечено, что весомое число отечественных организаций теряют свою позиции на рынках товаров и услуг из-за некомпетентно выстроенных организации труда, руководства и оценки персонала. Действительно, далеко не всегда руководителям удается валидно оценить персонал и правильно выбрать методы их оценки. В связи с этим компетентное использование кадрового потенциала организации невозможно без грамотно подобранного метода его оценки.

С целью повышения эффективности деятельности предприятия, руководству отечественных предприятий следует не пренебрегать оценкой персонала и использовать данный инструмент как важный элемент в выстраивании кадровой политики предприятия. Оценка персонала должна дать ответ на вопрос, насколько эффективна работа сотрудников организации. Для этого должна быть определена концепция эффективности. Эффективность – это соответствие действий сотрудника целям и установлен-

ным требованиям организации, выполнение работы наиболее рациональными и экономичными методами и максимальное использование навыков, способностей, знаний, способностей и сильных сторон сотрудника. Зверева Е.В., Шайкина Л.К. отмечают, что «система обучения, профессиональной переподготовки и повышения квалификации персонала в настоящее время определяет не только успешность ее развития, но и конкурентоспособность и должна носить систематический характер и проводиться в течение всего периода трудовой деятельности работника, ибо от качественных характеристик персонала зависит его производительность» [3, с. 33].

Сегодня выбор методов оценки персонала, используемые отечественными организациями зависит от многих факторов, основными из которых, по мнению Виниченко М.В. выступают:

- «размер организации и масштабы ее деятельности;
- место и роль организации на рынке; организационно правовая форма предприятия;
- организационная структура и количество сотрудников в организации;
- сфера деятельности предприятия;
- корпоративной культуры и др.» [2, с. 103]

Афанасьев В.Я., Воронцов Н.В., Байкова О.В. указывают, что «на сегодняшний день существует множество достаточно эффективных методов оценки развития персонала. Все их можно разделить на две большие группы» [1, с. 6]: групповая диагностика персонала организации; индивидуальная диагностика работника или претендента.

К первой группе методов оценки эффективности работы кадрового потенциала предприятия смело можно отнести следующие методики оценки: метод 360 градусов, Ассесмент-центр, опросы, кейс-методы, и другие. Вторая группа оценивает уровень профессиональных компетенций отдельных сотрудников с помощью таких методов оценки персонала как: интервью, собеседование, профессиональное тестирование, психологическое тестирование, аттестация, и прочее. Эти методы оценки позволяют определить профессиональную пригодность кадрового состава предприятия.

Для успешного функционирования предприятия, организации, учреждения, независимо от услуг и товаров, которые они выдвигают на рынок, необходимы квалифицированные кадры, способные работать эффективно, и грамотные управленцы, способные руководить их деятельностью. В процедуре оценки персонала заинтересованы те компании, которые хотят повысить эффективность и получить характеристику на каждого сотрудника. Оценка персонала представляет инструмент управления кадровым ресурсом компании, позволяющий оценить потенциал, мотивацию и профессиональную пригодность сотрудника.

Список использованной литературы

1. Афанасьев, В. Я. Анализ и оценка кадрового потенциала персонала организации на современном этапе / В. Я. Афанасьев, Н. В. Воронцов, О. В. Байкова // Вестник университета. – 2020. – 7. – С. 5–13.
2. Виниченко, М. В. Развитие персонала организации: проблемы и пути решения / М. В. Виниченко // Материалы Афанасьевских чтений. 2012. – Т.1 – № 10. – С.103–107.
3. Кушнарера, Е. А. Оценка деятельности и эффективности персонала / Е. А. Кушнарера // Научный Лидер. – 2021. – № 20(22). – С. 47–48.

К содержанию

А. А. РАК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Даниленко, кандидат психологических наук, доцент

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ

Различные исследования зарубежных и отечественных ученых в области брачно-семейных отношений демонстрируют, что молодые люди могут построить стабильные и благополучные семьи только в том случае, если они приобретут определенную степень подготовленности к семейной жизни. Однако готовность – достаточно обширное и полиинтенциональное понятие, и подходы многих авторов к его определению сильно разнятся. В нашем случае мы проанализируем специфику преимущественно психологической готовности.

Первостепенное значение мы придадим исследованиям достаточно сложной личностной характеристики, включающей разнообразные компоненты. Однако парадоксально, что и сами параметры, и их внутреннее содержание весьма многомерны. Например, по мнению А.Н. Сизанова, психологическая готовность к браку включает мотивационные, социально значимые и психолого-педагогические параметры [1]; с позиции В.А. Сысенко, она детерминирована физическим, социальным и этико-психологическим компонентами [2].

Э. Эриксон считал психологическую готовность сложным социально-психологическим процессом, который кроется в нравственно-моральной зрелости личности, в поиске человека не сугубо для интимной, а, прежде всего, внутренней близости [3]. И.В. Дубровина интерпретирует

вала данную разновидность готовности в связи с восприятием и осознанием своих функциональных ролей и обязанностей, принятием родительской ответственности [4].

Существуют подходы, подчеркивающие мотивационный, когнитивный, эмоциональный и поведенческий аспекты, исходя из суждений о «общей психологической готовности» (Д.Н. Узнадзе) [5]; в концепте Н.В. Малярова эта категория представлена «моральным, межличностным, эмпатическим, а также эстетическим и саморегуляторным комплексом» [5]. И.Ю. Зудилина ограничивает ее сугубо тремя компонентами, интегрируя краеугольные составляющие в единую [6].

В ряде исследований характеризуются факторы психологической готовности к браку: влияние имплицитных представлений родительской семьи, социально-психологическая типология личности, гендерная специфика, ситуативная тревожность, опыт добрачного сожительства и др. (И.Ю. Зудилина, Д.С. Никулина, В.А. Андреева и др.) [6; 7].

Работы В. П. Кравец и других ученых демонстрируют тотальное отсутствие специализированной психологической подготовленности молодых людей к созданию семьи, что влечет за собой негативные последствия вплоть до затруднений воспитательной функции и значительного роста числа неполных семей [8, с. 112].

Таким образом, нам удалось продемонстрировать аспекты непосредственно психологической готовности к семейной жизни. Однако, по нашему мнению, следует объединить представления всех вышеуказанных авторов, а также результаты исследований по причине того, что семейная жизнь довольно многогранна и сложна и необходимо учитывать абсолютно все предикторы, а не какой-то один либо же несколько преимущественных.

Список использованной литературы

1. Сизанов, А. Н. Подготовка подростков к семейной жизни / А. Н. Сизанов. – 2-е изд. – М. : Наука, 1989. – 110 с.
2. Сысенко, В. А. Молодежь вступает в брак / В. А. Сысенко. – М. : Мысль, 1986. – 254 с.
3. Семенова-Полях, Г. Г. Психологическая готовность молодежи в брачно-семейным отношениям / Г. Г. Семенова-Полях, Н. В. Ванюхина // Психологические науки. – 2017. – № 1 (18). – Т. 6. – С. 306–309.
4. Дубровина, И. В. Проблемы психологической подготовки молодежи к семейной жизни / И. В. Дубровина // Вопросы психологии. – 1981. – № 4. – С. 146–151.
5. Узнадзе, Д. Н. Психология установки / Д. Н. Узнадзе. – СПб. : Питер, 2001. – 416 с.

6. Зудилина, И. Ю. Формирование психологической готовности студентов к брачным отношениям : автореф. дис. ... канд. псих. наук / И. Ю. Зудилина. – Самара : 2008. – 24 с.

7. Никулина, Д. С. Психологическая готовность к браку юношей и девушек с разными представлениями о родительской семье / Д. С. Никулина, В. А. Андреева // Психология и педагогика : методика и проблемы практического применения. – 2011. – № 21-1. – С. 104–110.

8. Кравец, В. П. Теория и практика подготовки ученической молодежи к семейной жизни / В. П. Кравец. – М. : Класс, 2011. – 386 с.

К содержанию

М. В. РОГАЩУК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. А. Гаврилович, старший преподаватель

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У СПОРТСМЕНОВ С НЕПРОДОЛЖИТЕЛЬНЫМ СТАЖЕМ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ

Спортивная деятельность, особенно ее соревновательная часть, характеризуется высокой стрессогенностью, вызываемой различными факторами, что не редко порождает у спортсменов состояние тревожности и страха. У спортсменов существуют свои страхи, среди которых в основном распространены страхи поражения и страхи травмы. Кроме этого, в отдельных видах спорта, особенно связанных с рисками для здоровья, существуют и свои специфические страхи (Т.В. Богомолова, В.В. Буторин, К.Ю. Зыкова, В.М. Мельников, А.А. Новоселов и др.). В спортивной психологии ведутся исследования, направленные на их выявление и коррекцию. Однако подавляющее большинство работ по изучению и преодолению состояния тревожности и страхов в спортивной деятельности посвящено опытным спортсменам, в основном находящимся в пике своей спортивной формы и на пике своей спортивной карьеры.

Цель нашего исследования заключалась в изучении особенностей проявления тревожности у спортсменов с непродолжительным стажем занятий спортом.

Исследование осуществлялось на базе факультета физического воспитания и туризма УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина». Выборку составили 30 студентов-спортсменов с непродолжительным стажем занятий спортом (n=30). Исследование проводилось в соревновательный период. Участие в исследовании было добровольным.

Для достижения поставленной цели нами использовалась батарея методик, включающая в том числе методику «Диагностика уровня тревожности» Ч.Д. Спилбергера (адаптированная Ю.Л. Ханиным).

Полученные результаты свидетельствуют о том, что 34 % спортсменов показали высокий уровень ситуативной тревожности, 44 % спортсменов демонстрировали средний уровень ситуативной тревожности и 22 % – низкий. Следовательно, 1/3 респондентов находились на момент исследования в стрессовой ситуации, они испытывали субъективный дискомфорт, напряженность, беспокойство и вегетативное возбуждение. Данное состояние отличается неустойчивостью во времени и различной интенсивностью в зависимости от силы воздействия стрессовой ситуации.

37 % спортсменов показали высокий уровень личностной тревожности, 33 % респондентов демонстрировали средний уровень личностной тревожности и 30 % – низкий, что дает основания утверждать, что значительная часть испытуемых во время проведения исследования реагировала выраженным состоянием тревожности. Высокий показатель личностной тревожности у спортсменов именно на фоне соревновательных ситуаций, особенно лично значимых, указывает на необходимость смещать акцент с внешней требовательности, категоричности, высокой значимости в постановке задач на содержательное осмысление тренировочной и соревновательной деятельности и конкретное планирование по подзадачам.

19 % участвующих в исследовании спортсменов демонстрировали высокий уровень и личностной и ситуативной тревожности, свидетельствующий о том, что на момент проведения исследования эти спортсмены испытывали стресс, высокое напряжение и беспокойство, были крайне эмоционально возбуждены в связи с проходящими соревнованиями. Помимо склонности спортсменов воспринимать большой круг ситуаций как угрожающих, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги, в их жизни также наблюдались напряжение, беспокойство, нервозность. Очень высокая реактивная тревожность вызывает нарушения внимания, иногда нарушения тонкой координации. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и психосоматическими заболеваниями. Данные спортсмены нуждаются в поддержке со стороны тренера, членов спортивной команды, спортивного психолога.

Вывод. Студенты-спортсмены с непродолжительным стажем занятий спортом в соревновательный период демонстрируют выраженный уровень тревожности, как ситуативной, так и личностной, что свидетельствует о том, что они испытывают не только физические нагрузки в процессе тренировок, соревнований, но и значительное психическое напряжение.

Список использованной литературы

1. Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. статей / сост. Ю. Л. Ханин. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 288 с.

К содержанию

А. С. СЛЕСАРЕВА

Гомель, ГГУ имени Ф. Скорины

Научный руководитель – Т. Г. Шатюк, кандидат педагогических наук, доцент

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ У МОЛОДЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ, РАБОТАЮЩИХ С ПАЦИЕНТАМИ COVID-19

Течение COVID-19 характеризуется быстрым распространением вируса и тяжелыми осложнениями у инфицированных лиц при недостатке знаний об этой болезни, поэтому работа во время пандемии COVID-19 предъявляет высокие требования к личностным особенностям и стрессоустойчивости медицинских работников, поскольку связана с высокой ответственностью, неизвестностью и неизбежной усталостью. Особенно это затронуло молодых специалистов.

Выборку исследования эмоциональных нарушений у молодых специалистов во время пандемии COVID-19 составили 25 человек, имеющих стаж работы до 3-х лет и оказывавших помощь пациентам в первую и четвёртую волну, и 31 молодой специалист, не оказывавший помощь пациентам с COVID-19.

Исследование было проведено на базе учреждения здравоохранения «Жлобинская центральная районная больница» с использованием следующих опросников:

1. Шкала тревоги А. Бека в адаптации Н.В. Тарабриной.
2. Шкала депрессии А. Бека в адаптации Н.В. Тарабриной.
3. Опросник профессионального выгорания К. Маслач, С. Джексон в адаптации Н.Е. Водопьяновой.
4. Шкала оценки дистресса («Термометр дистресса») Дж. Холланда.

Проведенное исследование эмоциональных нарушений у молодых специалистов, оказывавших помощь пациентам с COVID-19, позволило сделать следующие выводы:

молодые специалисты, оказывавшие помощь пациентам с COVID-19, характеризуются симптомами тревоги высокой интенсивности, выраженными симптомами депрессии, высокими уровнями эмоционального исто-

щения и редукции персональных достижений. Они ещё не освоили работу, в том числе в экстремальных условиях, демонстрируют больше функциональных ограничений на рабочем месте, рассеянность и невнимательность. У них присутствуют неуверенность в своих силах, суетливость, чувство постоянного внутреннего напряжения, которое может переходить в панику, предобморочные состояния, усталость, апатия, злость. Поведение, контакты с коллегами регулируются, прежде всего, эмоциями. Высокая эмоциональная чувствительность сочетается с повышенной ранимостью, обидчивостью. Доминирующими симптомами дистресса выступают: «грусть / депрессия», «сопротивление / нежелание идти на работу», «злость / раздражительность», «организационные трудности», «агрессивное поведение пациентов» [1; 2];

молодые специалисты, не оказывавшие помощь пациентам с COVID-19, характеризуются симптомами тревоги умеренной интенсивности, легкими депрессивными симптомами, средним уровнем эмоционального истощения, низким уровнем редукции персональных достижений. Они имеют хорошие как психологические, так и физические ресурсы, и симптомы тревожности у них, даже в условиях пандемии, ещё не проявлены. Отмечаются угнетённое настроение, повышенная утомляемость, снижение количества энергии, повышенная критичность по отношению к себе. Им характерен низкий уровень редукции персональных достижений, который в связи с небольшим опытом работы. Доминируют такие показатели, как: «беспокойство / тревога», «одиночество / чувство изоляции», «скука / апатия», «физический дискомфорт», «несогласие с руководством / недоверие» [1; 2].

Полученные данные коррелируют с результатами зарубежных исследований [3] и подтверждают тезис о том, что в период пандемии резко возрастает нагрузка на медиков, вместе с тем молодые специалисты дополнительно испытывают психологическую нагрузку, связанную с первичной профессиональной адаптацией, и отсутствием профессионального опыта работы.

Список использованной литературы

1. Слесарева А. С. Особенности тревожности у молодых специалистов, работающих с пациентами COVID-19 / А. С. Слесарева // XXIV Республиканская научно-практическая конференция молодых ученых, Брест, 12 мая 2022. – С. 176–178.

2. Слесарева А. С. Уровни депрессии у молодых специалистов, работающих с пациентами COVID-19 / А. С. Слесарева // Актуальные проблемы современного образования в наследии Л.С. Выготского: сборник докладов участников III Международной научно-практической конференции,

Гомель, 18 ноября 2022 года. – Гомель: Гомельский государственный педагогический колледж имени Л.С. Выготского, 2022 – С. 475–478.

3. Первичко, Е. И. Психологическое благополучие врачей и медицинского персонала в условиях пандемии COVID-19: обзор зарубежных исследований / Е. И. Первичко, Ю. Е. Конюховская // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. – 2020. – № 3. – С. 595–608.

К содержанию

Д. Д. СОКОЛИНА

Барановичи, БарГУ

Научный руководитель – Т. Е. Яценко, кандидат психологических наук, доцент

ВЗАИМОСВЯЗЬ ОБРАЗОВ «Я» И МОТИВАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Мотивация – побуждения, вызывающие активность организма и определяющие ее направленность [1]. Мотивация – наличие причинно-следственной связи между какими-нибудь действиями, явлениями, поступками. В различных психологических подходах мотивация понимается по-разному. В поведенческой психологии мотивация связана со стимулами и усиливанием, в гуманистической психологии – с потребностями, личностным ростом и самореализацией, в когнитивной психологии – с процессом выбора действий на основе оценки и ожиданий, в психодинамической психологии – с бессознательными желаниями и стремлениями.

«Образ Я» в психологии рассматривается как результат самопознания, самоотношения и саморегуляции, выступая в когнитивном и эмоциональном компонентах.

Цель исследования – определить наличие взаимосвязи образов «Я» и мотивации личности в юношеском возрасте. Базой исследования выступал УО «Барановичский государственный университет». Было исследовано 80 человек: 40 девушек и 40 юношей. Средний возраст испытуемых – 19 лет. При этом были использованы следующие методики: «Методика оценки уровня притязаний» (мотивационная структура личности) В. Гербачевского, методика «Образ собственного тела» (О.А. Скугаревский и С.В. Сивуха), опросник «Оценочно-содержательная интерпретация компонентов внешнего облика» В.А. Лабунской и Е.В. Белугиной, Тест «Кто Я?» М. Куна. Осуществлялось вычисление коэффициента корреляции Спирмена.

Установлено, что чем в большей степени сформирована такая составляющая идентичности, как социальное «Я», тем в большей степени выраже-

ны внутренние мотивы ($r_d = 0,91$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = 0,93$, $p_{ю} = 0,00$) и познавательные мотивы ($r_d = 0,86$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = 0,91$, $p_{ю} = 0,00$).

Чем выше уровень неудовлетворенности собственным телом, тем в большей степени выражены внутренние мотивы ($r_d = 0,95$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = 0,97$, $p_{ю} = 0,00$) и познавательные мотивы ($r_d = 0,91$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = 0,95$, $p_{ю} = 0,00$).

Девушки и юноши с высоким уровнем сформированности коммуникативного «Я» отличаются низким уровнем развития внутренней мотивации ($r_d = -0,63$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = -0,65$, $p_{ю} = 0,00$) и познавательной мотивации ($r_d = -0,60$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = -0,65$, $p_{ю} = 0,00$).

Девушки и юноши с высоким уровнем выраженности физического «Я» в низкой степени проявляют познавательные мотивы ($r_d = -0,89$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = -0,91$, $p_{ю} = 0,00$) и в высокой степени мотивированы ожидаемыми результатами ($r_d = 0,48$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = 0,39$, $p_{ю} = 0,01$).

Для девушек с высоким уровнем выраженности перспективного «Я» в структуре идентичности свойственны низкий уровень внутренней ($r_d = -0,52$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = -0,79$, $p_{ю} = 0,00$) и познавательной мотивации ($r_d = -0,42$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = -0,76$, $p_{ю} = 0,00$).

Студенты с высоким уровнем сформированности рефлексивного «Я» отличаются преобладанием внутренней мотивацией ($r_d = 0,89$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = 0,85$, $p_{ю} = 0,00$) и познавательной мотивации ($r_d = 0,84$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = 0,84$, $p_{ю} = 0,00$), высоким уровнем сформированности мотива «личный потенциал» ($r_d = 0,33$, $p_d = 0,03$; $r_{ю} = 0,78$, $p_{ю} = 0,00$) и низким уровнем выраженности мотива «ожидаемые результаты» ($r_d = -0,44$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = -0,37$, $p_{ю} = 0,01$).

Выявлены характеристики мотивации юношей и девушек с различными образами собственного тела. Низкий уровень познавательной мотивации выявлен у юношей и девушек, отличающихся высокими оценками своего физического «Я» по параметру «выразительность поведения» ($r_d = -0,86$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = -0,84$, $p_{ю} = 0,00$), позитивным отношением к своему внешнему облику ($r_d = -0,88$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = -0,86$, $p_{ю} = 0,00$). Также низкий уровень внутренней мотивации свойственен юношам и девушкам с позитивным отношением к своему внешнему облику ($r_d = -0,79$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = -0,84$, $p_{ю} = 0,00$), с высокими оценками своего физического «Я» по параметру «выразительность поведения» ($r_d = -0,90$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = -0,85$, $p_{ю} = 0,00$), с высоким уровнем удовлетворенности внешним обликом ($r_d = -0,78$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = -0,84$, $p_{ю} = 0,00$), с высоким уровнем удовлетворенности своим лицом ($r_d = -0,87$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = -0,86$, $p_{ю} = 0,00$). В свою очередь, высокий уровень сформированности мотива «ожидаемые результаты» определен у юношей и девушек с высоким уровнем удовлетворенности своим телосложением ($r_d = 0,52$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = 0,34$, $p_{ю} = 0,02$), удовлетворенностью внешним обликом ($r_d = 0,48$, $p_d = 0,00$; $r_{ю} = 0,83$, $p_{ю} = 0,00$).

Список использованной литературы

1. Краткий психологический словарь / ред. А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский; ред.-сост. Л. А. Карпенко. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1998. – 512 с.

К содержанию

К. А. СПИРЕНКОВА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – В. Ю. Москалюк, кандидат психологических наук, доцент

ТИПЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ У ЛИЦ, СОСТОЯЩИХ В СОЗАВИСИМЫХ ОТНОШЕНИЯХ

Современная реальность характеризуется экономическими кризисами, социальной и политической напряженностью, неопределенной и неоднозначной эпидемиологической ситуацией, увеличивающейся социальной и материальной поляризацией общества, неуверенностью большинства населения в завтрашнем дне. В этих условиях важнейшим фактором, влияющим на способность людей противостоять негативным факторам, нарушающим их внутреннее равновесие, являются личностные качества индивидов, одними из которых является система защитных механизмов. Являясь значимым компонентом саморегуляции, защита избавляет человека от дестабилизирующего влияния тревоги, позволяет экономить психические ресурсы, сохранять приемлемый уровень самовосприятия и обеспечивать стабильность психики в условиях постоянного давления и возрастающих требований окружающего мира.

В ракурсе исследования созависимости как состояния, приводящего к нарушению духовной, психической, эмоциональной и физической сферы жизни человека, изучение психологических защит позволяет определить особенности их выбора респондентами, состоящими и не состоящими в созависимых отношениях. Методами исследования были «Шкала созависимости» (Б. и Дж. Уайнхолд), «Методика измерения психологической защиты» (Е.Р. Пилюгина); метод статистической обработки данных – критерий Манна-Уитни. Выборку составили 60 респондентов в возрасте от 25 до 45 лет: (20 мужчин и 40 женщин).

Установлено, что каждого третьего опрошенного отличает низкий уровень созависимости: эти респонденты не состоят в созависимых отношениях и не склонны включаться и поддерживать отношения с зависимыми лицами. Для каждого третьего респондента характерна умеренно выра-

женная созависимость: им присущи отрицание и минимизация болезненных аспектов, тревога, вина, самообвинение, изоляция от друзей и знакомых, постоянный контроль за зависимым, гнев и замешательство (после того как «все сделано правильно», изменено поведение, созданы условия, все куплено, все продано, задействованы специалисты, он все равно себя ведет не правильно). Каждого четвертого респондента отличает высокая степень созависимости: постоянно сниженное настроение, развитая зависимость, чувство пустоты и безразличия, беспросветность, появление стресс-зависимых заболеваний (гипертония, язва желудка и т.п.), а также усиление попытки контроля вплоть до насилия (в водку могут подсыпать психотропные вещества, приглашать бандитов «чтобы проучить»).

Для лиц с высоким и средним уровнем созависимости наибольшую выраженность имеют следующие стратегии психологической защиты: отрицание, избегание, «всемогущий контроль», замещение. Лицам, использующим данные механизмы защиты, свойственно стремление снять напряжение, возникшее из-за какой-либо ситуации, здесь и сейчас любым доступным способом и перекладывание ответственности на окружающих.

В выборке лиц с низким уровнем созависимости наибольшую выраженность имеют такие стратегии психологической защиты, как замещение, рационализация, альтруизм, предвосхищение.

Результаты статистического анализа показали, что лица со средней выраженностью созависимости чаще, чем лица с высоким ее уровнем показывают стратегии диссоциации, альтруизма, подавления и предвосхищения. Лица с высоким уровнем созависимости чаще, чем лица со средним ее уровнем демонстрируют пассивную агрессию и отрицание. Выявлено, что лица со средней выраженностью созависимости чаще, чем лица с низким ее уровнем показывают стратегии всемогущий контроль, компенсацию, реактивное образование, избегание, рационализацию избегание, отрицание, пассивную агрессию, замещение, вытеснение, регрессию и диссоциацию. Лица с низким уровнем созависимости чаще, чем лица со средним уровнем созависимости демонстрируют юмор, сублимацию.

Установлено, что лица с высокой выраженностью созависимости чаще, чем лица с низким ее уровнем демонстрируют регрессию, ипохондрию, изоляцию, замещение, проекцию, пассивную агрессию, отрицание, рационализацию, избегание, реактивное образование, компенсацию, всемогущий контроль. Лица с низким уровнем созависимости чаще, чем лица с высоким ее уровнем склонны прибегать к альтруизму, подавлению, предвосхищению и юмору.

Таким образом, существуют различия в выборе психологических защит лицами с разным уровнем созависимости. Лица с высоким уровнем созависимости чаще прибегают к психотическим и инфантильным типам

психологической защиты, лица со средним уровнем созависимости – к инфантильным и невротическим типам, а лица с низким уровнем созависимости – к адаптивным типам психологической защиты:

Результаты исследования могут быть полезны психологам в организации коррекционной работы по формированию адаптивных стратегий психологических защит лиц с высоким уровнем созависимости.

К содержанию

С. В. СЫЧЕВА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Н. В. Былинская, кандидат психологических наук, доцент

К ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ФЕНОМЕНА ЗАВИСТИ В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

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. Определение феномена зависти в психологии значительно отличается от религиозных и философских позиций. У отечественных авторов понятие зависти впервые встречается в трудах В.Н. Мясищева, который рассматривал зависть как отношение к другому человеку. Он говорил о том, что мотивом отношения может быть то или иное переживание. Например, успех одного человека может стать мотивом завистливо-враждебного отношения к нему.

В словаре А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского зависть определяется как «проявление мотивации достижения, при которой чьи-либо реальные или воображаемые преимущества в приобретении социальных благ воспринимаются субъектом как угроза ценности «Я» и сопровождаются аффективными переживаниями и действиями» [1, с. 119].

Наиболее полно феномен зависти описал Е.П. Ильин, поскольку считал, что в отечественной психологии нет обобщающих работ по данной проблематике, а имеются лишь отдельные статьи, и подчеркивал неоднозначность данного явления. Объектом зависти, по Е.П. Ильину, является человек, которому завидуют, а предметом – то, из-за чего завидуют [2, с. 46].

В некоторых учебниках зависть рассматривается как защитная реакция на угрозу «Я», возникающая при невозможности реализовать свою потребность в чем-либо; также может рассматриваться как негативная эмоция, побуждающая причинить вред. Тем не менее, существуют попытки продемонстрировать, что зависть имеет конструктивные предпосылки, позволяет личности познать себя и свои потребности, стремления.

В психологии зависть рассматривается как явление, проявляющееся на трех уровнях: на уровне эмоциональных переживаний, сознания (осознание своего более низкого положения), поведения (деструктивное отношение к объекту) [3]. Согласно исследованиям проведенным Т.В. Бесковой, зависть, во-первых, представляет собой глобальное явление, присущее подавляющему большинству людей, а во-вторых, оно всячески подавляется, нейтрализуется, поскольку его наличие заставляет человека

испытывать стыд, ведь зависть в общественном сознании воспринимается как порок. Более того, зависть может служить источником конфликта, причем в данном случае она, как правило, является скрытой. Автор также указывает на связь завистливости и приемлемости мести за нанесенный ущерб. Таким образом, завистник готов пойти на некоторые меры, которые не противоречат закону или не осуждаются обществом [4].

Теперь обратим внимание на подходы к объяснению переживания зависти. Согласно первой гипотезе, существует взаимосвязь между завистью и самооценкой. Чувство зависти возникает при неудачной попытке регуляции самооценки, а также при невозможности создания своего рода равновесия. Вторая гипотеза гласит о связях с проблемами в структуре «Я». Любопытно, что зависть имеет тесную связь с локусом контроля и самокритичностью. Отсутствие зависти характерно для людей самокритичных и с интернальным локусом контроля, а для завистливых – некритичность и экстернальность соответственно. Основываясь на этих результатах, Н.В. Горшенина сделала вывод о том, завистливое отношение к другим сильно коррелирует с низкой субъектной позицией личности [5]. Поэтому с уверенностью можно сказать, что внутриличностные образования в какой-то степени обуславливают формирование завистливых отношений.

По мнению В.А. Лабунской, завистник не просто сосредоточивает свое внимание на объекте зависти, а начинает подражать ему и в соответствии с этим преобразовывать свою жизнь. Если эти действия не приводят к желаемому результату, то субъект зависти мыслит категориями «разрушить», «отобрать» и т.д. [6].

Е.П. Ильин рассуждал о внешних и внутренних факторах, влияющих на формирование зависти. К внутренним факторам он относил эгоизм, тщеславие, себялюбие. Автор также обозначал «бессилие» как отдельный аспект, поскольку завистник не может достичь того, что имеет объект зависти. А к внешним – близость в статусном положении, поскольку именно такая ситуация позволяет человеку провести анализ своей и чужой ситуации, сравнить и выяснить «у кого же лучше». Интересно заметить, что во многих взглядах различных ученых фигурирует «сравнение» как основное условие возникновения зависти [7].

Таким образом, в отечественной психологии описано большое количество связей между завистью и другими аспектами жизнедеятельности человека: его ценностными ориентациями, моральными ценностями, отношениями с людьми и даже личностными характеристиками. Такая разноплановость феномена позволяет исследовать его с различных сторон и во взаимосвязи с другими качествами человека.

Список использованной литературы

1. Психология. Словарь / под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – М. : Политиздат, 1990. – 493 с.
2. Ильин, Е. П. Психология зависти, враждебности, тщеславия / Е. П. Ильин. – СПб : Питер, 2014. – 415 с.
3. Исаченко, Н. Н. Зависть как один из факторов несовершенства мира / Н. Н. Исаченко // Вестн. КемГУ. – 2014. – №4. – С. 209–211.
4. Бескова, Т. В. Особенности проявления зависти в межличностном взаимодействии субъектов / Т. В. Бескова // Известия СамНЦ РАН. – 2010. – №5. – С. 103–109.
5. Воронова А. Г. Теоретические аспекты исследования феномена зависти в психологии / А. Г. Воронова // Форум молодых ученых КИПУ. – 2019. – №5. – С. 406–411.
6. Шамионов Р. М. Взаимосвязь завистливости и характеристик объективного и субъективного экономического благополучия личности / Р. М. Шамионов // Эксперим. психол. – 2019. – №2. – С. 87–97.
7. Горшенина, Н. В. Современные психологические концепции исследования зависти / Н. В. Горшенина // Психол. и образование. – 2014. – №4. – С. 1–6.

К содержанию

ЧЖ. СЮЭЦИ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Н. В. Былинская, кандидат психологических наук, доцент

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ С ОСОБЕННОСТЯМИ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ В КИТАЕ

Область детской психологии и поддержки психического здоровья имеет решающее значение для построения здорового и сбалансированного общества. В Китае, как и во многих других странах, растет осознание важности предоставления адекватной психологической поддержки детям, имеющим проблемы в развитии.

В Китайской Народной Республике существуют следующие проблемы в организации психологической поддержки детей с особенностями психофизического развития (ОПФР).

1. Ограниченные ресурсы. Одной из основных проблем китайской системы психологической поддержки является нехватка ресурсов. Спрос

на специализированных специалистов, терапевтические вмешательства и вспомогательные средства часто превышает имеющиеся предложения, особенно в сельской местности.

2. Стигма и осведомленность. Стигматизация в отношении проблем психического здоровья остается серьезным препятствием. Отсутствие осведомленности и понимания проблем развития часто приводит к социальному ostracism, что затрудняет обращение за помощью пострадавших детей и их семей.

3. Давление на систему образования. Строгая китайская система образования может создавать огромную нагрузку на детей, особенно тех, у кого есть проблемы с развитием. Необходимость успевать в учебе может усугубить существующие проблемы с психическим здоровьем, создавая необходимость в индивидуальной поддержке в рамках образовательной системы.

4. Информированность и участие родителей. В некоторых случаях родители могут не знать о признаках проблем в развитии или не иметь доступа к надлежащему руководству. Участие родителей имеет решающее значение для психического здоровья ребенка, и устранение этого пробела имеет жизненно важное значение для оказания комплексной поддержки.

Для решения обозначенных проблем необходимо повышать осведомленность населения Китая о проблемах развития и психического здоровья, что имеет основополагающее значение. Общественные кампании и образовательные инициативы могут помочь уменьшить стигму, повысить признание и побудить пострадавшие семьи обращаться за своевременной поддержкой. Важное значение имеет инвестирование в программы обучения психологов, консультантов и учителей, что обеспечит повышение способности страны предоставлять качественную психологическую поддержку. Постоянное профессиональное развитие гарантирует, что специалисты будут оснащены новейшими знаниями и методами в работе с детьми с ОПФР. Совместные усилия школ, учреждений здравоохранения и социальных служб могут создать комплексную сеть поддержки. Интегрированные услуги означают, что психическое здоровье ребенка рассматривается комплексно, с учетом как школьной, так и домашней среды. Государственная политика играет жизненно важную роль. Реализация политики, которая отдает приоритет службам охраны психического здоровья, выделяет адекватные ресурсы и обеспечивает доступность отдаленных районов, может значительно улучшить психологическую поддержку, доступную для детей. Организация и проведение исследований в области детской психологии и инновационные методы вмешательства могут привести к созданию более эффективных методов психологического сопровождения детей с особенностями психофизического развития и их семей. Использование

технологических решений, таких как телемедицинские услуги и онлайн-консультации, может сократить этот разрыв, особенно в регионах Китая с ограниченным доступом к специалистам в области психического здоровья.

Несмотря на то, что проблемы в организации психологической поддержки детей с проблемами развития в Китае значительны, перспективы улучшения многообещающие. Решая эти проблемы посредством информационных кампаний, инициатив по обучению, интегрированных услуг, политических реформ и исследований, Китай может проложить путь к более инклюзивной и благоприятной среде для каждого ребенка с особенностями психофизического развития, гарантируя, что они получают психологическую помощь, необходимую для их развития и внесения позитивного вклада в развитие общества страны.

К содержанию

З. В. ТАРАСЮК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Д. Э. Синюк, кандидат психологических наук, доцент

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ НАРУШЕНИЙ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ

В психологии под пищевым поведением понимают ценностное отношение к пище и ее приему, стереотипы питания в обыденных условиях и в ситуациях стресса, поведение, ориентированное на образ собственного тела, и деятельность по формированию этого образа [1]. Потребность человека в пище имеет инстинктивную природу, удовлетворение которой необходимо для выживания. Однако пищевое поведение включает в себя ряд психологических характеристик, которые носят индивидуальный характер. К ним относятся: формы поведения, установки, эмоции и привычки по отношению к еде.

Процесс приема пищи взаимосвязан с процессами общения и социализации, пищевые привычки и традиции свидетельствуют о принадлежности к определенной социальной общности, а также отражают уровень ее развития. Вместе с тем, отмечают А. П. Михайлова, А. В. Штрахова, пищевое поведение осуществляет ряд психологических функций: разрядка психоэмоционального напряжения; чувственное наслаждение; общение; самоутверждение; поддержание ритуалов или привычек, традиций и стереотипов; компенсация неудовлетворенных потребностей индивида; поощрение себя вкусной пищей; удовлетворение эстетической потребности [2].

При нарушениях пищевого поведения физиологические потребности являются для человека субъективно менее значимыми, по сравнению с психологическими. С точки зрения конкретных форм проявления, выделяют следующие виды нарушений пищевого поведения: нервная анорексия, булимия и компульсивное переедание.

Нарушения пищевого поведения обуславливают множество различных психологических факторов. Отечественный специалист в области пищевого поведения О.А. Скругаревский определяет в группу риска лиц с пониженной самооценкой, перфекционизмом, тревогой и тревожными расстройствами, ожирением и ранним началом менархе [3]. Вместе с тем, ученые и практики сходятся во мнении о том, что лица женского пола более подвержены нарушениям пищевого поведения, нежели юноши. Для девушек внешность имеет большее значение, поскольку в современном индустриальном обществе принято рассматривать привлекательность внешности в качестве одного из важнейших критериев женственности.

Стремясь сформировать позитивное представление о себе, борьба за достижение стройности может служить в качестве конкретной задачи для достижения социального принятия. Успешность в контроле за внешностью может служить компенсацией других менее успешных видов деятельности. Принимая такие социокультурные послания, девушки и женщины рассчитывают на то, что с трансформацией внешности изменятся и остальные сферы их жизни, что определяет их в группу риска нарушений пищевого поведения. Принятию нереалистичного идеала стройности сопутствует повторяющееся давление средств массовой информации, превозносящее чрезмерную худобу [3].

При этом специалисты указывают, что отклонения в питании связаны и с различными психотравмирующими жизненными обстоятельствами, которыми могут послужить сексуальное, физическое и эмоциональное насилие, какие-либо негативные события детства (разногласия в семье, развод родителей и др.).

Сложные внутрисемейные отношения также могут создавать условия для развития нарушений пищевого поведения. Так, на подрастающего ребенка близкими взрослыми могут возлагаться большие ожидания, и он, оправдывая их, далеко не всегда получает обратную связь со стороны родителей. Родители в данном случае как бы не замечают успехов и затруднений в жизни ребенка. Они могут считать подростка способным самостоятельно разобраться в решении возникающих жизненных вопросов, что далеко не всегда возможно.

Анализ результатов современных исследований нарушений пищевого поведения позволяет сделать вывод о том, что данная группа нарушений зачастую возникает под влиянием многочисленных социальных факторов.

Список использованной литературы

1. Аринчина, Н. Г. Пищевое поведение, личностные особенности и стрессоустойчивость современных студентов Республики Беларусь / Н. Г. Аринчина, В. И. Дунай, В. Н. Сидоренко // Донозоология и здоровый образ жизни. – 2014. – № 1 (14). – С. 26–29.

2. Михайлова, А. П. Пищевое поведение в норме, в условиях стресса и при патологии: библиографический обзор [Электронный ресурс] / А. П. Михайлова, А. В. Штрахова // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Сер. Психология. – 2018. – Т. 11. – №3. – С. 80–95. – Режим доступа : <https://cyberleninka.ru/article/n/pischevoe-povedenie-v-norme-v-usloviyah-stressa-i-pri-patologii-bibliograficheskiy-obzor/> viewer. – Дата доступа : 05.10.2023.

3. Скугаревский, О. А. Нарушения пищевого поведения : монография / О. А. Скугаревский. – Минск : БГМУ, 2007. – 340 с.

К содержанию

Я. Т. ХАМАРДИНОВА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Д. Э. Синюк, кандидат психологических наук, доцент

СТАНОВЛЕНИЕ ЛИЧНОСТНОЙ РЕФЛЕКСИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Развитие личности в подростковом возрасте, по мнению ученых и практиков, является чрезвычайно сложным и противоречивым процессом. Изучение рефлексии, играющей важную роль в формировании личности и определении индивидуальности подростка, обеспечит лучшее понимание данного процесса.

Личностная рефлексия в литературе по заявленной проблеме рассматривается как способность человека осознавать и анализировать собственные мысли, эмоции, поступки и отношения с окружающим миром. В процессе рефлексии подросток задумывается над своими поступками, оценивает себя и свои действия, а также осознает свои желания, мотивы и цели. Она помогает подростку разобраться в себе, понять себя и свои потребности, а также построить гармоничные отношения с окружающими людьми.

А.В. Карпов, И.М. Скитяева отмечают, что уникальность нашей психики проявляется в том, что в ней (как в системе) заложен механизм, позволяющий преодолевать собственную системную ограниченность, постоянно

выходить за свои собственные пределы, делая саму себя предметом собственного же функционирования [1]. Авторы тут подчеркивают, что рефлексия является одной из самых важнейших метаспособностей, без развития которой невозможно развитие субъектности и уникальности человека.

По словам Я.А. Пономарева, И.Н. Семенова, С.Ю. Степанова и др., рефлексия может рассматриваться как путь к переосмыслению стереотипов собственного опыта. Человек становится для самого себя объектом управления, из чего следует, что рефлексия как «зеркало», отражающее все происходящие в нем изменения, становится основным средством саморазвития, условием и способом личностного роста [2].

С.Л. Рубинштейн выделял два способа жизнедеятельности человека: «слитный» и «отстраненный» (рефлексивный). Именно второй способ, по его мнению, является субъектным, так как дает возможность самостоятельно, инициативно выбирать свой жизненный путь и управлять им. Его развитие соотносится с развитием механизмов рефлексии жизненного пути и формированием смысла жизни. Чтобы понять путь своего развития, отмечает указанный автор, в его подлинной человеческой сущности, человек должен рассматривать его с трех рефлексивных позиций своего «Я»: чем я был? – что я сделал? – чем я стал?» [3].

Ученые (Л.С. Выготский, В.В. Давыдов, А.Н. Леонтьев, В.И. Слободчиков, Г.А. Цукерман, Д.Б. Эльконин и др.) утверждают, что личностная рефлексия является одним из центральных новообразований в подростковом возрасте и главной движущей силой всех сторон психического развития на данном возрастном этапе. Речь идет, прежде всего, о рефлексии, обеспечивающей способность к самоизменению, к установлению границ Я-самости, так как в подростковом возрасте, отмечает Д. И. Фельдштейн, происходит становление субъектности (Д.Б. Эльконин, В.И. Слободчиков, К.Н. Поливанова и др.), идентичности (Дж. Марсиа, Э. Эриксон и др.) [4].

Поэтому основной особенностью личностной рефлексии у подростков является сложность понимания и оценки собственного Я. Они могут испытывать неуверенность в себе, низкую самооценку и затруднения в самопонимании. Это связано с тем, что образ Я подростков может быть искажен, и они не всегда видят свою истинную сущность. Кроме того, подростки с искаженным образом Я могут испытывать трудности в построении отношений с окружающими людьми. Они могут чувствовать себя непонятыми и отвергнутыми, что приводит к социальной изоляции и, как мы отмечали выше, проблемам с самооценкой.

Важной помощью для подростков, испытывающих трудности в понимании и оценке собственного Я, является психологическая поддержка и работа с личностной рефлексией. Психологический процесс личностной рефлексии помогает им осознать свои сильные стороны, преодолеть негатив-

ные установки и повысить уверенность в себе. Они могут научиться видеть себя такими, какие они есть на самом деле, без искажений и комплексов.

Также важно помнить, что каждый подросток, как и любой человек, уникален, и его личностная рефлексия может иметь свои особенности. Поэтому в данном возрасте необходимо развивать умение адаптироваться к индивидуальным потребностям и особенностям, создавая условия для полноценного роста и развития каждого подростка.

В заключение отметим, что личностная рефлексия является важной составляющей развития подростка. Она помогает им осознать и принять себя, разобраться в собственных мотивах и целях, а также построить гармоничные отношения с окружающими. Работа над личностной рефлексией требует особого внимания и индивидуального подхода, чтобы помочь каждому подростку развить свой уникальный образ Я и достичь гармонии внутри себя и с окружающим миром.

Список использованной литературы

1. Карпов, А. В. Психология рефлексии / А. В. Карпов, И. М. Скитяева. – М. : Институт психологии РАН, 2002. – 320 с.
2. Пономарев, Я. А. Психолого-педагогические аспекты развития творчества и рефлексии / Я. А. Пономарев, И. Н. Семенов, С. Ю. Степанов. – М. : МФО-ИФ АН СССР, 1988. – с. 258.
3. Рубинштейн, С. Л. Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2002. – 720 с.
4. Фельдштейн, Д. И. Психология развивающейся личности : избранные психологические труды / Д. И. Фельдштейн. – М. : Институт практической психологии, МОДЭК, 1996. – 112 с.

К содержанию

Е. В. ХАРКОВИЧ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. А. Гаврилович, старший преподаватель

**ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ
АДАПТАЦИИ К НАГРУЗКАМ У СПОРТСМЕНОВ-
ЛЕГКОАТЛЕТОВ**

Вопросы совершенствования тренировочного и соревновательного процессов спортсменов продолжают находиться в центре внимания исследователей и практиков спортивной деятельности. Актуальные задачи общей и специальной психологической подготовки в спорте анализируются в работах А.Ц. Пуни, Ю.Я. Киселева, Т.Т. Джамгарова, В.А. Плахтиенко, Н.А. Худадова и др. Проблемам психических состояний спортсменов в условиях значимой напряженной деятельности и их регуляции посвящены исследования Е.А. Плетницкого, О.А. Черниковой, В.П. Мерлинкина, В.Л. Марищука, А.В. Родионова и др.

Организованное нами исследование осуществлялось на базе факультета физического воспитания и туризма УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина». Выборку составили 50 студентов-спортсменов специализации легкая атлетика (n=50). Участие в исследовании было добровольным.

Цель исследования: выявить индивидуально-психологические особенности адаптации к тренировочным нагрузкам по физической подготовке спортсменов-легкоатлетов. Параметрами процесса адаптации являлись данные объективного наблюдения, а также психофизиологические показатели функциональных состояний спортсменов и их самооценка физического состояния, активности и настроения до и после нагрузок. Результаты исследования позволили установить следующие типичные варианты адаптации к нагрузкам у исследуемой выборки спортсменов-легкоатлетов:

- выраженная реакция на нагрузки преимущественно при работе на выносливость, т.н. «функциональные» спортсмены;
- выраженная реакция по нагрузке главным образом по скоростно-силовой подготовке (условно таких спортсменов относили к группе «скоростных»);
- выраженная реакция на нагрузки силового характера, т.н. «силовые» спортсмены;
- равномерно распределенные показатели реакции на нагрузки, практически независимо от их характера.

Спортсмены первой группы характеризуются доминированием меланхолического типа темперамента, отличаясь в большинстве случаев слабостью, инертной и неуравновешенной нервной системой;

спортсмены второй группы характеризуются преобладанием холерического типа темперамента с сильной, подвижной и неуравновешенной нервной системой;

спортсмены третьей группы характеризуются доминированием флегматического типа темперамента, отличаясь сильной, инертной и уравновешенной нервной системой.

Полученные результаты открывают методические пути реализации принципа индивидуального подхода к тренировочному процессу спортсменов-легкоатлетов, которые состоят не только в корректировке объема и интенсивности применяемых упражнений, но и в изменении характера соотношений между отдельными группами упражнений. Помимо этого, подбирались дифференцированные средства формирования готовности и предрасположенности спортсменов-легкоатлетов на определенную деятельность в тренировке, а также средства их саморегуляции и направленного восстановления.

Список использованной литературы

1. Вяткин, Б. А. Роль темперамента в спортивной деятельности / Б. А. Вяткин. – М. : Физкультура и спорт, 1978. – 134 с.
2. Стресс и тревога в спорте : Междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханин. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 288 с.

К содержанию

Т. Н. ХРОМЕНКОВА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, кандидат психологических наук, доцент

ТРЕВОЖНОСТЬ КАК ЧЕРТА ЛИЧНОСТИ И ПРИЗНАК ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ОКРАСКИ ПОВЕДЕНИЯ

А.М. Прихожан определяет тревожность как переживание эмоционального дискомфорта, предчувствие грозящей опасности, которое является выражением неудовлетворения значимых потребностей [1]. По ее мнению, тревожность – это достаточно устойчивое личностное образование, сохраняющееся на протяжении длительного периода времени, имеет соб-

ственную побудительную силу и константные формы реализации в поведении с преобладанием компенсаторных и защитных механизмов [1].

Причины возникновения и закрепления тревожности связаны с неудовлетворением ведущих возрастных потребностей в детском возрасте, которые приобретают гипертрофированный характер. Опосредованная особенностями «Я-концепции» устойчивым личностным образованием тревожность становится в подростковом возрасте. Закрепление и усиление тревожности происходит по механизму «замкнутого психологического круга», ведущего к накоплению и углублению отрицательного эмоционального опыта, который, порождая негативные прогностические оценки и способствует увеличению и сохранению тревожности.

Тревожность эмоционально окрашивает все поведение человека. Это беспокойство выражается в нетерпимости к физическим недостаткам других людей и часто в навязчивых мыслях о собственной не идеальности. Так неблагоприятное положение ребенка в учебной группе, низкий социально-психологический статус ведут к увеличению уровня тревоги. Отсутствие эмоционально теплых, непосредственных отношений с родителями существенным образом влияют на увеличение тревоги, прежде всего в области межличностных отношений.

Для коррекции тревожности необходимо обращение к специалисту, психологу. Любая коррекционная работа с ребенком будет носить недостаточный характер без работы с родителями. Коррекционная помощь может оказываться с использованием различных методов и приемов.

Список использованной литературы

1. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан – М. : МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2000. – 304 с.

К содержанию

К. В. ЧЕБАН

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Г. В. Жук, кандидат философских наук, доцент

СЕМЬЯ И БРАК В СИСТЕМЕ ЦЕННОСТЕЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ: ПСИХОЛОГО-СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Семья является важнейшим социальным институтом, влияющим как на отдельную личность, так и на социум в целом. Она характеризуется своими

функциями, динамикой и структурой. Духовные, физиологические и материальные потребности мужчины и женщины побуждают их объединяться для совместного осуществления целей. Семья призвана выполнять и функцию психологического убежища – места снятия напряжения и создания эмоционального комфорта. Семья как объект исследования представлена во многих науках – экономики, психологии, педагогики, социологии, демографии.

Принято считать, что психология семейных отношений, возникла в конце 1950-х – начале 1960-х годов и до наших времён она активно развивается, являясь неотъемлемой частью в формировании и поддержании хороших отношений в семье [1]. Психология семейных отношений может быть полезной для семей во всех этапах их развития – от семейных пар, строящих отношения, до родителей, воспитывающих детей. Она может быть полезна как для решения конкретных проблем, так и для профилактики и поддержания здоровых семейных отношений.

XXI век внес серьезные коррективы в представления людей о семье и браке. Семья окончательно отчуждается от традиционного социокультурного мира, углубляются процессы ее нуклеаризации и атомизации, осуществляется переструктурирование ролей и функций. Появляется новый тип семей с обоюдной карьерой мужа и жены. Важное значение не только для мужчины, но и для женщины приобретают профессиональные достижения, возможность творческого самовыражения и самореализации. Увеличивается число одиноких людей брачного возраста, число разводов. Меняется характер супружеских отношений. В большей степени здесь начинает преобладать эгоцентричность, концентрация внимания супругов именно на личных потребностях и интересах и нежелание их ущемления в пользу семьи. Включенность в семью сегодня для многих перестает быть необходимым фактором физического и духовного выживания.

Изучая имеющиеся научные данные о состоянии современной семьи, нам интересно было понять, насколько вписываются в эти общие характеристики модели семьи и брака, представления студенческой молодежи. С этой целью был проведен небольшой социологический опрос «Отношение молодежи к семейной жизни». В опросе принимало участие 25 студентов с первого по третий курс социально-педагогического факультета в возрасте от 18 до 20 лет. Они все в настоящее время не состоят в браке.

По результатам исследования было выявлено, что семья, по-прежнему, остается в качестве базовой ценности для 96 % студенческой молодежи. 85% считают, что оптимальный возраст для брака – это 25–30 лет и сегодня они не готовы создавать семью, т.к. «это ограничит их свободу», «не насладились жизнью», «не пожили для себя», «не готовы принимать осознанных решений», «не готовы нести ответственность». Для этой группы ответов характерно то, что респонденты часто одновременно

выбирают как ответы эгоцентричного характера, так и субъективно-рационального, отмечая свою личностную психологическую неготовность к браку и семье как серьезному шагу в своей жизни.

Подавляющее число студентов (97 %) высказались против ранних браков. При этом на вопрос «Готовы ли вы к семейной жизни?» 78 % студентов ответили положительно, они готовы создать в будущем семью, иметь детей; 22 % опрошенных пока даже не задумывались об этом. На вопрос «Для чего нужна семья?» почти все студенты ответили: «Для продолжения рода». На вопрос «Какой брак наиболее надёжный?» 89 % студентов солидарны с тем, что наиболее надёжным является официально-зарегистрированный брак, и лишь 11 % считают, что гражданский брак наиболее устойчивый, то есть они готовы жить без официальной регистрации своих отношений. Факт развода пока не вызывает у студентов резкого неприятия: 74 % опрошенных отметили, что бывает ситуации, когда развод – это выход из сложившегося сложного положения.

Результаты проведенного опроса позволили получить базовую информацию, касающуюся общих представлений студентов о семейно-брачных отношениях. Однозначно положительным фактом явилось подтверждение того, что семья продолжает выступать базовой ценностью для большей части студенческой молодежи. В ходе исследования выявился круг важных вопросов, требующих дальнейшего более детального изучения.

Список использованной литературы

1. Карабанова, О. А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие / О. А. Карабанова. – М. : Гардарики, 2005. – 320 с.

К содержанию

Н. Н. ЧЕРКАСЮК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. Л. Ящук, кандидат психологических наук, доцент

ЯЗЫКОВАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ У ШКОЛЬНИКОВ

В настоящее время изучение иностранных языков стало неотъемлемой частью современного мира. Владение одним или несколькими иностранными языками является необходимым как в трудовой деятельности, так и в межличностной коммуникации.

При изучении любого иностранного языка обучающиеся встречаются с проявлением психологического барьера. Поэтому эффективность овладения языком зависит от умения преодолевать этот психологический барьер. Наиболее частым проявлением психологического барьера при изучении иностранного языка является языковая тревожность.

Феномен языковой тревожности не является чем-то новым. Его изучением занимались как зарубежные (Э. Хорвиц, М. Хорвиц, Дж. Коуп, З. Дерней, П. Макинтайр, Р. Гарднер), так и отечественные (Н. Хомский, О. Барвенко, Е. Чаплина) учёные. Так, к примеру, Э. Хорвиц, М. Хорвиц и Дж. Коуп первыми выявили факторы возникновения языковой тревожности, а также смогли измерить её степень проявления.

Однако многоаспектность и сложность проявления языковой тревожности при изучении иностранных языков не достаточно полно раскрывается в современных исследованиях. Изучение данного феномена выступает как один из элементов проблемного поля психологии.

Целью работы было выявление степени языковой тревожности у учащихся, изучающих иностранный язык.

Респондентами выступали 48 учащихся старших 10–11 классов ГУО «Средняя школа №3 г. Кобрин», изучающих иностранный язык с 3 класса три раза в неделю. Выборка была случайной. Участие в тестировании было добровольным и анонимным. Исследование проводилось весной 2023 года.

В исследовании использовался тест-опросник FLCAS-Foreign Language Classroom Anxiety Scale.

На первом этапе нами сравнивались уровни языковой тревожности у респондентов, изучающих разные языки: английский и немецкий. Было установлено, что уровень языковой тревожности у респондентов, изучающих английский язык выше, чем у изучающих немецкий. Мы полагаем, что это связано с успеваемостью респондентов в данных группах (средний балл английской группы выше среднего балла немецкой).

Однако полученные эмпирические данные свидетельствуют о том, что существенных различий между степенью языковой тревожности у учащихся, изучающих разные иностранные языки (немецкий и английский), не выявлено (уровень значимости по критерию U-Манна-Уитни составил 0,173). Полученный результат можно объяснить еще и тем, что оба языка входят в одну языковую группу германских языков, имеют схожую грамматическую структуру.

На следующем этапе выяснили, какие из аспектов языковой тревожности являются наиболее выраженными и содержание этого проявления. Выяснилось, что респонденты испытывают тревожность при межличностной коммуникации, проявляющейся в следующих ситуациях: когда они говорят, то не уверены) в правильности произношения; возникает паника, если надо

отвечать без подготовки; в ситуации ответа в присутствии других учащихся и носителей языка. Обобщая полученные результаты можно сделать следующий вывод. базовую характеристику возникновения языковой тревожности составляет страх перед негативной оценкой других людей.

На заключительном этапе было исследован вопрос о том, а какие ситуации и почему вызывают боязнь негативной оценки окружающих. Анализ полученных результатов показал, что этот аспект является одним из наиболее значимых, так как он базируется на сравнении себя с одноклассниками при изучении иностранного языка («мои одноклассники говорят на иностранном языке лучше, чем я» «я волнуюсь, что не успеваю на уроке выполнять задания» и т.п.). Можно предположить, что боязнь негативной оценки окружающих обусловлена возрастными особенностями, когда очень важно выглядеть в глазах сверстников более успешным.

Рассматривая аспект тестовой тревожности, согласно полученным данным, учащиеся не чувствуют себя спокойными в тестовых ситуациях: страх сделать много ошибок, при этом он усиливается при выполнении любых форм контроля письменного характера (тесты, диктанты и т.п.).

Рассматривая вопрос о наличии психологических проблем в учебном процессе было установлено, что самыми значимыми оказались параметры личностного характера: невозможность достигнуть хороших результатов («боюсь ошибиться» и то «что я не способен»).

Такие результаты можно объяснить тем, что возраст исследуемых составляет 15–16 лет, и такой аспект, как коммуникация, для них очень важен, как элемент социализации в классном коллективе.

Список использованной литературы

1. Каяво, В. А. Языковая тревожность как проблема в обучении иностранному языку и факторы её возникновения: анализ теоретических и эмпирических исследований / В. А. Каяво. – Текст: непосредственный // Педагогическое образование в России. – 2021. – № 4. – С. 41–50.

К содержанию

М. А. ЧУМАКОВ

Минск, МГЛУ

Научный руководитель – Е. Н. Труш, старший преподаватель

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА

Важнейшей задачей, стоящей сегодня перед высшими учебными заведениями, является формирование молодого специалиста XXI века – все-

сторонне развитого, открытого, широко мыслящего, граждански активного, интеллектуально, нравственно и профессионально подготовленного профессионала, способного работать в выбранной им сфере. Переход молодежи от школьного образования к высшему и освоение "вчерашними" школьниками новой социальной роли – студента – сопровождается процессом психологической адаптации.

Адаптация студентов – это гармоничное и динамичное уравнивание основных параметров социально-личностных характеристик с новыми условиями вузовской среды как внешнего по отношению к студенту фактора. Умение адаптироваться, преодолевать трудности и справляться с жизнью является решающим фактором успешного развития молодого человека, а в перспективе – специалиста с высшим образованием.

Важным аспектом организации учебного процесса является целенаправленная работа со студентами первого курса. После окончания школы юноши и девушки начинают новую жизнь. В студенческом возрасте происходит своеобразный переход от детства к взрослости, от незрелости к зрелости, который пронизывает все стороны развития студента: анатомо-физиологическое строение, интеллектуальное, нравственное развитие, а также разнообразные виды его деятельности.

Во время обучения в вузе формируется прочная основа трудовой, профессиональной деятельности. Усвоенные в обучении знания, умения, навыки выступают уже не в качестве предмета учебной деятельности, а в качестве средства деятельности профессиональной. Однако результаты опросов показывают, что в технических вузах у половины студентов нет мотива интереса к профессии при выборе ВУЗа. Более трети студентов не уверены в правильности выбора или отрицательно относятся к будущей профессии. Существенным показателем студента как субъекта учебной деятельности служит его умение выполнять все виды и формы этой деятельности.

В современных условиях мотивация учебной деятельности студентов относится к одной из наиболее актуальных государственных проблем, так как это связано с профессиональной удовлетворенностью и профессиональной успешностью будущих специалистов. Как следствие, это создает условия для полноценной адаптации личности в социуме, что, в конечном итоге, гарантирует повышение качества жизни в стране.

Различаются две группы учебных мотивов: познавательные и социальные. Положительная мотивация студентов к учению способствует обеспечению успешного овладения знаниями и умениями, может выступать в роли компенсирующего фактора в случае недостаточно высоких способностей. Отсутствие учебного мотива у студента или его низкая выраженность даже при высоком уровне развития способностей не может привести к значительным успехам в учебе.

От успешности адаптации зачастую зависит дальнейший ход профессиональной жизни человека. Выделяют следующие трудности, связанные с адаптацией студентов к ВУЗу: отрицательные переживания, связанные с уходом из школьного коллектива; неопределенность выбора профессии; недостаточную психологическую подготовленность к ней; неумение осуществлять психологическое саморегулирование поведения и деятельности; поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях; отсутствие навыков самостоятельной работы; неумение конспектировать, работать с первоисточниками и каталогами.

Многочисленные исследования показали, что студенты первого курса наиболее уязвимы и подвержены различным рискам. Поэтому первый семестр первого курса – это время, когда требуется наибольшая помощь и возможности для первокурсников.

Ежегодно для студентов назначаются кураторы, деятельность которых направлена на формирование у студентов гражданской и патриотической ответственности, интеллектуальной грамотности, социальной и профессиональной компетентности, воспитание здорового образа жизни, помощь в организации познавательного процесса, содействие самореализации личности студента, повышение интеллектуального и духовного потенциала.

От успешного преодоления трудностей, возникших у студентов в начале их обучения в университете, зависит их дальнейшая успеваемость и становление, как специалистов с высшим образованием.

К содержанию

В. ЧУНЬЛАН

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Н. В. Былинская, кандидат психологических наук, доцент

ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ЛЮБВИ У ЛЮДЕЙ РАЗНЫХ ВОЗРАСТОВ

Феномен любви с давних времен интересовал как простых людей, так и представителей наук. В рамках психологии было предпринято множество попыток поиска истоков, причин и механизмов любви, классификации ее видов и изучения структуры, исследования связи любви с другими чувствами и эмоциями. При этом само понятие «любовь» не имеет единого определения. Одни исследователи (Бо Ли, Ф. Рассел, М. Тапия и др.) считают, что чувство любви находится на стыке двух составляющих: физического тела, являющегося источником сексуальных импульсов, и соци-

ального компонента, гаранта института супружества. Другие авторы (Л. Каслер, В.С. Магун, Р. Хаттисс и др.) говорят о любви как о свидетельстве слабости и несовершенства человека. Третьи указывают на конструктивный характер этого чувства (Ю.Е. Алешина, Т.Д. Кемпбелл, А. Маслоу, З. Рубин, Э. Фромм и др.) [1]. Известно, что представления людей о любви формируются на основе житейского опыта. Изменение представлений, по мнению С. Московичи, может рассматриваться в аспекте возрастной динамики и динамики организации знаний у взрослых людей в процессе социального взаимодействия [2].

Цель настоящего исследования заключалась в описании представлений о любви у людей разного возраста, проживающих в Китайской Народной Республике. В проведенном эмпирическом исследовании использовалась методика И.А. Джидарьян, О.В. Масловой «Представления о любви», которая включает 26 суждений, принадлежащих известным мыслителям и деятелям культуры разных времен и народов, получивших статус классических афоризмов и крылатых выражений. К исследованию были приглашены мужчины и женщины в возрасте от 20 до 70 лет, проживающие в различных городах Китая (n=90). Респондентам была предложена Google-форма с высказываниями о любви без указания авторства, в которой им предлагалось выразить степень своего согласия с высказываниями по пятибалльной шкале от 0 до 4. Опросник «Представления о любви» включает три субшкалы. Субшкала «Любовь – помеха» отражает отношение к любви как к неконструктивному чувству, препятствующему текущим жизненным устремлениям и не позволяющему жертвовать собственными интересами. Субшкала «Любовь как возвышающая сила человека» отражает стремление романтизировать любовь, рассматривать ее как положительное проявление всего лучшего в человеке. В этой субшкале любовь рассматривается как источник всего хорошего и светлого, позволяющий создавать что-то новое. Субшкала «Любовь – самоотдача» указывает на альтруистическое отношение человека к человеку, которое связано со способностью приносить пользу и служить другому человеку.

Для удобства сравнительного анализа результаты исследования представлены в таблице 1.

Таблица – Представления о любви у людей разного возраста, проживающих в Китайской Народной Республике

Субшкала	Респонденты (%)		
	18–30 лет	31–50 лет	50–70 лет
«Любовь – помеха»	30 %	3,33 %	–
«Любовь как возвышающая сила человека»	60 %	80 %	20 %
«Любовь – самоотдача»	10 %	16,67 %	80 %

Результаты исследования, расположенные в таблице 1, наглядно демонстрируют, что у большинства респондентов молодого и среднего возраста имеется представление о любви как возвышающей силе человека. У этих групп респондентов зафиксирована умеренная тенденция связывать любовь с альтруистическими действиями и способностью жертвовать личными интересами. Пожилые люди склонны рассматривать любовь как источник всего хорошего и светлого, проявление единственного и лучшего в человеке. Они идеализируют это чувство, рассматривают его в соответствии с представлениями классической литературы как некий романтический идеал, творческую силу, способную все преодолеть. Наибольшее количество людей пожилого возраста считают, что любовь связана с самоотверженностью, жертвенностью, служением и жизнью в другом, способностью отдавать, а также со смыслом жизни. Представление о любви как о препятствии, иллюзии, обманывающей разум и мешающей движению по жизненному пути по мере взросления меняется и в пожилом возрасте отсутствует. С возрастом на смену восторженным, эмоциональным представлениям, приходит некоторый философский подход к обсуждаемому феномену.

Результаты проведенного исследования свидетельствуют о том, что у людей разных возрастов представления о любви претерпевают содержательные изменения, углубляясь и становясь более широкими в качественном смысле. Это говорит о том, что представления о любви с возрастом претерпевают те же изменения, что и представления о любви на протяжении веков в ходе культурно-исторического процесса.

Список использованной литературы

1. Былинская, Н. В. Представления о любви у мужчин разных возрастов / Н. В. Былинская // *Miłość nigdy nie ustaje. Miłość w systemie wartości rodzinnych : monografie* / L. Łysiuk, M. Z. Stepulak – Lublin : Wyższa Szkoła Ekonomii i Innowacji, 2018. – S. 115–130.
2. *Social Representations: Essays in Social* / Serge Moscovici. – NYU Press, 2001. – 240 p.

К содержанию

С.А. ШАКУНОВА, С.А. ШАКУНОВА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, кандидат психологических наук, доцент

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПЕССИМИЗМА И ОПТИМИЗМА КАК ФЕНОМЕНА СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ

Социальная жизнь влияет на формирование ценностей, мировоззрения и идентичности человека. Через общение с другими людьми, человек воспринимает и усваивает определенные нормы и ценности, которые помогают ему определить свою позицию в обществе и сформировать свою индивидуальность [1].

Выбор оптимизма или пессимизма зависит как от индивидуальных особенностей человека, его опыта социализации, особенностей преодоления трудностей, так же и от функционирования социальных институтов, конструирующих нормы оптимизма или пессимизма.

Пессимизм создает в нашем сознании искусственные барьеры, мешающие полностью раскрыть свой потенциал, заставляет больше обращать внимание на негативное и неприятное. Мозг оптимиста заставляет оптимиста осознавать больше приятного и позитивного. Оптимист отличается от пессимиста, прежде всего тем, что, сталкиваясь с проблемами и неудачами, он не сдаётся, а даже усиливает свои усилия. В детстве закладывается основа того, будет ли кто-то более склонным к ожиданиям и надеждам или тревожным и пессимистичным. Прежде всего, важен опыт обучения в семье [2].

Оптимизм – это умение воспринимать благоприятные жизненные ситуации, ощущать от этого психологическое благополучие и уверенность в успехе своей деятельности. Также и умение гибко воспринимать неудачи, объясняя их временными, конкретными, контролируруемыми причинами. Даже в условиях неблагоприятной внешней среды они сохраняют инициативу и не прекращают попыток достичь успеха.

Таким образом, оптимизм и пессимизм зависят не только от личностных стратегий адаптации и социализации, но и выступают социальной практикой и личным выбором в условиях социальной неопределенности.

Список использованной литературы

1. Что такое социальная жизнь [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://cto-takoe-socialnaya-zizn> – Дата доступа : 03.10.2023.

2. Оптимисты и пессимисты в мире [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://optimisty-i-pessimisty> – Дата доступа : 03.10.2023.

К содержанию

С.А. ШАКУНОВА, С.Т.А. ШАКУНОВА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. В. Северин, кандидат психологических наук, доцент

ПСИХОЛОГИЯ МЕДИАЦИИ КАК НАПРАВЛЕНИЕ В ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Практическая психология – раздел психологии, занимающийся практическим применением знаний. Медиация – направление практической психологии, представляющее собой посредничество, цель которого помочь сторонам услышать и понять друг друга, обрести или же восстановить утраченный опыт взаимопонимания, на основе которого стороны могут самостоятельно найти решение, которое бы удовлетворило всех участников конфликта.

Применение методов медиации (посредничество) стало в наши дни делом профессиональных конфликтологов-медиаторов. Медиатор только способствует сторонам, вовлеченным в конфликт, самостоятельно найти приемлемое и жизнеспособное решение, которое будет учитывать обоюдные интересы. Медиация должна осуществляться добровольно и беспристрастно. Добровольность проявляется в том, что все решения принимаются только по взаимному согласию сторон, и в том, что каждая сторона в любой момент может отказаться от медиации и прекратить переговоры. В то же время медиатор устойчив к влиянию сторон и сохраняет нейтралитет [1].

Фундаментальный принцип медиативного подхода – принцип ответственности, который главным образом заключается в делегировании полномочий по принятию и исполнению решений сторонам – «собственникам конфликта». Обязанностью медиатора и сторон является обеспечение процедуры конфиденциальности – не разглашать третьим лицам информацию, ставшую известной в процессе медиации [1].

Посредничество используется, например, в коллективных спорах, в семейных конфликтах, в разводах, разделах имущества и в других сложных ситуациях. Таким образом, медиаторам важно получить общее представление: они изучают материалы дела, анализируют обстоятельства и дают заинтересованным сторонам возможность изложить свой взгляд на ситуацию. Суть конфликта не всегда очевидна и необходимо выявление

скрытого напряжения. Цель состоит в том, чтобы разрешить конфликт как на фактическом, так и на личном уровне [2].

Медиация позволяет спокойно разговаривать друг с другом и обсуждать семейные конфликты, не вызывая скандалов или обострения чувств. Благодаря посредничеству конфликт становится очевидным и может быть разрешен. Семейное посредничество позволяет вместе обсудить разногласия. Таким образом, посредничество – это конфиденциальный процесс, в котором все заинтересованные стороны могут свободно решать, что они хотели бы раскрыть, а что нет. Посредник придерживается этих требований и поддерживает их в поиске общих, согласованных решений для восстановления и сохранения их взаимоотношений [3].

Совместная разработка решения позволяет разрешать конфликты в семье, не доводя их до затяжных споров. При этом у каждого участника есть возможность объяснить свой взгляд на вещи в сопровождении посредника и сформулировать свои эмоции. Это дает возможность разрешать конфликты в позитивном ключе и улучшать существующие отношения [3].

Медиация присоединяется к традиционным в современной культуре и обществе стратегиям разрешения споров, обогащая их специфическими методами и техниками, позволяющими довести переговоры до разрешения конфликта и его завершения в форме подписанных договоренностей. Медиация завоевала признание, благодаря следующим ее особенностям: специальному подходу к конфликту, где защищаются интересы каждого; признанию приоритетности, ответственности и самоопределения каждого участника процесса; фокусировке на ресурсах, правах и обязанностях субъектов; ориентировке на нахождение согласия; адаптивной гибкости в выработке решений, которые реализуются, поскольку они соответствуют условиям и интересам всех участников конфликта [3].

По нашему мнению, общество нуждается в медиации как инструменте внутренней демократизации и либерализации, то есть в рефлексивно психологическом обеспечении развития автономии и свободы, толерантности к другому, способности воспринимать другое и принимать его.

Список использованной литературы

1. Психологическая медиация для специальности. Психология. Педагогическая психология: учебно-методический комплекс по учебной дисциплине / сост. Ж.Л. Данилова. – Витебск : ВГУ им. П.М. Машерова, 2022. – С. 10–12.
2. Посредничество для совместного разрешения конфликтов [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://www.menger-mediation.de/>– Дата доступа : 05.10.2023.

3. Похмелкина, Г. Ф. Рефлетехнология медиации в современной зарубежной практической психологии и конфликтологии / Г. Ф. Похмелкина, И. Н. Семенов // Психология. Журнал выс. школы экон. – 2008. – № 1. – С. 121–138.

К содержанию

С.А. ШАКУНОВА, СТ.А. ШАКУНОВА

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – А. О. Семянникова, преподаватель

ОТЦОВСКИЙ КОМПЛЕКС: ВЛИЯНИЕ ОТЦА НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ ДОЧЕРИ

Семья и семейные отношения играют огромную роль в формировании и развитии личности каждого человека. До недавнего времени большинство исследователей, изучавших влияние семьи на становление личности ребенка, не учитывали пол ребенка, а также особенности поведения с ним отца и матери. Но, как отмечает Д.В. Берко, «пол ребенка является одним из основных условий, влияющих на специфику индивидуального развития». Отношение матери или отца к ребенку может сильно отличаться и поэтому совершенно по-разному влиять на его развитие [1].

На каждом возрастном этапе роль активного участия отца в воспитании личности ребенка является незаменимой. При активном участии отца в воспитании у ребенка формируется надежный тип привязанности, благополучно складывается его эмоциональное развитие. В период подросткового возраста, в период окончательного формирования личности, близкие, благополучные взаимоотношения с отцом способствуют высокой успеваемости, эмоциональному благополучию, являются важной профилактической мерой против деликвентного поведения подростков [4].

Исследования показывают, что здоровые отношения отца и дочери положительно влияют на уверенность дочери в себе, психическое здоровье, а также на здоровое осознание своего тела. Кроме того, от привязанности ребенка к отцу зависит ее самооценка: чем меньше привязанность, тем ниже самооценка. Соответственно, чем меньше привязанность, тем меньшее значение ребенок придает духовным и социальным ценностям по сравнению с материальными и индивидуалистическими.

Установлено, что женщины с крепкими отношениями отца и дочери делают более здоровый выбор в выборе партнера. Дочери нуждаются в своих отцах, и папа во многих отношениях является первой и самой влиятельной любовью дочери. Если отношения отца и дочери основаны на от-

крытом общении, доверии и более высоком уровне контакта, негативные последствия в партнерских отношениях могут быть уменьшены.

Отцовский комплекс это – бессознательная структура в психике человека, построенная на основе образа отца, связанных с ним мыслей, чувств и воспоминаний. На формирование этого комплекса влияет даже не сам отец, а то, каким его видел ребенок. Если отца не было, этот комплекс наполнялся сведениями о других мужчинах из окружения: дедушке, брате, учителе, соседе, тренере и т.д.

Термин «отцовский комплекс» часто используется в уничижительном тоне. Особенно, когда женщины всегда выбирают партнера одного и того же типа. Прежде всего, этот термин означает, что в отношениях отца и дочери был или есть дисбаланс. Другими словами, отец или дочь, или обе стороны, не справились со своей ролью. Прежде всего, отцовский комплекс проявляется в любовных делах дочери, поскольку ее привлекают люди, похожие на отца по характеру и поведению [3].

Женщины с положительным отцовским комплексом идеализируют отца и мужчин в целом. Они часто выбирают себе работу и отношения, в которых за них будет решать сильный «папа». И оценивает себя такая женщина тоже глазами мужчин. Если они делают комплименты — значит, с внешностью все в порядке. Как только мужского восхищения нет, она бесконечно ищет в себе изъяны.

Девушка, жившая в дружной и гармоничной семье, где мать и отец с уважением и любовью относились друг к другу, будет выбирать потенциального мужа, который ей очень сильно напоминает отца. Она мечтает о том, что ее будущая семейная жизнь будет такой же гармоничной, как у ее родителей [2].

Женщины с негативным отцовским комплексом могут испытывать неудовлетворенность в отношениях. Они могут искать мужчин, которые напоминают им образ отца или наоборот избегать таких мужчин из-за травматичного опыта в отношениях с отцом, могут страдать от ощущения собственной ущербности, неполноценности и недостаточности, если не получали достаточного одобрения и поддержки от отца в детстве.

Если отец проявляет некую враждебность к дочке, ей будет очень сложно выстраивать отношения с мужчинами. Если отец выражает заинтересованность жизнью дочери, ее интересами, гордится ее успехам и поощряет ее начинания в любом деле, девочка растет с чувством уверенности в собственных силах. Для девочки очень важно чувствовать папину любовь и заботу, быть для него маленькой принцессой. Только в таком случае ей будет легко и просто выстраивать отношения с противоположным полом [2].

Отсутствие отца также вызывает большую неуверенность у молодых взрослых женщин, потому что они не знают, чего ожидать в романтиче-

ских отношениях. Такие девушки, чувствуют некую зажатость, им сложно общаться с противоположным полом. В дальнейшей жизни зачастую их ждут разочарования в личной жизни, потому что их требования к потенциальным партнерам формируются лишь на собственном воображении, сформировавшемся под воздействием литературных произведений, фильмов или образов отцов подруг. В таком случае образы не совсем соответствуют реальной жизни, поэтому в будущем у таких девочек могут возникнуть проблемы в общении с представителями противоположного пола. Из-за расстояния или отсутствия отца им становится труднее доверять другим людям [2].

Частота и значимость общения с отцом, снижается от детского возраста к совершеннолетию, хотя именно хорошие отцы являются единомышленниками и разделяют интересы подрастающих дочерей [4]. Для дочерей общение с отцами по степени влияния на становление интересов, развитие креативности дочери часто превышает материнскую. Вместе с тем, отсутствие совместных занятий и увлечений взрослого и ребенка, применение физических наказаний, страх перед отцом у дочери, отчужденность между отцами и детьми, равнодушие к нуждам ребенка, приводит к сложностям в формировании личности.

В целом, отцовский комплекс может оказывать негативное влияние на жизнь, поэтому хорошо осознавать его наличие и работать над его преодолением. Важно понимать, что отцовский комплекс не является патологией, а скорее нормальной реакцией психики на травмирующие отношения с отцом в детстве.

Для преодоления отцовского комплекса нужно глубинно работать с архетипом Отца, понимая его роль в своей жизни и принимая его как символического представителя авторитета, без фиксации на собственном отце.

Следовательно, можно заключить, что чем лучше отношение отца к дочери (и, соответственно, его образ дочь вспоминает более позитивно) и чем больше его воспитательный вклад, тем больше для нее характерны высокий самоконтроль, спокойная адекватность, смелость и ответственность [4].

Список использованной литературы

Андреева Т. В. Воспитательная роль отца и становление личности дочери / Т. В. Андреева, С. О. Муромцева // Вестник СПбГУ. – Сер. 12. – 2011. – № 1 – С.3–7.

2. Роль отца в жизни дочери [Электронный ресурс]. – 2023. – Режим доступа : <https://www.b17.ru/article/133312/> – Дата доступа : 30.10.2023.

3. Насколько формируют связь между отцом и дочерью? [Электронный ресурс]. – 2023. – Режим доступа : <https://www.elfern.de/familie->

urlaub/vater-tochter-beziehung--so-praegend-ist-sie-13462112.html. – Дата доступа : 30.10.2023.

Особенности стиля воспитания матери и отца в зависимости от пола подростка [Электронный ресурс]. – 2023. – Режим доступа : https://new-disser.ru/_avtoreferats/01002632422.pdf. – Дата доступа : 30.10.2023.

К содержанию

А.А. ШАЛБАЕВ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Т. В. Васильева, старший преподаватель

СООТНОШЕНИЕ СИТУАТИВНОЙ И ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

Жизнь подростка сегодня полна трудностей и психологических напряжений. Переход старшего подростка из детства во взрослую жизнь часто вызывает у него стресс и трудности. Ситуативная и личностная тревожность – два важнейших компонента, которые необходимо понять, чтобы осознать это беспокойство. Под ситуативной тревогой понимаются тревожные реакции, возникающие в ответ на определенные обстоятельства и события. У старших подростков с ней могут быть связаны экзамены, межличностные отношения, семейные проблемы и другие аспекты повседневной жизни. Когда ситуация разрешается или становится неактуальной, этот тип тревоги обычно проходит.

С другой стороны, личностная тревожность рассматривается как устойчивая индивидуальная черта, отражающая склонность субъекта к тревожности и свидетельствующая о том, что он имеет склонность воспринимать достаточно широкий спектр ситуаций как опасные и реагирует на каждую из них определенным образом. В целом люди склонны испытывать тревогу в различных ситуациях и при любых обстоятельствах. Личностная тревожность может быть более распространенной и требует глубокого изучения и осмысления.

Одной из целей нашего исследования стало определение характера взаимосвязи между ситуативной тревожностью и личностной тревожностью у старших подростков. Для достижения цели исследования мы использовали методику выявления личностной и ситуативной тревожности Ч.Д. Спилбергера. Выборку исследования составили 77 обучающихся одной из средних школ города Бреста в возрасте 13–15 лет.

Выявленный характер соотношения ситуативной и личностной тревожности у старших подростков представлен в таблице.

Таблица – Сопряженность ситуативной и личностной тревожности у старших подростков

Уровень личностной тревожности	Уровень ситуативной тревожности					
	высокий		средний		низкий	
	n	%	n	%	n	%
высокий	24	85	13	46	–	–
средний	4	15	14	50	13	62
низкий	–	–	1	4	8	38
Всего	28	100	28	100	21	100

Данные, представленные в таблице, свидетельствуют о том, что у большинства респондентов (85 %) с высоким уровнем ситуативной тревожности выявлен и высокий уровень личностной тревожности, и у 15% респондентов этой группы выявлен средний уровень личностной тревожности. То есть, старшие подростки с высоким уровнем ситуативной тревожности в большинстве случаев характеризуются и высоким уровнем личностной тревожности.

Респонденты со средним уровнем ситуативной тревожности приблизительно в равных долях демонстрируют высокий (46 %) и средний (50 %) уровень личностной тревожности.

Более половины респондентов с низким уровнем ситуативной тревожности (62 %) демонстрируют средний уровень личностной тревожности, и около третьей части подростков этой группы (38 %) характеризуются также низким уровнем личностной тревожности.

Эти результаты свидетельствуют о том, что ситуативная тревожность у старших подростков в значительной степени связана с уровнем личностной тревожности. Высокий уровень ситуативной тревожности часто сопровождается высоким уровнем личностной тревожности, в то время как низкий уровень ситуативной тревожности часто сочетается с низким уровнем личностной тревожности. Можно предположить, что подростки в силу повышенной лабильности эмоциональной сферы склонны к переживанию тревоги даже в тех обстоятельствах, которые вызывают незначительное стрессовое напряжение, и при более продолжительном воздействии стрессогенных факторов ситуативная тревожность быстро генерализуется и перерастает в личностную.

К содержанию

А. С. ШИСЛОВСКИЙ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Д. Э. Синюк, кандидат психологических наук, доцент

**ПРОБЛЕМА СЕПАРАЦИИ ОТ РОДИТЕЛЕЙ
В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Взросление – естественная часть жизни, и таким же естественным природным процессом, связанным со взрослением и приобретением независимости: материальной, эмоциональной, духовной, является сепарация от родителей. Для близких взрослых этот этап знаменует завершение одной из главных функций – воспитательной. У подрастающего ребенка, считает Е. Лямина, нет необходимости в постоянной опеке, родительские наставления считаются неуместными и не воспринимаются им всерьез [1]. Еще В. Гюго справедливо отмечал, что всякая опека, продолжающаяся после совершеннолетия ребенка, превращается в его узурпацию.

Юношеский возраст был назван Э. Эриксонем периодом психосоциального моратория, который является продолжением подросткового возраста вплоть до момента взрослости. В течение этого периода, по мнению Н. Е. Харламенковой, Е. В. Кумыковой, А. К. Рубченко, происходит упрочение позиции личности, которая обрела стабильное положение и способна вариативно использовать накопленный жизненный опыт [2]. Иными словами, это означает, что в повседневной жизни взрослым детям следует научиться думать своей головой и самостоятельно решать свои проблемы, понимать последствия собственных решений и осознавать ответственность за свои действия. Также и родители должны понять, что дети выросли и имеют полное право сами решать, что делать, чего не делать, как отдыхать, где работать, на что тратить свои деньги и т. д. А чтобы родителям было спокойнее, что дети не свяжутся с плохими людьми, их следует воспитывать, учить разбираться в людях и прививать хороший вкус с самого раннего детства.

Мы уже отмечали выше, что сепарация от родителей имеет разные аспекты: физический, финансовый, психологический. Так вот, психологическая сепарация от родителей вполне возможна, даже если молодые люди вынуждены проживать вместе с родителями на одной жилплощади, но в то же время она может не произойти, даже если повзрослевшие дети уехали жить другую страну. Современные средства связи позволяют испрашивать совет по каждому поводу по несколько раз в день, чем некоторые выросшие, но не эмансипировавшиеся дети активно пользуются.

Возникает логичный вопрос: так когда же нужно «отделиться» от родителей во всех аспектах? Тут ученые, практикующие психологи расходятся во мнениях. Так, Е. Кленова-Бычкова утверждает, что сепарация должна произойти вовремя именно для конкретного человека, и никаких общих цифр и рекомендаций тут быть не может [3]. Другие ученые настаивают на конкретных цифрах и считают оптимальным возраст от 18 до 21 года. Е. Новоселова, проведя опрос специалистов, утверждает, что среди них можно встретить и такое мнение: девушки наилучшим образом готовы к самостоятельной жизни к 24 годам, а юноши к 25-летнему возрасту [4]. Но надо понимать, что сепарация от родителей происходит в несколько этапов. Не может быть такого, что вчера ребенок был зависим от родителей на 100 %, а завтра уже не нуждается ни в советах, ни в родительских деньгах, ни в другой помощи.

Ученые и практики предлагают ряд советов по поводу того, как успешно сепарироваться от родителей: начать зарабатывать на жизнь, начать жить самостоятельно, наладить диалог с родителями, демонстрировать здравый смысл, выстраивать личные границы, научиться решать конфликты и разногласия, понять для самих себя чего вы хотите в жизни и от жизни.

И в завершении хотелось бы поделиться цитатами нескольких студентов, уехавших от родителей, которые высказали свое мнение о сепарации в рамках опроса, проведенного «Газета.RU». Анастасия, 22 года: «И мне, и маме было тяжело, но, думаю, мне тяжелее, потому что я, помимо скучания, еще столкнулась с необходимостью полностью заботиться о себе и обживаться в другой стране». Егор, 18 лет: «Прошло все довольно легко: ни мне, ни родителям не было тяжело, а вот младшие братья очень скучали». Арина, 18 лет: «Не уверена, что сепарация полностью произошла, так как я пока финансово от них завишу и морально не до конца могу себя отделить».

Список использованной литературы

1. Лямина, Е. Сепарация от родителей во взрослом возрасте / Е. Лямина. – М. : Литрес, 2021. – 72 с.
2. Харламенкова, Н. Е. Психологическая сепарация. Подходы, проблемы, механизмы / Н. Е. Харламенкова, Е. В. Кумыкова, А. К. Руб-ченко. – М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2015. – 368 с.
3. Кленова-Бычкова, Е. Сепарация. Пять мифов про отношения родителей и детей [Электронный ресурс] / Е. Кленова-Бычкова // Профи. – 2023. – Режим доступа : <https://profi.ru/media/separacija-pjat-mifov-protnosheniya-roditelej-i-detej>. – Дата доступа : 16.10.2023.

4. Новоселова, Е. .Материнская власть: психологические последствия в жизни взрослых людей. Как начать жить своей жизнью / Е. Новоселова. – М. : Альпина Паблишер, 2023. – 200 с.

К содержанию

Е. Д. ШКУЛДЫЦКАЯ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. В. Головня, преподаватель

ХАРАКТЕРИСТИКА ИРРАЦИОНАЛЬНЫХ УСТАНОВОК У ДЕВУШЕК

В повседневной жизни мы зачастую сталкиваемся с ситуациями, когда нам довольно затруднительно выразить свои чувства и эмоции ввиду социальных ограничений. Кроме того, собственные эмоции могут нанести колоссальный вред себе или окружающим, особенно в случаях, когда мы не контролируем их. Чтобы минимизировать неприятные последствия подобных ситуаций, важно научиться управлять эмоциями. Альберт Эллис, создатель рационально-эмоционально-поведенческой терапии (РЭПТ), предлагает следующую идею: не сами ситуации вызывают у нас определенные реакции, а лишь мысли о них. Согласно его теории, чтобы изменить наши эмоции (например, заменить разрушительный гнев на более конструктивное недовольство), достаточно всего лишь трансформировать отношение к ситуации, вызвавшей эти аспекты. А. Эллис вводит такое понятие, как иррациональные установки (далее ИУ) – т. е. абсолютизированные требования к окружению, обстоятельствам или к самому себе. Зачастую они выражаются сквозь призму жесткого регламента по типу «должен», «обязан», «надо» и актуализируют деструктивные реакции, такие как тревога, чувство вины, гнев, которые, в свою очередь, препятствуют достижению целей [1]. Автор РЭПТ выделял несколько видов иррациональных установок: долженствование, катастрофизация, предсказание негативного будущего, максимализм, дихотомическое мышление, персонализация, оценочное мышление [2]. Эллис предложил поликомпонентную структуру поведенческих актов и назвал ее первыми буквами латинского алфавита (ABCDE). Данная схема весьма ценна тем, что позволяет самому клиенту в форме дневниковых записей осуществлять эффективную рефлексивную деятельность.

Настоящая работа посвящена оценке уровня рациональности мышления у современных студенток. Исследование проводилось на базе Брестского государственного университета имени А. С. Пушкина. Общую вы-

борку составили 38 девушек в возрасте от 16 до 23 лет. В качестве диагностического инструментария нами была использована методика распознавания иррациональных установок Х. Кассинове, адаптированная А. Каменюкиным и Д. Ковпаком (2008). Результаты исследования рациональности мышления у девушек обобщены в рамках таблицы.

Согласно результатам, по шкале «самооценка и рациональность мышления» низкие показатели характерны примерно для трети девушек (36,84 %). В контексте «катастрофизации» аналогичный уровень наблюдается у большинства среди обследуемых (65,78 %).

Таблица – Результаты исследования рациональности мышления у девушек

Название шкал	Уровни выраженности					
	Низкий		Средний		Высокий	
	абс. знач.	в %	абс. знач.	в %	абс. знач.	в %
Самооценка и рациональность мышления	14	36,84	24	63,15	0	0
Катастрофизация	25	65,78	13	34,21	0	0
Долженствование в отношении себя	14	36,84	24	63,15	0	0
Долженствование в отношении других	8	21,05	29	73,31	1	2,63
Оценочная установка	7	18,42	28	73,68	3	7,89
Фрустрационная толерантность	13	34,21	22	57,89	3	7,89

По параметру «долженствование в отношении себя» были получены те же результаты, что и по первой шкале. Средние значения «долженствования в отношении других» присущи значительной части (73,31 %), а в промежуток минимальной выраженности попадает лишь четверть испытуемых (21,05 %). По шкале «оценочная установка» низкий вектор проявляется примерно у четвертой части опрошенных (18,42 %), а высокий – практически у десятой доли (7,89 %). Столько же человек принадлежит к идентичному уровню по «фрустрационной толерантности» (7,89 %), а к низкому – ориентировочно треть девушек (34,21 %).

Вследствие всего вышесказанного, можно сделать вывод: более трети среди опрошенных девушек все же присущи низкие значения по различным шкалам рациональности мышления, что указывает на наличие большого количества ИУ. Высоким уровнем рациональности мышления не обладает ни одна респондентка, поэтому необходимо учитывать этот факт в процессе обучения и воспитания в условиях ВУЗа.

Список использованной литературы

1. Эллис, А., Драйден, У. Практика рационально-эмоциональной поведенческой терапии / А. Эллис, У. Драйден. – СПб. : Речь, 2002. – 352 с.
2. Иррациональные установки: как ошибочные убеждения влияют на нашу жизнь [Электронный ресурс] – Режим доступа : <https://4brain.ru/blog/irrationalnye-ustanovki/>. – Дата доступа : 07.10.2023.

К содержанию

Е. И. ШПУДЕЙКО

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина
 Научный руководитель – С. Л. Ящук, кандидат психологических наук, доцент

ЛИЧНОСТНАЯ АВТОНОМИЯ КАК МЕХАНИЗМ САМОРЕГУЛЯЦИИ

В современном обществе декларируется ценность индивидуации, самодостаточности и автономии. Человек существо не только природное, но и социальное, культурное. Он не может и не должен быть полностью независимым от общества, в котором сформировался и живет. В социальных науках все чаще поднимаются проблемы человеческих взаимоотношений, отмечаются трудности с установлением психологической близости, дефицит способности к формированию гармоничных отношений. Поэтому представляется важным ответить на вопрос, является ли автономия синонимом независимости, может ли человек быть одновременно автономным, то есть самостоятельно, осознанно принимать решения, реализовывать их на основе волевой регуляции и произвольности поведения, и оставаться при этом связанным с другими людьми – строить и поддерживать близкие отношения. При этом проблема личностной автономии остается разработанной не в полной мере. В том числе представляется важным понять, может ли взрослый, сформировавшийся человек развивать свою личностную автономию, с помощью психотерапии.

В работах М.К. Мамардашвили, Д.А. Леонтьева подчеркивается понимание автономии как своезакония; аспект эмансипации представлен в подходах А. Ангяла, Э. Эриксона, И. Габанской. Точка зрения, что автономия является базовой потребностью и движущей силой, освещена Э. Деси, Р. Райаном, А. Ангялом и Г. Мюрреем. Понимание автономии как диспозиции имеет место у С. Хартер, Виггинса, Э. Деси и Р. Райана.

Цель исследования: выявить особенности личностной автономии как механизма саморегуляции.

Для решения поставленных задач использовались следующие методики: опросник каузальных ориентаций Э. Деси, Р. Райана (адаптация О.Е. Дергачева, Д.А. Леонтьев); тест профиля отношений Р. Борнштейна (адаптация О.П. Макушина); методы математической статистики (U-критерий Манна-Уитни).

Исследование проводилось на базе филиала Негосударственного частного образовательного учреждения «Московский гештальт институт».

Выборку исследования составили 12 участников группы первой степени гештальт-терапии (экспериментальная гештальт-группа). Это взрослые люди зрелого возраста от 25 до 36 лет. Кроме того, была сформирована контрольная группа из 12 человек в возрасте от 25 до 36 лет, участники которой не имеют опыта участия в терапевтических группах.

Участники экспериментальной группы проходили групповую терапию в рамках первой степени гештальт-терапии. Занятия в группе первой степени гештальт-терапии проводились в течение одного года с периодичностью встреч – один раз в месяц. Группа работала в традиционном для гештальт-терапии варианте – как индивидуальная психотерапия в группе.

Сравнительный анализ уровня личностной автономии участников экспериментальной гештальт-группы, прошедших обучение на первой степени в течение года, и уровня личностной автономии респондентов контрольной группы, не имеющих опыта участия в терапевтических группах, выявил значительные различия, подтвержденные методом математической статистической обработки данных (по U-критерию Манна-Уитни $p=0,05$).

Согласно полученным данным опросника каузальных ориентаций, в группе первой степени гештальт-терапии уровень выраженности поведенческой автономии повысился практически у всех участников: сильно выраженная динамика наблюдается у шести человек, средний темп прироста – у трех человек, незначительные изменения – у двух человек и только у одного участника динамика отрицательная, в то время как в контрольной группе сильно выраженная динамика наблюдается у одного человека, средний темп прироста – у трех человек, у двух человек динамика отрицательная, у остальных (шесть человек) произошли незначительные изменения.

Тест профиля отношений показал, что уровень выраженности автономии во взаимоотношениях в группе первой степени гештальт-терапии также повысился у большей части участников, а в контрольной группе сильно выраженная динамика не наблюдается ни у кого, произошли незначительные изменения. Это свидетельствует о том, что люди, занимавшиеся в группе первой степени гештальт-терапии в течение года, демонстрируют

прирост показателей личностной автономии (поведенческой автономии и автономии во взаимоотношениях) по сравнению с людьми, не занимавшимися в этой группе.

Исследование показало, что поведенческая автономия положительно связана с автономией во взаимоотношениях. Это можно объяснить тем, что автономный человек одинаково строит свое поведение и взаимоотношения с другими людьми – на принципах добровольности и собственного интереса, совершенствуя свои регулятивные механизмы.

К содержанию

М. С. ШТЫК

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – С. В. Головня, преподаватель

ЭТИОЛОГИЯ КОНФЛИКТОВ В ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ВЗАИМООТНОШЕНИЯХ У ПОДРОСТКОВ

Конфликтные ситуации, конфронтации и прочие всевозможные отрицательные сегменты детско-родительских взаимоотношений подростков в своей основе имеют самые разнообразные причины, и, к сожалению, факт их возникновения неизбежен. Подростковый возраст характеризуется достаточно вариативной спецификой как с физиологической, так и с психологической сторон [1]. Для того, чтобы обозначить комплекс этиологических предикторов, произведем далее подробное разъяснение некоторых наиболее ключевых факторов:

1. Идентификационный кризис. Подростки находятся в процессе поиска своей собственной личности, что может приводить к разногласиям с родителями. В этот момент дети стремятся понять, кто они есть, чем хотят заниматься, в следствие чего, ощущают значительное давление со стороны близких, которые зачастую пытаются в имплицитной форме навязать представления о том, какими должны быть их дети.

2. Независимость. В период подросткового возраста усиливается желание автономии и гиперконтроля над своей жизнью. Родители, бесспорно, играют неотъемлемую роль в жизни подростков, но они могут одновременно противостоять их стремлению к независимости, что и становится источником конфликтов.

3. Социальные изменения. Подростки активно взаимодействуют с другими сверстниками и подвергаются таким образом социальному влиянию. Это может создавать разногласия, поскольку они принимают реше-

ния, которые родители считают неправильными, под воздействием ближайшего окружения.

4. Коммуникационные проблемы. Недостаточная коммуникабельность между подростками и родителями может быть источником недопонимания и конфликтов. Стремление сохранять свои мысли и чувства в секрете создает, как правило, барьеры в отношениях.

5. Правила и ограничения. Родители устанавливают нормы и санкции, дабы обеспечить безопасность и оптимальное развитие подростков. Однако, они считают данные ограничения несправедливыми или слишком строгими, что может провоцировать кульминационные моменты.

6. Финансовые вопросы. Трудности, связанные с материальным обеспечением, могут также стать источником конфликтов. Дети стремятся к большей независимости в финансовом плане, что родители не всегда готовы поддержать.

7. Ожидания. Родителям и подросткам зачастую присущи весьма разнообразные ожидания относительно будущего и успеха. Разрыв между тем, чего ожидают родители, и тем, чего реально хотят добиться их дети, вызывает напряжение.

8. Эмоциональные факторы. Эмоциональные составляющие, такие как злость, разочарование, или недопонимание, только усугубляют детско-родительские конфликты [2].

Для урегулирования подобного рода конфликтных взаимодействий необходимо учиться умению развивать открытую и уважительную коммуникацию обеих сторон, учитывать содержательную сторону потребностей и различия точек зрения друг друга, находить компромиссы, устанавливать сотрудничество, поддерживать здоровые отношения и климат в семье.

Список использованной литературы

1. Андреева, Т. В. Семейная психология: учеб. пособие / И. В. Гребенников. – СПб. : Речь, 2009. – 246 с.
2. Гребенников, И. В. Воспитательный климат семьи / И. В. Гребенников. – М. : Знание, 2009. – 140 с.

К содержанию

Т. М. ЯКУБОВИЧ

Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

Научный руководитель – Н. А. Окулич, старший преподаватель

ВЗАИМОСВЯЗИ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ И ТОЛЕРАНТНОСТИ К НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ У ЛИЦ ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА

В условиях регулярных социально-экономических и политических изменений, происходящих в современном обществе, все чаще происходят изменения ценностных ориентаций у людей, что приводит последних к потере жизненных ориентиров и способствует дезадаптации. В значительной степени жизненный путь личности определяется тем, насколько сформированы ее смысложизненные ориентации как целостная система сознательных и избирательных связей, отражающая направленность личности, наличие жизненных целей, осмысленность выборов и оценок, удовлетворенность жизнью (самореализацией) и способность брать за нее ответственность, влияя на ее ход. При этом с каждым годом все большее количество людей встречается с неопределенностью в отношении выбора карьеры, профессии, партнера для жизни, потребительских решений, политических взглядов и выборов, касающихся социальных вопросов. Поэтому изучение взаимосвязи смысложизненных ориентаций и толерантности к неопределенности является актуальным, особенно в юношеском возрасте.

Цель исследования – выявление взаимосвязи смысложизненных ориентаций и толерантности к неопределенности у лиц юношеского возраста.

Для достижения указанной цели было организовано и проведено исследование, направленное на выявление взаимосвязи смысложизненных ориентаций и толерантности к неопределенности у лиц юношеского возраста. Эмпирическое исследование проводилось на базе УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина». В исследовании принимали участие 40 студентов юношеского возраста (18–19 лет).

В качестве методик исследования учащимся были предложены 2 теста: 1) тест «Смысложизненные ориентации» (СЖО) в адаптации Д.А. Леонтьева; 2) (НТН) Т.В. Корниловой.

Анализ данных исследования по первой методике показал, что большинству респондентов (53,4 %) присущ хорошо выраженный уровень внутреннего локуса контроля (субшкала «Локус-Я»), т.е. чуть более половины студентов-первокурсников готовы принимать ответственность за свои действия и принимать решения на основе своих внутренних ценностей и убеждений; 43,3 % имеют высокий уровень и 36,7 % средний уровень удовлетворенности процессом жизни (субшкала «Процесс»), т.е. сту-

денты активны в поиске новых знаний, стремятся участвовать в различных проектах с целью саморазвития и самореализации. При этом по субшкале «Цели в жизни» у большинства (43,3 % и 40 %) отмечаются высокие и низкие показатели, а у большинства (76,7 %) респондентов – средние показатели удовлетворенности прожитой частью жизни (субшкала «Результат»), т.е. можно предположить, что студенты не всегда уверены в себе, своих способностях и возможностях, в своем выборе будущей профессии и построении жизненных планов. Преобладание средних и низких показателей по шкале «Локус-жизнь» отмечается у 40 % и у 36,7 % респондентов соответственно, что может указывать на сложности с преодолением препятствий на пути к целям, некоторую пассивность, отсутствие четких планов и целей в жизни у большинства студентов-респондентов.

По опроснику толерантности к неопределенности результаты по выборке распределились почти равномерно: только 30 % респондентов имеют высокий уровень сформированности толерантности к неопределенности, а 40 % и 30 % – средний и низкий, т.е. данное качество у них в целом развито слабо.

Полученные результаты по обеим методикам согласуются между собой: у большинства респондентов юношеского возраста есть, пусть и не всегда четкое, представление о своих жизненных целях, способах самореализации, поэтому они могут успешно адаптироваться ко всяким непредвиденным ситуациям, будучи способными поразмышлять над решением возникшей проблемы и на этой основе принимать решения.

Статистическая обработка данных с использованием коэффициент ранговой корреляции Спирмена не выявила взаимосвязи между уровнем выраженности каждой из субшкал методики «Смыслжизненные ориентаций» с одной стороны и уровнем толерантности к неопределенности у студентов – с другой. Это можно объяснить тем, что на формирование толерантности к неопределенности влияют другие факторы, которые не измерялись в данном исследовании.

К содержанию