

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
БУРЯТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ДОРЖИ БАНЗАРОВА

**ПСИХОЛОГИЯ КАК ОСНОВА РАЗВИТИЯ
СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА:
ВЗГЛЯД МОЛОДЫХ ИССЛЕДОВАТЕЛЕЙ**

*Материалы IV Всероссийской студенческой научно-практической
конференции, посвященной 25-летию открытия специальности «Психология»
в Бурятском государственном университете имени Доржи Банзарова*

(Улан-Удэ, 13–14 июня 2024 г.)

Улан-Удэ
Издательство Бурятского госуниверситета
им. Д. Банзарова
2024

УДК 159.922.4
ББК 72.88
П 748

Утверждено к печати
Редакционно-издательским советом
Бурятского госуниверситета.
Протокол № 6 от 8 ноября 2024 г.

Сборник размещен в системе РИНЦ
на платформе научной электронной библиотеки eLibrary.ru

Ответственный редактор

Т. Ц. Тудупова, канд. психол. наук, доц.

Редакционная коллегия

Т. Л. Миронова, д-р психол. наук, проф.;
Н. Г. Батыева, канд. мед. наук;
М. Н. Дарижапова, канд. психол. наук, доц.;
Н. Ц. Бадмаева, канд. психол. наук, доц.

Рецензенты

Л. С. Махакова, канд. психол. наук, доц.,
ВСГУТУ
Б. А. Гунзунова, канд. психол. наук, доц.,
БГУ им. Д. Банзарова

П 748

Психология как основа развития современного общества: взгляд молодых исследователей: материалы IV Всероссийской студенческой научно-практической конференции, посвященной 25-летию открытия специальности «Психология» в Бурятском государственном университете имени Доржи Банзарова (Улан-Удэ, 13–14 июня 2024 г.) / ответственный редактор Т. Ц. Тудупова. — Улан-Удэ: Издательство Бурятского госуниверситета им. Д. Банзарова, 2024. — 160 с.

ISBN 978-5-9793-1966-7

В сборнике представлены материалы докладов, в которых отражен широкий спектр основных направлений исследований студентов, магистрантов, аспирантов по различным отраслям современной психологической науки и практики.

Сборник адресован студентам, преподавателям, практическим психологам.

Psychology as a basis for the development of moderns: thev of young researchers: materials of the IV All-Russian Student Scientific and Practical Conference (Ulan-Ude, June 13–14, 2024) / science editing T. Ts. Tudupova. — Ulan-Ude: Dorzhi Banzarov Buryat State University Publishing Department, 2024. — 160 p. ISBN 978-5-9793-1966-7

The collection presents materials from reports that reflect a wide range of key areas of research by students, master's students, and postgraduates in various fields of modern psychological science and practice.

The collection is addressed to students, teachers, practical psychologists.

УДК 159.922.4
ББК 72.88

ISBN 978-5-9793-1966-7

© Бурятский госуниверситет им. Д. Банзарова, 2024

ПРЕДИСЛОВИЕ

IV Всероссийская студенческая научно-практическая конференция с международным участием «Психология как основа развития современного общества: взгляд молодых исследователей» состоялась 13–14 июня 2024 г. в Улан-Удэ на базе Бурятского государственного университета имени Доржи Банзарова. Конференция была организована кафедрой общей и социальной психологии социально-психологического факультета и посвящена 25-летию открытия специальности «Психология». Основной целью конференции было обсуждение актуальных вопросов, проблем и перспектив современной психологической науки и практики, а также обмен опытом в области различных сфер психологической практики – в здравоохранении, образовании, консультировании, психологической реабилитации, психологической профилактики и психотерапии. В процессе подготовки конференции и сборника материалов оргкомитет старался максимально расширить географию участников, поставив задачу объединить большее количество молодых исследователей, а также всех, кто занимается отдельными вопросами, связанными с психологической практикой. Результатом такой деятельности стало участие студентов из различных регионов Российской Федерации (Москва, Санкт-Петербург, Херсон, Томск, Иркутск, Чита), и это не может не радовать. В условиях вызовов и кризисов XXI в. все большее количество людей нуждается в психологической помощи, все больше людей находятся в состоянии стресса или испытывают психологический дискомфорт, что актуализирует профессиональное общение не только в локальных научно-практических сообществах, но и для партнерств на межрегиональном уровне. Именно обсуждение молодыми исследователями актуальных проблем практической психологии позволяет в перспективе объединить успехи различных подходов и обогатить профессиональные ресурсы в плане оказания психологической помощи. В работе конференции традиционно самое активное участие принимали магистранты и аспиранты. Мы уверены, что научная работа студентов и аспирантов является серьезным шагом в плане их профессионального становления как психолога-исследователя, так и психолога-практика.

В заключение, оргкомитет надеется, что материалы конференции будут актуальными как для специалистов, так и для широкого круга читателей, и будут способствовать дальнейшему развитию психологических исследований.

Т. Ц. Тудупова
канд. психол. наук, доц.,
заведующая кафедрой общей и социальной психологии
Бурятского государственного университета им. Д. Банзарова

Научная статья
УДК 159.99

Влияние ревности на возникновение разводов в супружеских парах

© *Аксенова Людмила Юрьевна*

магистрант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
aksenovamila54@gmail.com

© *Тудупова Туяна Цибановна*

кандидат психологических наук, доцент,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
tuyanatu@mail.ru

Аннотация. Статья посвящена изучению роли ревности как фактора, способствующего разрушению брачных отношений. Анализируются данные опроса бывших супружеских пар, включающие измерение уровня ревности, доверия, конфликтов, взаимопонимания, а также характер коммуникации в конфликтных ситуациях. Корреляционный анализ выявил значимую взаимосвязь между ревностью, низким уровнем доверия, увеличением конфликтов и нездоровыми коммуникационными стратегиями, что в свою очередь, повышает вероятность развода.

Ключевые слова: ревность, развод, супружеские отношения, корреляционный анализ, доверие, конфликты, взаимопонимание, коммуникативные реакции, взаимодействие супругов, общение в паре.

Россия по итогам 2023 года находится в топ-4 стран по количеству разводов, что делает изучение причин разводов, в том числе роли ревности, актуальным [3]. Ревность, как негативное чувство собственности, может приводить к недоверию и разрушать семейные отношения.

Для исследования влияния ревности на возникновение разводов в супружеских парах было организовано эмпирическое исследование. Исследование, проведенное на базе ООО «Люксойл» и центра семейных услуг г. Улан-Удэ, изучало влияние ревности на разводы. Выборка из 100 бывших супругов (52 женщины, 48 мужчин), разведшихся в последние 5 лет, представляла различные социальные и профессиональные группы, возрасты (от 25 до 55 лет) и стаж брака (от 2 до 20 лет). Уровень образования респондентов варьировался от неполного среднего до высшего с ученой степенью. 65% респондентов имели детей. Женщины чаще (55%) выступали инициаторами развода, чем мужчины (35%), 10% отметили взаимное решение.

В рамках эмпирического исследования были использованы следующие методы и методики: анкетирование, психологический эксперимент, в ходе которого были использованы следующие методики: тест «Коммуникативные реакции на ревность» (авторы: L. Guerrero, P. Andersen (1998), адаптация: И. А. Фурманов, А. О. Вергейчик (2012)), Многомерная шкала ревности (MJS) М. Пфейффер, опросник «Общение в семье» (Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, Е. М. Дубовская), методика «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» (Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман) [1; 2]. Тексты методик были адаптированы для выполнения бывшими супругами. Корреляционный анализ был проведен по критерию Пирсона.

Обобщенные результаты исследования по авторской анкете «Влияние ревности на возникновение разводов в супружеских отношениях» представлены в таблице 1.

Исследование показало, что ревность является значимым фактором в разводах: более половины респондентов отметили ее влияние на отношения, а для 55% характерен низкий уровень доверия и частые конфликты. Развод негативно отразился на психическом состоянии большинства бывших супругов.

Результаты корреляционного анализа представлены в таблице 2.

ПСИХОЛОГИЯ КАК ОСНОВА РАЗВИТИЯ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА:
ВЗГЛЯД МОЛОДЫХ ИССЛЕДОВАТЕЛЕЙ

Таблица 1

*Обобщенные результаты исследования по авторской анкете
«Влияние ревности на возникновение разводов в супружеских отношениях»*

Показатель	Абсолютное значение	Процент
Частота ревности в браке:		
- Никогда	10	10%
- Редко	20	20%
- Иногда	30	30%
- Часто	25	25%
- Очень часто	15	15%
Уровень доверия:		
- Очень высокий	5	5%
- Высокий	10	10%
- Средний	35	35%
- Низкий	30	30%
- Очень низкий	20	20%
Уровень конфликтов в отношениях:		
- Отсутствуют	5	5%
- Редки	10	10%
- Средний	25	25%
- Частые	30	30%
- Очень частые	30	30%
Влияние ревности на отношения:		
- Да, безусловно	60	60%
- Скорее да, чем нет	25	25%
- Трудно сказать	10	10%
- Скорее нет, чем да	5	5%
- Нет, не считаю	0	0%
Ревность как причина развода:		
- Да, безусловно	45	45%
- Скорее да, чем нет	30	30%
- Трудно сказать	15	15%
- Скорее нет, чем да	5	5%
- Нет, не считаю	5	5%
Психическое благополучие после развода:		
- Отличное	5	5%
- Хорошее	20	20%
- Среднее	40	40%
- Плохое	25	25%
- Очень плохое	10	10%

Таблица 2

Корреляционный анализ по критерию Пирсона

Переменная 1	Переменная 2	Коэффициент корреляции (r)	p-значение
Уровень ревности	Уровень доверия	-0.48	< 0.01
Уровень ревности	Уровень конфликтов	0.55	< 0.01
Уровень ревности	Уровень взаимопонимания	-0.32	< 0.05
Уровень ревности	Уровень сходства во взглядах	-0.21	0.12
Уровень доверия	Уровень конфликтов	-0.45	< 0.01
Уровень доверия	Уровень взаимопонимания	0.38	< 0.05
Уровень доверия	Уровень сходства во взглядах	0.18	0.23
Уровень конфликтов	Уровень взаимопонимания	-0.35	< 0.05
Уровень конфликтов	Уровень сходства во взглядах	-0.15	0.31
Уровень взаимопонимания	Уровень сходства во взглядах	0.33	< 0.05

Примечание:

Значения $p < 0.05$ означают, что корреляция статистически значима.

Значения $p > 0.05$ означают, что корреляция статистически незначима.

Коэффициент корреляции (r) показывает силу и направление связи:

$r = -1$ – идеальная отрицательная корреляция

$r = 0$ – отсутствие корреляции

$r = 1$ – идеальная положительная корреляция

Корреляционный анализ выявил тесную взаимосвязь между ревностью, уровнем доверия, количеством конфликтов и степенью взаимопонимания в браке. Высокая ревность коррелирует с низким уровнем доверия, увеличением числа конфликтов и снижением взаимопонимания. Напротив, высокий уровень доверия связан с меньшим количеством конфликтов и более глубоким взаимопониманием.

Взаимосвязь между сходством во взглядах и другими переменными не была подтверждена.

Результаты диагностики по тесту «Коммуникативные реакции на ревность» представлены в таблице 3.

Таблица 3

Результаты теста «Коммуникативные реакции на ревность»

Тип реакции	Среднее значение	Стандартное отклонение
Активное дистанцирование (АД)	3.2	1.4
Негативная аффективная экспрессия (НАЭ)	4.1	1.7
Интегративная коммуникация (ИК)	2.8	1.2
Дистрибутивная коммуникация (ДК)	3.5	1.5
Избегание / отрицание (ИО)	2.5	1.1
Насильственная коммуникация / угрозы (НКУ)	1.7	0.9
Контроль / ограничение (КО)	3.8	1.6
Компенсация / замещение (КЗ)	2.9	1.3
Манипуляция (М)	3.3	1.4
Контакт с соперником (КС)	2.2	1.0

Анализ теста «Коммуникативные реакции на ревность» выявил преобладание негативных эмоций (гнев, разочарование, обида) и контроля над партнером у бывших супругов как основных стратегий реагирования на ревность. Насильственные действия или угрозы были редки. Результаты свидетельствуют о негативном влиянии ревности на супружеские отношения, и о том, что респонденты часто выбирают неконструктивные способы реагирования.

Результаты исследования по Многомерной шкале ревности (MJS) представлены в таблице 4.

Таблица 4

Результаты исследования по Многомерной шкале ревности (MJS)

Компонент ревности	Среднее значение	Стандартное отклонение
Когнитивный компонент	18.5	4.2
Эмоциональный компонент	22.1	5.1
Поведенческий компонент	15.7	3.8

Анализ показал, что участники исследования испытывали в первую очередь сильные эмоциональные реакции на ревность, затем шли когнитивные (подозрения, беспокойство), а поведенческие реакции были наименее выраженными.

Результаты диагностики по опроснику «Общение в семье» (Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, Е. М. Дубовская) представлены в Таблице 5.

Таблица 5

Результаты диагностики по опроснику «Общение в семье»
(Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, Е. М. Дубовская)

Компонент общения	Среднее значение	Стандартное отклонение
Доверительность общения	3.2	1.3
Сходство во взглядах	2.8	1.1
Общность символов	2.5	1.0
Взаимопонимание супругов	2.9	1.2
Легкость общения	3.5	1.4
Психотерапевтичность общения	2.7	1.0

Анализ опросника «Общение в семье» показал, что в большинстве бывших семей наблюдался низкий уровень доверия, сходства во взглядах, общности символов и психотерапевтичности в общении. Полученный результат свидетельствует о том, что общение в этих семьях было недостаточно гармоничным и конструктивным.

Результаты диагностики по методике «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» (Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман) представлены на в таблице 6 и рисунке 1.

Таблица 6

Результаты диагностики по методике
«Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях»

Характеристика взаимодействия	Средний балл
Активное выражение несогласия	-1.2
Не согласное нейтральное отношение	-0.5
Пассивное выражение согласия	0.8
Активное выражение согласия	1.5

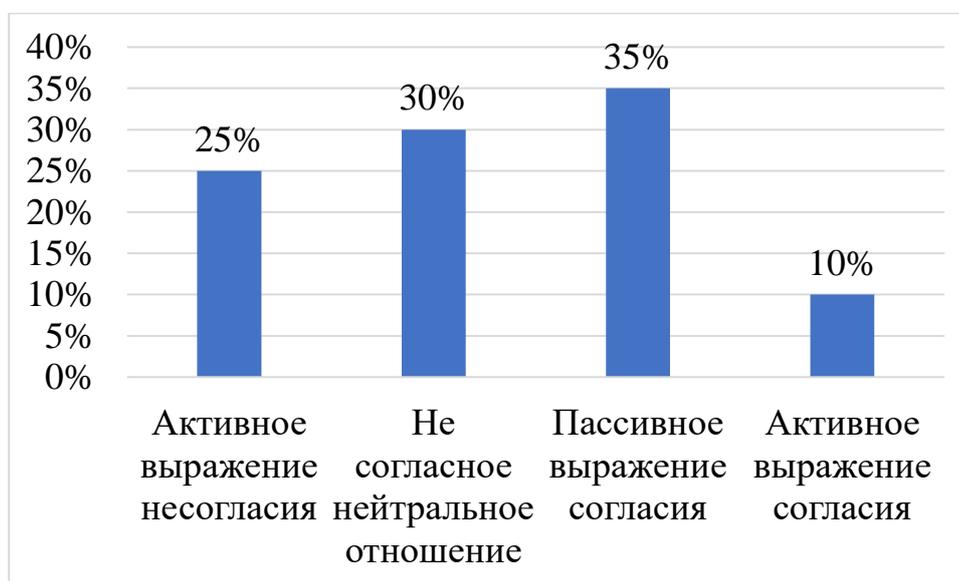


Рис. 1. Результаты диагностики по методике
«Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях»
(процент респондентов, выбравших каждую из позиций шкалы)

Анализ методики «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» выявил, что бывшие супруги чаще всего прибегали к пассивному выражению согласия, предпочитая компромиссный стиль взаимодействия в конфликтах, чтобы избежать открытого противостояния и сохранить мирные отношения.

Обобщенная корреляционная таблица, отражающая влияние ревности на возникновение разводов в супружеских парах представлена в таблице 7.

Таблица 7

Обобщенная корреляционная таблица, отражающая влияние ревности на возникновение разводов в супружеских парах

Переменная	Коэффициент корреляции (r)	p-значение	Корреляция с разводом (r)	p-значение (развод)
Доверие	-0.48	< 0.01	0.72	< 0.01
Конфликты	0.55	< 0.01	0.68	< 0.01
Взаимопонимание	-0.32	< 0.05	0.55	< 0.01
Сходство во взглядах	-0.21	0.12	0.38	0.08
Активное дистанцирование	0.35	< 0.05	0.58	< 0.01
Негативная аффективная экспрессия	0.42	< 0.01	0.62	< 0.01
Интегративная коммуникация	-0.28	< 0.05	0.29	0.14
Дистрибутивная коммуникация	0.25	< 0.05	0.45	0.02
Избегание/отрицание	-0.18	0.23	0.28	0.16
Насильственная коммуникация/угрозы	0.15	0.31	0.32	0.11
Контроль/ограничение	0.38	< 0.01	0.59	< 0.01
Компенсация/замещение	-0.22	0.11	0.25	0.19
Манипуляция	0.29	< 0.05	0.49	0.01
Контакт с соперником	-0.17	0.26	0.22	0.24

Исследование выявило сильную корреляцию между низким уровнем доверия, высокой конфликтностью и взаимопониманием, а также нездоровыми коммуникационными стилями и риском развода. В то же время, некоторые факторы, такие как сходство во взглядах и определенные коммуникативные стратегии, не демонстрируют значимой связи с разводом.

Корреляционный анализ подтверждает, что уровень доверия, количество конфликтов, взаимопонимание, и нездоровые коммуникационные стратегии являются важными предикторами развода. Низкий уровень доверия, высокая конфликтность и отсутствие взаимопонимания значительно увеличивают вероятность распада брака.

Таким образом, эмпирическое исследование подтвердило влияние ревности на возникновение разводов в супружеских парах. Ревность может ухудшать качество отношений, подрывать доверие, усиливать конфликты, тем самым приводя к разрушению семьи.

Литература

1. Дусказиева Ж. Г. Психодиагностика и психокоррекция семьи: учебно-методическое пособие / Ж. Г. Дусказиева. Красноярск, 2011. 120 с.
2. Иванова Т. Н. Методические основы составления социологической анкеты: учебное пособие / Т. Н. Иванова. Тольятти: Изд-во ТГУ, 2011. 44 с.
3. Росстат: официальный сайт. URL: <https://rosstat.gov.ru> (дата обращения: 10.10.2024).

THE EFFECT OF JEALOUSY ON THE OCCURRENCE
OF DIVORCE IN MARITAL COUPLES

Aksenova Lyudmila Yurevna
Master Student,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
aksenovamila54@gmail.com

Tudupova Tuyana Tsibanovna
Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
tuyanatu@mail.ru

Abstract. The article is devoted to the study of the role of jealousy as a factor contributing to the destruction of marital relations. The data of a survey of former married couples are analyzed, including the measurement of the level of jealousy, trust, conflicts, mutual understanding, as well as the nature of communication in conflict situations. Correlation analysis revealed a significant relationship between jealousy, low trust, increased conflicts and unhealthy communication strategies, which in turn increases the likelihood of divorce.

Keywords: jealousy, divorce, marital relations, correlation analysis, trust, conflicts, mutual understanding, communicative reactions, interaction of spouses, communication in a couple.

Научная статья
УДК 159.97

**Факторы риска суицидальных тенденций
у студентов колледжа**

© *Алсыкова Аюна Валерьевна*

магистрант,

Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова

Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а

oiunaoiuna7@gmail.com

Аннотация. В статье приводятся результаты экспериментального исследования факторов риска суицидальных тенденций у студентов колледжа. Представлены результаты психодиагностического исследования с помощью следующих методик: Шкала безнадежности (А. Бек), Шкала одиночества (UCLA, версия 3, Д. Рассел), методика «Незаконченные предложения» Сакса Леви и методика «Индекс хорошего самочувствия» (WHO-5 Well-Being Index). Расчет коэффициента корреляции Спирмена выявил статистически значимую положительную связь между суицидальными тенденциями и уровнем безнадежности, степенью одиночества, стремлением к сохранению жизни. Результаты исследования позволяют выделить вышеуказанные особенности как факторы риска суицидальных тенденций у студентов колледжа.

Ключевые слова: суицидальные тенденции, факторы риска, степень безнадежности, уровень одиночества, стремление к сохранению жизни, студенты колледжа.

Во времена научно-технического прогресса и развития различных научных направлений меняются различные подходы к изучению личности и поведению человека, появляется много интересных и необычных направлений психологии и психотерапии, каждое из которых старается с различных сторон заглянуть в сущность поведения человека. Вместе с тем, еще остаются неизведанными и непонятными многие поведенческие стратегии и реакции человека на окружающую среду, например, суицидальные тенденции личности. Несмотря на большое количество исследований, посвященных рассмотрению данной проблемы, причины формирования суицидальных тенденций настолько многогранны, что полностью сформированный научный взгляд на это явление и пути его профилактики можно будет увидеть, на наш взгляд, нескоро.

В связи с актуальностью данной проблематики было организовано исследование, посвященное изучению факторов риска суицидальных тенденций у студентов колледжа. Экспериментальное исследование проводилось на базе колледжа Бурятского государственного университета имени Доржи Банзарова. Всего в экспериментальном исследовании приняли участие 1230 студентов колледжа. Средний возраст испытуемых составил 17 лет. Были использованы следующие методики: Шкала безнадежности (А. Бек), Шкала одиночества (UCLA, версия 3, Д. Рассел), методика «Незаконченные предложения» Сакса Леви и методика «Индекс хорошего самочувствия» (WHO-5 Well-Being Index). Согласно результатам, полученным с помощью методики «Индекс хорошего самочувствия» было выделены три основных группы испытуемых: группа 1 — группа нормы (студенты, не отметившие у себя наличие самоповреждающего поведения); группа 2 — группа риска (студенты, отметившие у себя наличие суицидального поведения); группа 3 — клиническая группа (студенты с подтвержденными суицидальными тенденциями).

Результаты диагностики по методике «Индекс хорошего самочувствия» представлены на рис. 1.

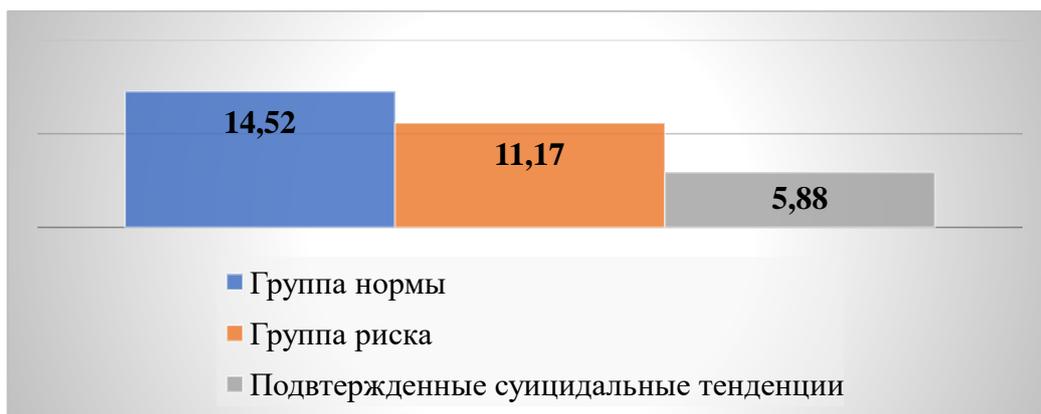


Рис. 1. Суммарный балл опросника «Индекс хорошего самочувствия»

Было выявлено, что группу нормы составили 75% респондентов (923 человека), в группу риска вошло 23% респондентов (287 человек), у 20 респондентов (2%) были выявлены суицидальные тенденции.

Результаты диагностики по Шкале безнадежности Бека представлены на рис. 2.

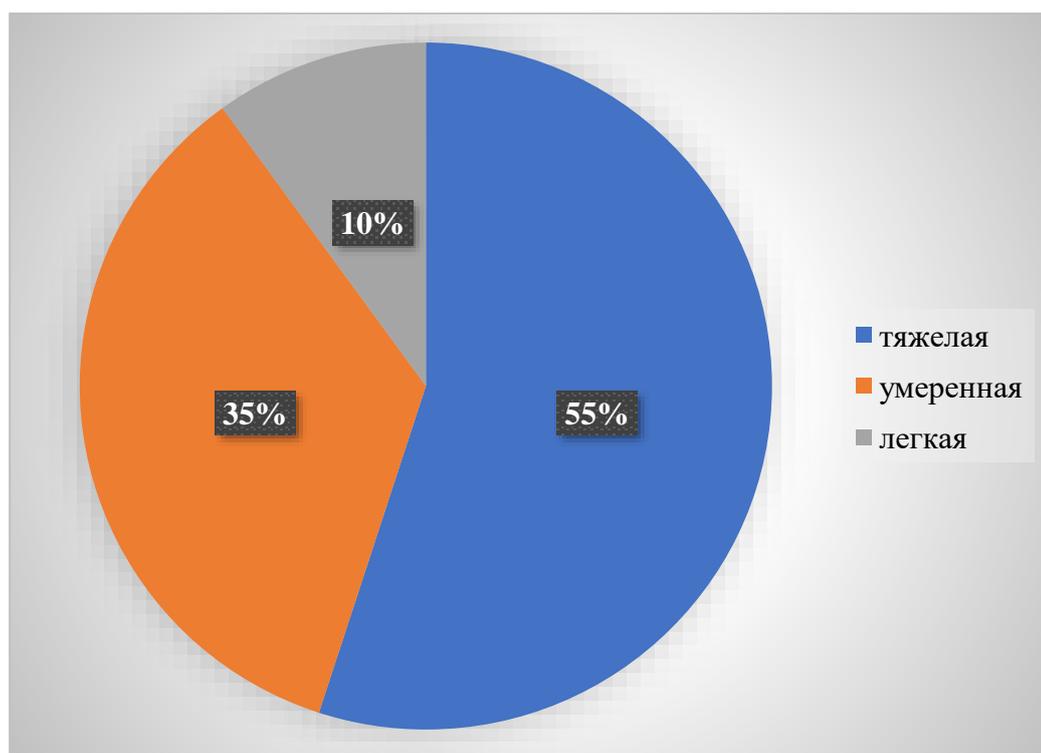


Рис. 2. Результаты диагностики по Шкале безнадежности Бека на начальном этапе эксперимента

Стоит отметить, что у всех респондентов была выявлена безнадежность. У 55% респондентов (11 человек) была выявлена тяжелая степень безнадежности, у 35% респондентов (7 человек) была выявлена умеренная степень безнадежности, у 10% респондентов (2 человека) была выявлена легкая степень безнадежности. Следует отметить, что у испытуемых респондентов колледжа с суицидальными тенденциями преобладает тяжелая степень безнадежности.

Результаты диагностики по Шкале одиночества (UCLA, версия 3, Д. Рассел) представлены на рис. 3. В первой группе показатели индекса хорошего самочувствия немного выше нормативных, что говорит об отсутствии депрессивной симптоматики в данной группе. Между группой нормы и группой

риска обнаружены различия по выраженности симптомов депрессии на высоком уровне значимости ($p < 0,001$). Высокий уровень одиночества был выявлен у 75% респондентов – 15 человек, средний уровень одиночества был выявлен у 15% респондентов – 3 человека и низкий уровень одиночества был выявлен у 10% респондентов (2 человека). Для студентов колледжа с суицидальными тенденциями характерна высокая степень одиночества.

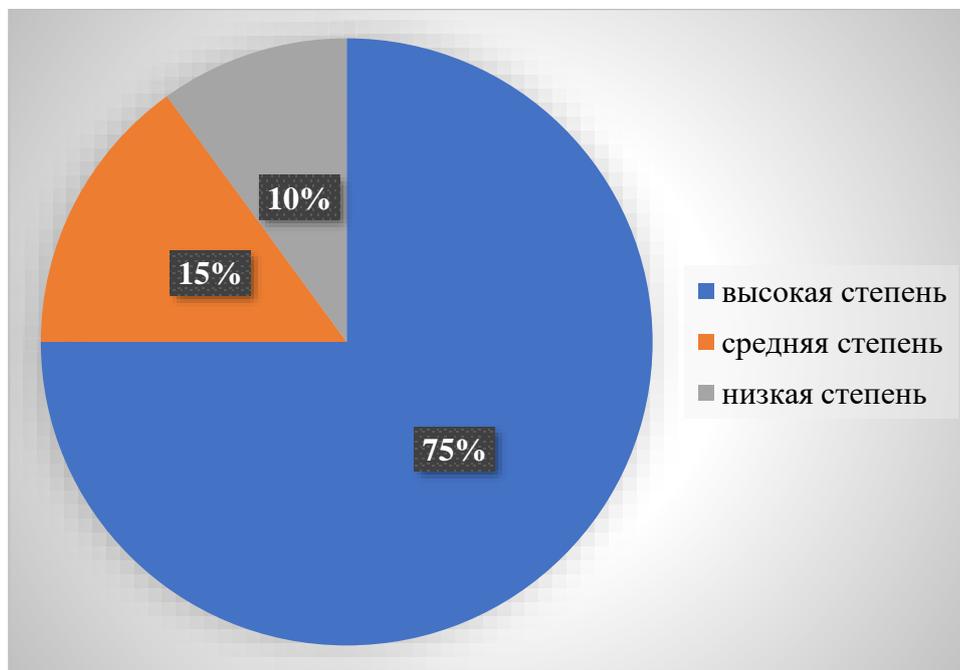


Рис. 3. Результаты диагностики по Шкале одиночества на начальном этапе эксперимента

Согласно полученным данным по методике «Незаконченные предложения» Сакса Леви, у 60% респондентов – 12 человек, отсутствует осознанное стремление к сохранению жизни, у 40% респондентов – 8 человек присутствует. У большинства студентов колледжа с суицидальными тенденциями отсутствует осознанное стремление к сохранению жизни.

Для оценки суицидальных тенденций респондентов была использована методика «Опросник для выявления суицидальных тенденций» И. К. Кравченко (модификация Т. Н. Разуваевой). Первоначально нами было проведено ранжирование по основным диагностическим параметрам, определяющим уровень сформированности суицидальных тенденций (рис. 4). Преобладающей диагностической шкалой для большинства респондентов является максимализм (78% – 16 человек). Следующей по выраженности шкалой является уникальность (72% респондентов – 14 человек). Демонстративность также является одной из преобладающих шкал формирования суицидальных тенденций (68% респондентов – 14 человек). Для данной шкалы характерно желание привлечь внимание окружающих к своим несчастьям, добиться сочувствия и понимания.

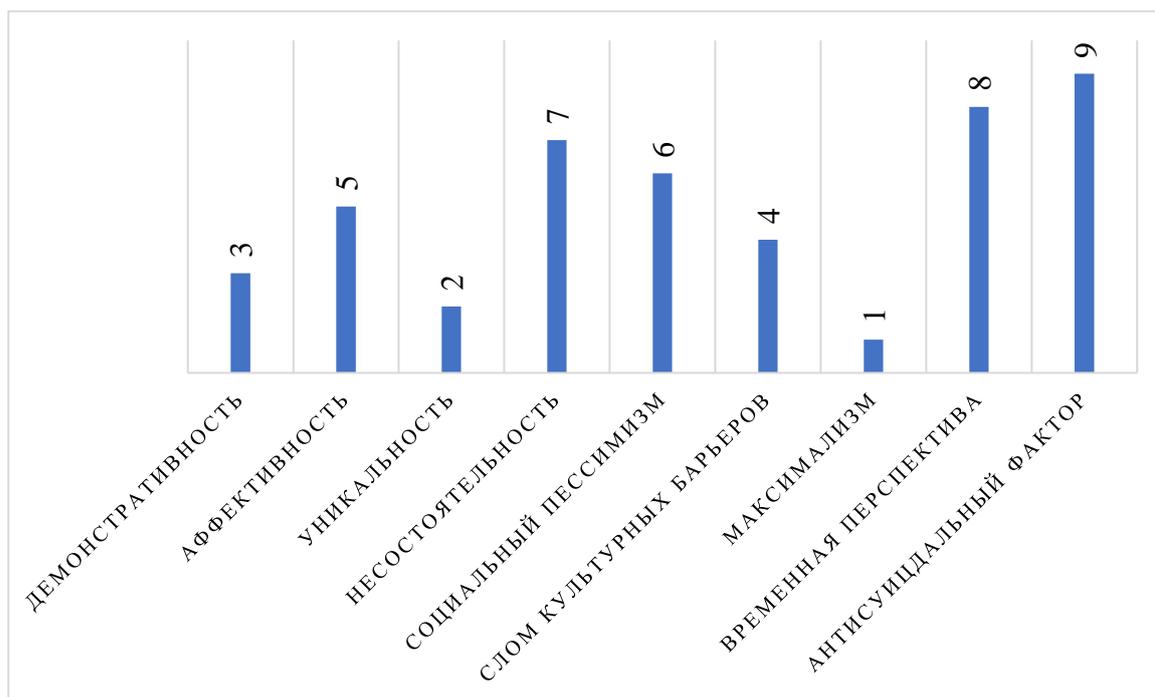


Рис. 4. Ранг основных диагностических показателей уровня сформированности суицидальных тенденций

Выраженность шкалы «Слом культурных барьеров» характерен для 65% респондентов (13 человек). Для данного показателя характерен культ самоубийства. Шкала «Аффективность» выражена у 56% респондентов (11 человек). Для данного показателя характерно доминирование эмоций над интеллектуальным контролем в оценке ситуации. Социальный пессимизм отмечается у 50% респондентов (10 человек). Данная характеристика личности отождествляется с отрицательной концепцией окружающего мира. Несостоятельность проявляется у 43% респондентов (9 человек). Для таких студентов свойственна отрицательная концепция собственной личности. Выраженность временной перспективы была выявлена у 40% респондентов (8 человек). Данная характеристика личности означает невозможность конструктивного планирования будущего. Антисуицидальный фактор был выявлен лишь у двух респондентов (10%). Даже при высокой выраженности всех остальных факторов есть фактор, который снимает глобальный суицидальный риск. Это глубокое понимание чувства ответственности за близких, чувство долга. Это представление о греховности самоубийства, антиэстетичности его, боязнь боли и физических страданий. В определенном смысле это показатель наличного уровня предпосылок для психокоррекционной работы.

Для проверки статистически значимой взаимосвязи между полученными в ходе исследования результатами был рассчитан коэффициент корреляции Спирмена. Расчет коэффициента корреляции Спирмена выявил статистически значимую положительную связь между суицидальными тенденциями и уровнем безнадежности, степенью одиночества и стремлением к сохранению жизни.

Таким образом, у респондентов с высоким уровнем суицидальных тенденций преобладают такие факторы риска как а) тяжелая степень безнадежности (55% респондентов); б) высокий уровень одиночества (75% респондентов); в) отсутствие осознанного стремления к сохранению жизни (60% респондентов). Результаты исследования позволяют выделить вышеуказанные факторы как факторы риска суицидальных тенденций у студентов колледжа.

Литература

1. Абдуллаева В. К. Анализ нозологической принадлежности суицидальных тенденций у подростков с депрессивной патологией / В. К. Абдуллаева, С. Б. Бабарахимова // Психические расстройства в условиях пандемии COVID-19: проблемы и перспективы: материалы научно-практической конференции (Тула, 16 октября 2020 г.) / под редакцией Д. М. Ивашиненко. Тула: Изд-во Тульс. гос. ун-та, 2020. С. 7–12.

RISK FACTORS FOR SUICIDAL TENDENCIES
IN COLLEGE STUDENTS

Alsykova Ayuna Valerievna

Master Student,

Dorzhi Banzarov Buryat State University

24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia

oiunaoiuna7@gmail.com

Abstract. The article presents the results of an experimental study of risk factors for suicidal tendencies in college students. The results of a psychodiagnostic study using the following methods are presented: the Hopelessness Scale (A. Beck), the Loneliness Scale (UCLA, version 3, D. Russell), the Sacks Levy “Unfinished Sentences” method and the “Feeling Good Index” method (WHO-5 Well-Being Index). The calculation of the Spearman correlation coefficient revealed a statistically significant positive relationship between suicidal tendencies and the level of hopelessness, the degree of loneliness, and the desire to save life. The results of the study allow us to identify the above features as risk factors for suicidal tendencies in college students.

Keywords: suicidal tendencies, risk factors, degree of hopelessness, level of loneliness, desire to save life, college students.

Научная статья
УДК 159.98

Особенности эмоционального выгорания современных учителей

© *Ангархаева Аяна Лопсоновна*

магистрант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
angarkhaeva97@mail.ru

© *Тудупова Туяна Цибановна*

кандидат психологических наук, доцент,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
tuyanatu@mail.ru

Аннотация. Статья посвящена психологической проблеме профессионального выгорания современных учителей. Справедливо подчеркивается, что профессия учителя является наиболее подверженной эмоциональному выгоранию. Результаты экспериментального исследования свидетельствуют о специфике профессионального выгорания современных учителей. Им характерен высокий уровень эмоционального истощения, деперсонализации и редукции личных достижений, невротичности, депрессивности, эмоциональной лабильности. Показано, что более высокий уровень профессионального выгорания свойственен учителям со стажем работы более 15 лет. В статье представлены результаты исследования взаимосвязи эмоционального выгорания со стажем профессиональной деятельности, а также даны краткие рекомендации для профилактики эмоционального выгорания.

Ключевые слова: учитель, профессиональное выгорание, эмоциональное выгорание, стаж профессиональной деятельности.

В каждой профессии и профессиональной деятельности наступает момент эмоционального выгорания. Особенное значение имеет профессия учителя, где от эмоционального здоровья преподавателя зависит не только психологическое состояние ребенка, но и его интерес к учебе. Если педагог находится на стадии эмоционального выгорания, он теряет энтузиазм к работе и перестает вносить новшество в преподавание и в учебный процесс. Профессия учителя из социально-экономических профессий является наиболее подверженной эмоциональному выгоранию. Причинами эмоционального выгорания учителей могут служить различные факторы, среди которых следует отметить такие, как: большое эмоциональное общение с людьми, которое приводит к эмоциональным перегрузкам организма; большая нагрузка в течение рабочего дня; высокая социальная значимость профессии, где учитель всегда должен соблюдать рамки этикета, морали и нести огромную ответственность за сказанные слова; неблагоприятные социальные условия работы; психологическая обстановка на рабочем месте и другие. Особо следует подчеркнуть такие факторы, которые можно назвать личностными, то есть они напрямую связаны с личностными умениями и психологической компетентностью самого учителя. Это умение производить психологическую разгрузку, умение переключаться от работы, умение регулировать свое эмоциональное состояние и другие. Зачастую несоответствие результатов к приложенным силам, а также тот факт, что учитель несет повышенную ответственность в выполнении своих профессиональных функций, влияет на эмоциональное выгорание современного учителя. Кроме того, современный педагог находится в постоянном напряжении и в силу того, что испытывает чувство вины. Например, перед учениками, потому что они не подготовлены в должной степени к уроку и в этом он видит свою вину, перед руководством (что, к примеру, не успевает выполнить всю документацию к данному времени), перед родителями. Эмоциональное выгорание приводит к потере энтузиазма к работе, то есть к снижению собственного участия к работе. У некоторых учителей начинается приглушение эмоций, пренебрежительное отношение к ученикам, родителям, коллегам и к самому себе. Притупляются ценностные ориентиры, теряется интерес ко всему и к жизни в целом.

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, синдром выгорания - это физическое, эмоциональное или мотивационное истощение, характеризующееся нарушением продуктивности в работе и усталостью, бессонницей, повышенной подверженностью соматическим заболеваниям.

Поэтому для профилактики эмоционального выгорания необходимо со стороны руководства предпринять все профилактические факторы для поддержания здорового уровня жизнедеятельности учителя. Это такие социальные факторы, как повышение заработной платы, сплоченность коллектива, инновационные технологии, повышение профессионализма педагога. Необходимо повышение личностных факторов, когда учитель знает, кто он и что он хочет; нужно наличие хобби и увлечений помимо работы и потребность в самореализации.

Таким образом профессия учителя очень значимая и необходимая для общества профессия. Учитель учит смотреть ребенка на мир широко и с энтузиазмом познавать науки и мир в целом. Хороший учитель становится для ученика другом, наставником, примером и помощником в жизни. Учитель должен знать и уметь выслушать и понять ученика найти к нему правильный подход также преподаватель должен обладать большой любовью к своему делу. Поэтому так важно проводить профилактику учителей от синдрома эмоционального выгорания.

Нами было проведено исследование особенностей эмоционального выгорания современных учителей. Гипотезы исследования состояли в предположениях о том, что эмоциональное выгорание педагогов характеризуется высоким уровнем эмоционального истощения, обесцениванием личных достижений, высоким уровнем невротичности, депрессивности, перепадами настроения, а также во влиянии стажа профессиональной деятельности на уровень сформированности профессионального выгорания педагогов. Нами был подобран диагностический инструментарий с целью диагностики профессионального выгорания (методика К.Маслач, С.Джексона), диагностики уровня профессионального выгорания (методика В.В.Бойко), определения психического выгорания (тест А.А. Руковишникова), выявления личностных факторов эмоционального выгорания (методика FPI). Всего в исследовании приняли участие 150 педагогов с разным стажем профессиональной деятельности.

Было выявлено, что у большинства педагогов сформирована фаза резистенции. Это свидетельствует о том, что им свойственны высокая выраженность сопротивляемости и развитие различных психологических защит. Тревожное психоэмоциональное состояние было выявлено у 18% педагогов. Данное состояние возникает под длительным воздействием различных психотравмирующих факторов, либо их усилением. Снижение эмоционального тонуса, истощение психических ресурсов было выявлено у 21% педагогов. Результаты исследования сформированности фаз синдрома эмоционального выгорания показали, что психоэмоциональное напряжение присутствует у трети учителей, принимавших участие в исследовании. В частности, фаза напряжения формируется у 32% учителей, участвующих в исследовании, фаза сопротивления – у 32%, и фаза истощения у 36% педагогов. Иными словами, повседневная профессиональная жизнь современных педагогов наполнена большим количеством стрессовых и конфликтных ситуаций.

Более 80% педагогов свойственны «экономия» своих эмоций в процессе межличностного общения. Они выборочно реагируют на ситуации и события профессиональной жизни, у них трудно обнаружить эмоциональный отклик на различные трудности и состояния учеников и коллег. Они меньше уделяют внимание партнерам по профессиональному взаимодействию. К сожалению, зачастую такую отстраненность педагога коллеги, ученики, родители, руководство рассматривают как неуважение, то есть подключается система нравственных оценок.

В результате исследования диагностики профессионального выгорания (методика К. Маслач, С. Джексона) было выявлено, что большинство респондентов (75% – 62 человека) имеют высокий уровень эмоционального истощения, высокий уровень деперсонализации характерен для 56% респондентов (46 человек), высокий уровень редукации личных достижений характерен для 48% респондентов (39 человек). По методике диагностики психического истощения (А.А. Руковишников) было выявлено, что для профессионального выгорания учителей характерен высокий уровень психоэмоционального истощения, личностного отдаления, индекса психического выгорания и низкий уровень профессиональной мотивации. Высокий уровень невротичности в соответствии с Фрайбургским многофакторным личностным опросником характерен для 67% респондентов (55 человек), депрессивности для 82% респондентов (67 человек), реактивной агрессивности для 20% респондентов (16 человек), эмоциональной лабильности для 56% респондентов (46 человек). Кроме того, результаты исследования показывают тот факт, что для профессионального выгорания учителей характерен высокий уровень депрессивности, эмоциональными перепадами настроения и средним уровнем агрессивности. Было выявлено, что у учителей со стажем более 15 лет уровень личностного отдаления, эмоционального

истощения и депрессивности выше, чем у учителей со стажем от 1–15 лет. Для проверки статистической значимости различий нами был рассчитан непараметрический U-критерий Манна-Уитни. Показатель уровня эмоционального истощения, личностного отдаления и депрессивности в группе учителей со стажем работы более 15 лет статистически значимо выше, чем в группе учителей со стажем работы от 1–15 лет.

Полученные результаты исследования продиктовали необходимость разработки практических рекомендаций с целью преодоления эмоционального выгорания педагогов.

Литература

- 1 Бабич О. И. Профилактика синдрома профессионального выгорания педагогов: диагностика, тренинги, упражнения / О. И. Бабич. Волгоград: Учитель, 2009. 122 с.
2. Водопьянова Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. Санкт-Петербург: Питер, 2008. 358 с.
3. Жданкина Н. В. Эмоциональное выгорание у учителей начальных классов. Волгоград, 2009.
4. Малиновская М. А. Профилактика профессионального выгорания у педагогов, работающих с детьми с ОВЗ и инвалидностью. Москва, 2020.
5. Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. Санкт-Петербург, 2005.
6. Зеер Э. Ф. Психология профессий. Екатеринбург, 1999. С. 45–54

FEATURES OF EMOTIONAL BURNOUT
OF MODERN TEACHERS

Angarkhaeva Ayana Lopsonovna

Master Student,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
angarkhaeva97@mail.ru

Tudupova Tuyana Tsibanovna

Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
tuyanatu@mail.ru.

Abstract. The article is devoted to the psychological problem of professional burnout of modern teachers. It is rightly emphasized that the teaching profession is the most prone to emotional burnout. The results of the experimental study testify to the specifics of the professional burnout of modern teachers. They are characterized by a high level of emotional exhaustion, depersonalization and reduction of personal achievements, neuroticism, depression, and emotional lability. It is shown that a higher level of professional burnout is characteristic of teachers with more than 15 years of experience. The article presents the results of a study of the relationship between emotional burnout and professional experience, as well as brief recommendations for the prevention of emotional burnout.

Keywords: teacher, professional burnout, emotional burnout, professional experience.

Научная статья
УДК 159.9.07

Формирование представлений о будущей профессии у студентов-психологов

© *Атриков Александр Николаевич*

магистрант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
atrikoff@mail.ru

© *Тудупова Туяна Цибановна*

кандидат психологических наук, доцент,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
tuyanatu@mail.ru

Аннотация. В статье поднимается проблема формирования представлений о будущей профессии. Отмечается, что формирование представлений о будущей профессии – сложный процесс, который требует осознанного подхода и активного участия как со стороны самого человека, так и со стороны окружающих его людей и общества в целом. Ключевую роль в создании у студентов - будущих психологов представлений об их будущем профессиональном пути играет формирование правильного понимания профессии психолога.

Ключевые слова: профессия, представления о будущей профессии, профессия психолога.

В психологической науке проблема формирования представлений о будущей профессии и мотивации при выборе профессии изначально актуальна и вызывает большой интерес. Эти вопросы рассматриваются в трудах таких исследователей, как Л. Н. Банникова, Ю. Р. Вишневский, О. В. Виштак, Б. С. Волков, Я. В. Дидковская, И. А. Жаркова, М. В. Певная, Я. М. Рощина и многих других.

В научной литературе существуют два подхода к изучению образа психолога. Первый фокусируется на формировании представлений о специалистах-психологах и их взаимодействии с другими профессиональными группами в общественном сознании. Второй подход направлен на анализ самой профессии психолога, включая мотивацию профессионального выбора, особенности профессиональной деятельности и личностные характеристики психологов.

Формирование представлений о профессии – это комплексный процесс, который включает в себя осознание, понимание и оценку различных аспектов профессиональной деятельности. Данный процесс начинается достаточно рано и продолжается на протяжении всей жизни человека.

Рассмотрим основные ключевые психологические факторы, которые влияют на формирование профессиональных представлений. На первый план выступают такие факторы, как образование и информация, связанная с профессией. Получение знаний о различных профессиях происходит через школьное образование, различные курсы, обучающие семинары, профессиональные мероприятия и литературу. При этом важно, чтобы информация была актуальной и разнообразной.

Важным фактором является личный опыт. В период профессионального становления важен как опыт родителей, родственников, так и знакомых в различных профессиях. Именно наблюдение, как за работой, так и обсуждение их опыта может сильно повлиять на выбор жизненного пути. Вдохновляющие примеры людей, достигших успеха в своей профессии, могут служить мотивацией и примером для подражания. Формирование представлений о профессии также зависит от личных интересов и склонностей человека. Важно, чтобы профессиональная деятельность соответствовала увлечениям и способностям.

Третий фактор связан с мероприятиями по профориентации. Различные программы профориентационного характера помогают молодым людям разобраться в своих интересах, способностях и вариантах профессий. Это может включать тесты на профессиональную пригодность, экскурсии на предприятия, беседы с профессионалами. Профессиональные консультанты могут помочь в выборе подходящей профессии, основываясь на индивидуальных особенностях и рынке труда.

В-четвертых, это социальные факторы. Иными словами, общество в целом и его ожидания, традиции и стереотипы могут оказывать значительное влияние на выбор профессии. Например, некоторые профессии могут считаться более престижными. Также следует выделить технологические изменения.

В современном мире развитие технологий постоянно меняет рынок труда, что также требует адаптации к новым профессиям и навыкам.

Отметим, что формирование представлений о профессии – это многосторонний процесс, который требует осознанного подхода и активного участия как со стороны самого человека, так и со стороны окружающих его людей и общества в целом. Формирование представлений о будущей профессии в целом и о профессии психолога, в частности, является важным процессом, который зависит от множества факторов, включая образовательные программы, социальные медиа, личный опыт и культурные нормы.

Особую значимость приобретает формирование правильного понимания профессии психолога, так как этот фактор играет ключевую роль в создании у будущих специалистов представления об их будущем профессиональном пути. Рассмотрим основные факторы, которые влияют на восприятие профессии психолога. Прежде всего, большое влияние оказывают образование и подготовка. Профессия психолога требует специального образования, которое включает как теоретическую базу, так и практические навыки. Это может быть бакалавриат и магистратура в области психологии, а также дополнительное обучение и стажировки. Иными словами, психолог — это специалист с глубокой подготовкой.

Другим важным фактором формирования представлений о профессии психолога являются виды деятельности. Психологи могут работать в самых разных сферах, включая клиническую психологию, педагогическую психологию, организационную психологию и др. Их роль может варьироваться от проведения диагностики и психотерапии до научных исследований и консультационной деятельности. Это многообразие создает разнообразные представления о профессии.

Третий фактор связан со средствами массовой информации. Кино, телевидение и литература часто формируют стереотипы о психологах, изображая их как людей, которые легко расшифровывают человеческую природу и могут мгновенно решить чьи-то проблемы. Это может, с одной стороны, как привлекать, так и, с другой стороны, отпугивать людей от профессии. В-четвертых, социальные стереотипы. Общество имеет определенные представления о психологах, нередко ассоциируя их с образом "человека в кресле", который ведет беседы и анализирует поведение. Это может создавать как положительный, так и отрицательный имидж в глазах людей.

Особо стоит отметить пятый фактор. Он связан с личным опытом и взаимодействием с психологами. Личный опыт взаимодействия с психологами (позитивный или негативный) также играет большую роль в формировании представлений. Люди, которые обращались за помощью к психологу и добились положительных результатов, чаще всего имеют позитивное отношение к этой профессии.

Культурные особенности – шестой фактор. В разных культурах понимание психологии как науки и профессию психолога может существенно различаться. В некоторых обществах профессия считается почетной и важной, в других — табуированной или недоступной.

Последний фактор – это профессиональные ассоциации и стандарты. Развитие профессиональных ассоциаций и внедрение стандартов качества в психологической практике также влияет на формирование представлений о профессии. Наличие сертификаций и лицензий повышает доверие к специалистам.

Результаты проведенного нами исследования специфики представлений о будущей профессии у студентов – будущих психологов, обучающихся на разных курсах, показал следующее. На первое место в списке приоритетов стоят престиж и известность будущей профессии, интерес к выбранной специальности, возможность устроиться на высокооплачиваемую работу после окончания обучения. Далее отмечают такие факторы, как интересная студенческая жизнь, рекомендация друзей, родителей, наличие хороших знаний по тому или иному предмету. Менее значимы следующие мотивы: желание приносить пользу обществу, возможность получить отсрочку от армии и др. Нами были разделены мотивы на три группы для того, чтобы показать отношение студентов к выбору специальности. То, что относится к первой группе, свойственно людям, которые серьезно берутся за выбор будущей профессии, они действительно понимают, что в дальнейшем могут работать именно по ней. Вторая группа мотивов показывает меньшую заинтересованность в выборе профессии, отсутствие ответственности за свое будущее. Третья группа мотивов показывает формальное отношение к выбору профессии. Подобный тип мышления относится к людям, которые не думают о своем будущем, а живут только настоящим.

Подытоживая, отметим, что формирование представлений о профессии психолога — это сложный и многогранный процесс, который во многом зависит от образовательных, социальных и культурных контекстов. Данный процесс начинается еще до поступления в университет и продолжается на протяжении всего обучения. Сначала студенты-психологи видят будущую профессию через призму в какой-то степени идеализированных представлений, однако по мере погружения в учебный процесс их представления о будущей профессии становятся более реалистичными и значимыми.

Литература

1. Абатаева П. Н. Психологическое сопровождение профессионального становления студентов / П. Н. Абатаева // Вестник Социально-педагогического института. 2023. № 3(47). С. 37–40.
2. Травинова Г. Н. Представления бакалавров психологического факультета о профессии психолога-консультанта / Г. Н. Травинова, С. Н. Толстикова // Антропологическая дидактика и воспитание. 2022. Т. 5, № 1. С. 200–208.

FORMATION OF IDEAS ABOUT THE FUTURE PROFESSION
AMONG PSYCHOLOGY STUDENTS

Atrikov Aleksandr Nikolaevich

Master Student,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
atrikoff@mail.ru

Tudupova Tuyana Tsibanovna

Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
tuyanatu@mail.ru

Abstract. The article raises the problem of forming ideas about the future profession. It is noted that the formation of ideas about the future profession is a complex process that requires a conscious approach and active participation both from the person himself and from the people around him and society as a whole. The key role in creating ideas about their future professional path in students — future psychologists is played by the formation of a correct understanding of the profession of a psychologist.

Keywords: profession, ideas about the future profession, profession of a psychologist.

Научная статья
УДК 159.923(045)

**Потребительское поведение в системе наук:
психологический аспект**

© *Бадмаева Наталья Цыденовна*

кандидат психологических наук, доцент,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
badmaevanc@gmail.com

© *Кутумов Александр Сергеевич*

аспирант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
E-mail: kutumov-aleksandr@mail.ru

Аннотация. В статье рассматривается социально-психологический подход к исследованию потребительского поведения в системе наук. Рассматриваются психологические механизмы в принятии потребительских решений. Обозначены актуальность и перспективы социальной психологии потребительского поведения. Акцентируется внимание на основных психологических факторах потребительского поведения: психических процессах и индивидуальных особенностях и свойствах личности. Подчеркиваются такие психологические факторы, как психоэмоциональное состояние человека, мотивационно-потребностная сфера, способы коммуникации и другие влияния внешней среды на человека, включая рекламу. Делается вывод о том, что вопросы, связанные с изучением потребительского поведения, как особого вида социального поведения, находятся в компетенции не только социальной психологии, но и самых различных отраслей психологии.

Ключевые слова: потребительское поведение, потребительские решения, мотивы, потребности, предпочтения, психологические механизмы.

Психология потребительского поведения представляет собой особую отрасль исследований, в рамках которых изучаются психологические закономерности поведения потребителей и их отношение к товарам и услугам. Но само поведение потребителей стало изучаться гораздо раньше, чем существует наука «психология потребительского поведения», ведь потребление – это вид экономической деятельности, с которым связана практически вся история человечества. Во многом вопросы поведения потребителей стали актуальны в момент формирования массового производства и развития рыночных отношений. С самого начала поведение потребителей изучалось в русле самых разных научных направлений, в связи с чем в настоящее время остро стоит вопрос определения места психологии потребительского поведения в системе наук.

По мнению Т. В. Фоломеевой [5], в современном мире потребление рассматривается как неотъемлемая часть культуры и общественных отношений. Она пишет, что изначально вопросы потребительского поведения разрабатывались в фундаментальной экономической науке. В дальнейшем проблема развивалась в направлении прикладных маркетинговых исследований. Но со временем вопросы поведения потребителей вышли за рамки экономики и маркетинга. Большую роль начал играть психологический аспект, изучаемый в различных отраслях психологии, а также других гуманитарных наук. В. О. Покуль [3] также предлагает рассматривать потребительское поведение в качестве объекта научного анализа в экономических, социальных и гуманитарных исследованиях.

Тем не менее, особую роль в изучении поведения потребителей Т. В. Фоломеева [2] придает социально-психологическому подходу, тем самым ставя во главу угла именно социальную психологию. В ней, как отмечает автор, потребительское поведение выступает предметом как прикладных, так и фундаментальных психологических исследований.

В рамках экономической психологии О. С. Дейнека [1] рассматривает также такие психологические факторы потребительского поведения, как иррациональное и рациональное в экономическом мышлении, когнитивные, аффективные, мотивационные факторы, факторы выбора и принятия потребительских решений и другие психологические механизмы экономического поведения.

По мнению О. С. Посыпановой [4], психология потребительского поведения – лишь один аспект поведения потребителя как феномена, который, в свою очередь, изучается социологией. В данном случае здесь говорится о понятии, изучаемом социологической наукой, но также говорится о том, что поведение потребителей необходимо исследовать и через призму психологической науки. Поэтому О. С. Посыпанова рассматривает психологию потребительского поведения как психологический аспект социологического явления. В то же время автор утверждает, что психологию потребительского поведения нужно рассматривать как в социальной, так и экономической психологии. Таким образом, О.С. Посыпанова определяет социальную и экономическую психологию как разделы, между которыми психология поведения потребителей находится посередине.

В рамках социальной психологии потребительское поведение рассматривается как научно-исследовательская проблема, требующая изучения вопросов самой сущности потребительского поведения, психологических детерминант и психологических закономерностей его развития, разработки основных принципов и методов его диагностики и многое другое. Поэтому, как отмечает Т. В. Фоломеева, «...проблема потребительского поведения исторически вышла из экономических наук, но на текущий момент ключевым является социально-психологический подход» [5, с. 145].

В социальной психологии существуют различные категории и понятия, которые составляют основу феноменов в потребительском поведении. Например, в рамках социальной психологии потребительское поведение соотносится с процессами принятия решения, то есть осуществления потребительского выбора. При этом необходимо учитывать отношение к выбираемому товару с учетом индивидуальных особенностей потребителя, как индивида, а также потребительские предпочтения различных больших и малых социальных групп.

Индивидуально-личностные особенности потребителя включают в себя пол, возраст, гендерную принадлежность, привычки, психоэмоциональное состояние и настроение в данный момент, а также мотивационно-волевые черты, коммуникативные факторы (маркетинговые коммуникации, межличностные коммуникации, стиль общения), соотношение эмоциональных и рациональных черт в профиле личности и многое другое.

Согласно многим психологическим концепциям в основе приобретения индивидом товаров и услуг, в первую очередь, лежат личностные мотивы индивида, а также стремление к удовлетворению имеющихся потребностей. Поэтому основную роль при осуществлении выбора товаров и услуг потребителем отводится его потребностям и возможности их удовлетворения, причем потребности могут быть самые разные, но алгоритм их удовлетворения происходит примерно одинаково.

Таким образом, прямой причиной принятия решения является мотив, как некий предмет или явление, придающее смысл достижению цели. Например, такое чувство как голод – это потребность, а желание поесть – это мотив, то есть побуждение к действию. К приобретению товаров или услуг могут побудить человека самые разные мотивы, начиная с эстетических до самых утилитарных, мотивы самоутверждения, достижения успеха, престижа и долга и т. д.

Теории мотивации в психологии рассматривают принципы, на которых основываются потребности человека и их эволюция. Потребитель имеет определенные желания, которые можно рассматривать как разного рода мотивы, побуждающие человека к действиям. А. Маслоу, автор мотивационной теории потребностей, сделал следующие выводы: человек всегда ощущает потребность в чем-либо; потребности объединяются в группы, которые располагаются иерархически; удовлетворенная потребность замещается неудовлетворенной; обычно человек имеет несколько потребностей, взаимодействующих между собой; сначала он стремится удовлетворить физиологические – жажда, голод; кроме того, человек нуждается в безопасности, принадлежности, уважении, а также испытывает познавательные, эстетические потребности и, наконец, потребность в самоактуализации. Разработанная А. Маслоу «пирамида» потребностей, отражает эти перечисленные постулаты.

Все процессуальные и содержательные теории мотивации включают в себя осознание человеком причастности к какому-то делу, в частности занимаются вопросами о том, как побудить его к действию. Процессуальная мотивация направлена на то, чтобы заставить индивида действовать. Содержательные теории направлены на моральную составляющую мотивов, например, иерархию потребностей Маслоу или приобретенные потребности Мак-Клелланда. То есть, там, где есть потребность, всегда будет нужна и мотивация, как психофизиологический процесс побуждения к действию, который подтолкнет индивида к принятию решения или к какому-либо действию.

В. О. Покуль в своей статье [3] провел анализ исследований разных авторов и выделил наиболее важные аспекты в психологии потребительского поведения. Так, например, по мнению М. Люшера, А. М. Эткинды, Е. Ф. Бажина, предпочтение того или иного цвета связано с моделью поведения человека. Эти авторы делают вывод о том, что таким образом можно предсказать реакцию человека или его поведение как покупателя в той или иной ситуации выбора в зависимости от цветовых предпочтений. Также подчеркивает взаимосвязь предпочитаемых цветов с поведенческой реакцией людей П. В. Яньшин [4]. По мнению же авторов, Ф. Котлера и К. Л. Келлера, «...покупка начинается с того, что покупатель осознает проблему и нужду» [2, с. 199].

Таким образом, к основным психологическим факторам потребительского поведения относятся психические процессы и индивидуальные особенности и свойства личности. Кроме того, к психологическим факторам можно отнести психоэмоциональные состояния человека, мотивационно-потребностную сферу, способы коммуникации и другие влияния внешней среды на человека, включая рекламу, то есть все, что, по мнению Т. В. Фоломеевой, «затрагивает покупателя, как индивида и личность» [5, с. 146]. Немаловажное значение имеют предпочтения потребителей, их вкусы и ожидания, а также цели приобретения тех или иных товаров и услуг. Поэтому перечисленные выше вопросы, связанные с изучением потребительского поведения, как особого вида социального поведения, находятся в компетенции не только социальной психологии, но и самых различных отраслей психологии.

Литература

1. Дейнека О. С. Экономическая психология: учеб. пособие / О. С. Дейнека. Санкт-Петербург: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2000. 160 с.
2. Котлер Ф. Маркетинг менеджмент / Ф. Котлер, К. Л. Келлер. Санкт-Петербург: Питер, 2012. 12-е изд. 816 с.
3. Покуль В. О. Поведение потребителей как объект междисциплинарных исследований: обзор научных взглядов и концепций / В. О. Покуль // Человек. Общество. Управление. 2018. Т. 19, № 1. С. 117–126.
4. Посыпанова О. С. Экономическая психология: психологические аспекты поведения потребителей: монография / О. С. Посыпанова. Калуга: Изд-во КГУ им. К. Э. Циолковского, 2012. 296 с.
5. Фоломеева Т. В. Социально-психологический подход к исследованию потребительского поведения / Т. В. Фоломеева // Вестник Московского университета. Сер.14. Психология. 2012, № 1.
6. Яньшин П. В. Эмоциональный цвет. Эмоциональный компонент в психологической структуре цвета / П. В. Яньшин. Самара: Изд-во СамГПУ, 1996. 218 с.

CONSUMER BEHAVIOR IN THE SYSTEM OF SCIENCES: PSYCHOLOGICAL ASPECT

Badmaeva Natalya Tsydenovna

Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
badmaevanc@gmail.com

Kutumov Alexander Sergeevich

Research Assistant,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
kutumov-aleksandr@mail.ru

Abstract. The article deals with the socio-psychological approach to the study of consumer behavior in the system of sciences. Psychological mechanisms in making consumer decisions are considered. The relevance and prospects of the social psychology of consumer behavior are indicated. Attention is focused on the main psychological factors of consumer behavior: mental processes and individual characteristics and personality traits. Such psychological factors as the psycho-emotional state of a person, the motivational-required sphere, methods of communication and other influences of the external environment on a person, including advertising, are emphasized. It is concluded that issues related to the study of consumer behavior, as a special type of social behavior, are within the competence not only of social psychology, but also of various branches of psychology.

Keywords: consumer behavior, consumer decisions, motives, needs, preferences, psychological mechanisms.

Научная статья
УДК 159.955

**О психическом, психологическом здоровье и безопасности личности
в условиях современных кризисов**

© *Баннова Алина Алексеевна*

студент,
Иркутский государственный университет
Россия, 664003, г. Иркутск, ул. Карла Маркса, 1
bannovaa05@mail.ru

Аннотация. Поднимается актуальная проблема психического и психологического здоровья, а также безопасности личности в условиях современных кризисов. Подчеркивается необходимость внедрения программ психологической поддержки и просвещения с целью укрепления чувства безопасности.

Ключевые слова: психическое здоровье, психологическое здоровье, безопасность личности, кризисы современного мира.

В условиях современных кризисов психическое и психологическое здоровье и безопасность личности оказываются под значительной угрозой. Глобальные вызовы, такие как экологические, демографические, геополитические и этнические кризисы, а также моральные дилеммы, образуют среду, которая создает эмоциональное напряжение и провоцирует хронический стресс. Это ведет к многократному увеличению случаев психических расстройств. Интенсивные информационные потоки и социальные изменения, происходящие с небывалой скоростью, также вносят свой вклад в ухудшение психологического благополучия. Информационная борьба за внимание людей, наряду с угрозой духовно-нравственного выгорания, приводит к ощущению внутренней пустоты и неуверенности в будущем. Пандемия COVID-19 и последующие политические изменения в обществе также вызвали множество психологических эффектов. Люди испытывают страх, тревогу, апатию и другие эмоциональные расстройства.

Современное научное сообщество психологов активно исследует причины и последствия этих кризисов для психического здоровья человека. Научные изыскания направлены на выявление механизмов, вызывающих эмоциональную нестабильность, и разработку стратегий, способных укрепить психологическую устойчивость и адаптивные возможности личности, так как психическое и психологическое здоровье являются базисными аспектами ее благополучия. Это влияет на то, как человек справляется со стрессом, эмоциональными переживаниями, взаимодействует с другими людьми и принимает решения.

Обеспечение психического и психологического здоровья и безопасности требует комплексного подхода, включающего социальную поддержку, развитие навыков стресс-менеджмента, доступ к качественной психологической помощи и создание благоприятных условий для личностного роста и самореализации. Только путем интеграции этих мер можно достичь устойчивого психологического здоровья в условиях современных глобальных вызовов.

Ощущение безопасности является одним из ключевых аспектов благополучия человека как на внешнем, так и на внутреннем уровне. Во внешнем окружении это ощущение обеспечивает чувство защищенности от различных угроз и опасностей извне, таких как физическая опасность, военные конфликты, преступность, природные катастрофы и другие внешние факторы. На внутреннем уровне ощущение безопасности связано с эмоциональной стабильностью, психологическим комфортом и уверенностью в своих собственных способностях и возможностях. Это позволяет человеку чувствовать себя защищенным и уверенным в своем будущем. По утверждению А. Маслоу, потребность в безопасности занимает одно из ключевых мест в его иерархии потребностей. «Без удовлетворения этой потребности гармоничное развитие и самореализация личности становятся невозможными» [11, с. 400].

В современных научных исследованиях термин «безопасность» используется весьма часто. Авторы неоднократно выделяют различные аспекты безопасности, такие как информационные, национальные, безопасность жизнедеятельности и труда. В этом контексте также затрагивается понятие психологической безопасности, которое обычно определяется как чувство защищенности сознания [12, с. 330].

Как отмечает Л. В. Лобанова, в наше время наблюдается достаточно быстрое становление и развитие новой области в психологии — психологии безопасности. Данное направление разрабатывает теоретические и практические программы, направленные на обеспечение психологической безопасности в различных социальных условиях. Истоки этого направления можно проследить до последних десятилетий XX века, когда начали проводиться систематические исследования психологических аспектов безопасности человека [10, с. 12]. Большинство этих исследований были проведены российскими авторами. Так, С. К. Рощин и В. А. Соснин исследовали психологическую безопасность как уровень улучшения условий жизни человека. Г. В. Грачев и И. К. Мельников акцентировали внимание на информационной составляющей психологической безопасности, защите от информации. М. А. Котик фокусировался на проблемах психологической безопасности военнослужащих, а И. А. Баева изучала обеспечение психологической безопасности в образовательных учреждениях [9, с. 182]. Эти работы внесли значительный вклад в понимание и развитие психологии безопасности.

Психологическая безопасность имеет множество аспектов. Т. С. Кабаченко видит ее как состояние среды, не нарушающее целостность и адаптивность социальных субъектов [6, с. 147]. Т. М. Краснянская считает, что она связана с контролем внутреннего и внешнего мира для достижения целей [8, с. 378]. И. А. Баева выделяет безопасность среды и личности, акцентируя внимание на совместной деятельности и адаптации в среде. Под психологической безопасностью личности понимается «способность личности сохранять устойчивость в среде, в том числе, с психотравмирующими воздействиями, ее сопротивляемость деструктивным внутренним и внешним воздействиям, которая отражается в переживании своей защищенности / незащищенности в конкретной ситуации жизни» [3, с. 192].

Психологическая безопасность личности является основополагающим аспектом формирования стабильной и здоровой психики. Различные исследования подтверждают, что это явление оказывает значительное влияние на разные аспекты жизни индивида и его общественную активность.

Прежде всего, психологическая безопасность создает благоприятные условия для развития личности. Чувство защищенности стимулирует человека осваивать новые навыки, адаптироваться к переменам и успешно решать жизненные задачи. Уверенность в собственных силах и способностях содействует личностному росту и самореализации.

Важным аспектом психологической безопасности является ее роль в поддержании психического здоровья. Она помогает поддерживать эмоциональную стабильность, снижает уровень стресса и тревожности, а также формирует позитивное отношение к себе и к окружающему миру. Это создает условия для ощущения уверенности, спокойствия и благополучного преодоления жизненных трудностей.

Помимо этого, психологическая безопасность содействует удовлетворению потребностей и достижению жизненных целей. Человек, чувствуя себя защищенным, может комфортно себя ощущать в окружающей среде и иметь психологические ресурсы для реализации своих потребностей и стремлений.

Это явление также проявляется в различных сферах жизни, включая взаимоотношения с другими людьми, работу, семейные отношения и т. д. Обеспечение психологической безопасности может быть активным или пассивным и требует развития определенных личностных качеств, таких как предвидение событий, стрессоустойчивость и способность к саморегуляции.

Наконец, следует подчеркнуть, что психологическая безопасность имеет свои особенности на разных этапах жизни человека и связана с преодолением различных жизненных кризисов и вызовов. Она помогает справиться с конфликтами, потерями, адаптироваться к изменяющимся условиям и сохранять психологическое равновесие в различных ситуациях.

Для решения проблем психологической безопасности в образовательной среде целесообразно применять специальные программы и методики оценки индивидуальных особенностей личности, а также проводить коррекционную и профилактическую работу, адаптируя ее под индивидуальные черты характера каждого человека. Кроме того, важно сосредоточиться на улучшении межличностного взаимодействия и обучении социальным навыкам всех участников образовательного процесса [4, с. 16].

Мною было проведено исследование с целью определения уровня психологической безопасности в учебном коллективе. Для проведения эмпирического исследования использовались несколько психодиагностических методик. Была применена анкета «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды», которую разработала И. А. Баева, и методика диагностики иррациональных установок, созданная А. Эллисом.

Анкета «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды» направлена на изучение различных аспектов психологической безопасности в образовательной среде. Она включает в себя десять вопросов, на которые респонденты должны ответить, выбрав один из предложенных вариантов.

Анкета И. А. Баевой включает вопросы, представленные в виде таблиц [2, с. 280]. Одна из таблиц представляет студентам возможность оценить пять основных характеристик образовательной среды университета по пятибалльной шкале. Эти характеристики оцениваются по степени удовлетворенности, варьирующейся от «в очень большой степени» до «совсем нет». Кроме того, студентам предоставляется возможность оценить свою удовлетворенность пребыванием в университете по девятибалльной шкале от 0 до 9. Во второй таблице учащимся предлагалось оценить уровень защищенности в университете, используя шкалу, включающую пять уровней: «полностью незащищен», «незащищен», «затрудняюсь сказать», «защищен», «вполне защищен».

Исследование было проведено со студентами 1 курса Иркутского государственного университета, факультета психологии, профиль «Психологическое сопровождение личности». Исследование включало две анкеты, каждая из которых имела свою цель. Первая анкета была направлена на выявление уровня ощущения психологической безопасности среди участников. Вторая анкета исследовала причины наличия или отсутствия этого чувства безопасности.

Результаты исследования показали следующее:

- только 35% респондентов сообщили, что чувствуют себя психологически безопасно в определенных ситуациях образовательного процесса;
- 65% участников отметили, что за последний год их чувство психологической безопасности снизилось или было утрачено.

Исследование, проведенное среди студентов 1 курса одной группы, не может констатировать состояние всех первокурсников вуза, однако оно помогло выявить тревожные тенденции в отношении психологической безопасности респондентов, что влияет на их психическое и психологическое здоровье. Можно предположить, что уровень безопасности у студентов снизился из-за резких перемен в жизни и в связи с напряженной социально-политической обстановкой в обществе. Эти данные подчеркивают необходимость усиления мер по поддержке психологической безопасности обучающихся. Важно не только идентифицировать причины этого явления, но и активно работать над созданием условий, способствующих восстановлению и укреплению чувства безопасности. Внедрение программ психологической поддержки и просвещения о методах создания внутренней психологической безопасности может стать ключевым шагом в этом направлении.

Литература

1. Баев Н. Н. Психологические ресурсы защищенности студентов как показатель психологической безопасности личности / Н. Н. Баев, И. А. Баева // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2013. № 1. URL: https://psyjournals.ru/journals/psyedu/archive/2013_n1/psyedu_2013_n1_59061.pdf (дата обращения: 20.05.2024).
2. Баева И. А. Психология безопасности как теоретическая основа гуманитарных технологий в социальном взаимодействии / под редакцией И. А. Баевой. Санкт-Петербург, 2017. 288 с.
3. Баева И. А. Общепсихологические категории в пространстве образовательной среды / И. А. Баева. Москва, 2008. 192 с.
4. Баева И. А. Психологическая характеристика образовательной среды: диагностика и оценка / И. А. Баева // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2012. № 3. Т. 2. С. 16–25.
5. Гаязова Л. А. Личностные особенности пожилого человека, обеспечивающие его защищенность от психологического насилия в ближайшем социальном окружении: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13. Санкт-Петербург, 2007. 163 с.
6. Кабаченко Т. С. Психология управления: учебное пособие / Т. С. Кабаченко. Москва, 2000. 384 с.
7. Кондакова И. В. Личностные ресурсы психологической защищенности взрослых, переживших насилие в детстве: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13. Санкт-Петербург, 2012. 195 с.
8. Краснянская Т. М. Психология самообеспечения безопасности: феноменология, механизмы, стратегии: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.01. Таганрог, 2016. 373 с.
9. Лаптева В. Ю. Психологические особенности подростков с разным уровнем защищенности от психологического насилия в образовательной среде: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13. Санкт-Петербург, 2010. 182 с.
10. Лобанова А. В. Изучение факторов, обеспечивающих психологическую безопасность личности подростков / А. В. Лобанова, Л. С. Музыченко // Известия ТулГУ. Гуманитарные науки. 2012. № 2. С. 12–18.
11. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. Санкт-Петербург, 2001. 478 с.

12. Шлыкова Н. Л. Психологическая безопасность субъекта профессиональной деятельности: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.13. Москва, 2014. 332 с.

ON MENTAL, PSYCHOLOGICAL HEALTH AND PERSONAL SAFETY
IN THE CONTEXT OF MODERN CRISES

Bannova Alina Alekseevna
Student,
Irkutsk State University
1 Karl Marx St., 664003 Irkutsk, Russia
bannovaa05@mail.ru

Abstract. The article raises the urgent problem of mental and psychological health, as well as personal security in the context of modern crises. The need to implement psychological support and education programs in order to strengthen the sense of security is emphasized.

Keywords: mental health, psychological health, personal security, crises of the modern world.

Научная статья
УДК 159.923(045)

**Из опыта работы по профилактике буллинга и создания безопасной среды
в образовательных организациях**

© *Боенкина Елена Алексеевна*

кандидат психологических наук,
ведущий специалист отдела образования
администрации Бакчарского района Томской области
Россия, 636200, Томская область, с. Бакчар, ул. Ленина, 53
elboen@mail.ru

Аннотация. Профилактика буллинга и насилия остается актуальной проблемой в образовательных организациях и требует принятия не только организационно-управленческих мер, но и проведения информационно-просветительских мероприятий на уровне муниципалитета и образовательной организации. В статье представлен опыт работы по созданию безопасной среды и профилактике буллинга в образовательных организациях Бакчарского района. Делается вывод о том, что деятельность по профилактике буллинга, как и в целом, по созданию безопасной среды будет более эффективной, если ее проводить организованно, систематически, комплексно, с учетом междисциплинарного подхода, объединяя усилия, как административных органов, так и специалистов разного профиля.

Ключевые слова: профилактика буллинга, информационно-просветительские мероприятия, организационно-управленческие меры, служба медиации.

Буллинг – это форма насилия, психологического и/или физического, он имеет крайне негативные (краткосрочные и долгосрочные) последствия не только для жертвы, но и для всех вовлеченных в него лиц, для их психологического и физического здоровья и развития [1]. Поэтому профилактика данного явления актуальна в современных образовательных условиях.

Многие часто задаются вопросом, можно ли полностью искоренить буллинг? Исследования показывают, что даже при наличии регулярных и систематических усилий образовательной организации по борьбе с буллингом, всегда остается небольшой процент распространенности этого явления.

Поэтому задача образовательных организаций проводить систематическую, планомерную работу, чтобы все обучающиеся, и прежде всего буллеры, чувствовали твердую позицию всех взрослых.

Практика показывает, что образовательная организация может стать безопасным в психологическом и физическом планах пространством для учебы и развития только при условии, если она сама несет ответственность за порядок в ее стенах. Педагогический коллектив, все взрослые отвечают за то, чтобы в образовательной организации не было насилия и буллинга. В образовательной организации должна быть разработана собственная модель противодействия буллингу и обеспечения безопасности.

На наш взгляд, при разработке такой модели необходимо учитывать следующее:

1. **Системность** (планирование и реализация работы **на трех уровнях**: образовательная организация, класс, отдельный ученик).

2. Каждая образовательная организация уникальна, поэтому задача каждой школы – разработать **свой уникальный план противодействия** травле на почве той реальности, с которой она сталкивается.

3. Необходим **долгосрочный, постоянный характер работы** – как часть уклада образовательной организации.

4. **Повышение квалификации** всех взрослых, работающих в школе [1].

Таким образом, необходимо реализовать комплекс организационно-управленческих и информационно-просветительских мер (по выявлению случаев насилия и буллинга, реагированию на них и профилактике). Эти меры разрабатываются и осуществляются руководством ОО, учителями в сотрудничестве с учащимися, родителями, вышестоящими организациями.

Организационно-управленческие меры:

Анализ ситуации в каждой ОО с обеспечением безопасности и здорового социально-психологического климата.

- Разработка нормативных актов, алгоритмов действий, правил, инструкции, назначение ответственных лиц.
- Разработка и реализация плана мероприятий по противодействию насилию и буллингу.
- Организация службы поддержки в ОО, установление контактов с партнерскими организациями и специалистами для оказания помощи лицам, вовлеченным в ситуацию буллинга [1].

Информационно-просветительские меры:

Их цель – повышение осведомленности всех участников образовательных отношений о природе буллинга, его негативных последствиях, обучение способности быстро выявлять и эффективно противодействовать ему. Такими мерами могут быть:

- Обучение всех работающих в образовательной организации по вопросам выявления случаев насилия и буллинга и адекватного реагирования на них.
- Обучение учащихся знаниям и навыкам, необходимым для распознавания проявлений буллинга и насилия и своевременного и адекватного реагирования на них.
- Информирование, обучение и консультирование родителей.
- Создание и распространение информационных материалов, проведение мероприятий в целях профилактики буллинга и насилия.

Учитывая все вышесказанное, на уровне муниципалитета были организованы и проведены следующие мероприятия:

- Семинар–совещание для руководителей, заместителей руководителей и педагогов «Создание безопасной среды в образовательных учреждениях».
- Совещание для руководителей и заместителей руководителей «О мерах по противодействию буллингу в образовательных учреждениях».
- Совещание для руководителей и зам. руководителей «Профилактика суицидального поведения детей в образовательных организациях».
- Муниципальный обучающий семинар «Профилактика и создание безопасной образовательной среды».
- Муниципальный семинар-практикум «Основные ошибки взрослых в ситуациях буллинга детей. Алгоритм действий».
- Также были организованы и проведены 2 муниципальных Недели психологии:
 - ✓ С 13 по 17 декабря 2021 г. «Путь к гармонии», в которой приняли участие 1381 ребенок, 136 педагогов, 348 родителей, проведено 189 мероприятий.

• И в апреле 2022 г. прошла «Неделя психологии», основная цель которой – создание условий для реализации мероприятий, обеспечивающих формирование стрессоустойчивости у детей.

• С 17 по 31 января 2022 проведен заочно-дистанционный конкурс «Будь здоров!» на базе МБОУ «Парбигская СОШ им. М.Т. Калашникова» с целью создания в образовательных учреждениях Бакчарского района комфортных, безопасных условий для сохранения и укрепления психологического здоровья детей, способствующих их личностному росту, профилактике деструктивного поведения, повышению психологической и коммуникативной культуры всех участников образовательных отношений. В конкурсе приняли участие 126 обучающихся из 5 образовательных организаций Бакчарского района.

В рамках информационно–просветительской работы проведены следующие мероприятия:

- С января 2020 года ежемесячно выпускается психолого-педагогическая газета для педагогов и родителей «Мы вместе»
- Созданы разделы «Психолого-педагогическое сопровождение», «Профилактика» на сайте Отдела образования Бакчарского района.
- Специалисты повышают квалификацию на различных курсах, вебинарах, семинарах.
- На сайтах образовательных организаций и на информационных стендах размещены брошюры, листовки, памятки по профилактике буллинга для детей, родителей (законных представителей), педагогов.
- Размещена информация о деятельности «Детского телефона доверия».

- В рамках деятельности школьных служб примирения (медиации) были приняты следующие меры:

1. В образовательных организациях доработаны нормативные документы, регламентирующие деятельность служб медиации и примирения.

2. Организована и проведена работа по информированию детей, педагогов и родителей о деятельности школьных служб медиации в образовательных организациях Бакчарского района (обновлены информационные стенды; информация о службах медиации и примирения размещена в родительских чатах, доведена на родительских собраниях, во время индивидуальных бесед).

3. Информация о службах медиации размещена на сайтах всех школ.

Всего в общеобразовательных организациях Бакчарского района работает 8 служб медиации и примирения (22 педагога, 35 обучающихся, 2 родителя). Количество случаев (конфликтов) в общеобразовательных организациях, в работе с которыми были применены процедуры медиации за прошедший год – 23.

Количество проведенных просветительских мероприятий медиативной направленности в общеобразовательных организациях – 73 (из них, с обучающимися – 48; с педагогическим составом – 8 и с родителями – 17).

В региональном конкурсе «Скажи буллингу НЕТ!» (учрежденный Уполномоченным по правам ребенка в Томской области) учащиеся МКОУ «Вавиловская СОШ» в номинации «Видео» в возрастной категории «12–15 лет» заняли I место. Также приняли участие в данном конкурсе обучающиеся «Парбигская СОШ им. М.Т. Калашникова».

В рамках межведомственного взаимодействия:

Были организованы встречи родителей с представителем Православной Церкви – настоятелем протоиереем Святославом Тимофеевым в храме Успения Божией Матери.

- Проведены встречи обучающихся с представителями культуры, здравоохранения, специалистами Администрации Бакчарского района (экскурсии, мастер-классы, концерты).

В работе с обучающимися были использованы следующие формы и методы:

- Информационно-просветительская работа (классные часы: «Ребята, давайте жить дружно!», «Детский телефон доверия», «Психологическая помощь», «Толерантность – путь к миру», «Уроки доброты», беседы; изучение брошюры для школьников «Скажи буллингу нет»; информационный стенды; памятки).

- Профилактические мероприятия, направленные на формирование у детей позитивного мышления, принципов здорового образа жизни, конструктивного мышления, навыков самоконтроля, снятия напряжения (акции, флешмобы, тренинги, коллективные творческие дела, клубные часы).

- Диагностическая работа: выявление проблем ребенка, особенностей личности, уровня агрессии, тревожности, самооценки, коммуникативности ребенка, его отношения к родителям и т.д.

- Коррекционно-развивающая работа с детьми (беседы; консультации; занятия; тренинги: «Учимся управлять своими эмоциями», «Как справиться с гневом»; тематическое рисование; классные часы; общешкольные квесты; конкурсы; выставки достижений; чтение и обсуждение книг; просмотр и обсуждение фильмов; написание сочинений; эссе; театрализованные постановки).

- Повышение медиаграмотности детей, формирование умения самостоятельно противостоять современным вызовам и угрозам: манипулированию, вовлечению в негативные сообщества в сети Интернет (приняли участие во Всероссийском мероприятии «Единый урок по безопасности в сети Интернет», Всероссийском образовательном проекте «Урок цифры»).

- Поддержка высокой социальной активности школьников во внеурочной деятельности, привлечение к активным формам досуга, творческой, общественной, социально значимой деятельности.

- Оказание индивидуальной адресной помощи.

Всего проведено для детей 129 мероприятий, общее количество детей, принявших участие в мероприятиях – 1077.

В рамках работы с педагогами и родителями:

Проводились тематические консультации; педсоветы; изучение брошюры для педагогов «Школьный буллинг: как определить, остановить, предотвратить»; МО; решение кейсов (ситуационных задач).

- Индивидуальные консультации, круглые столы для педагогов.

- Родительские собрания и лектории на различные темы: «Роль службы медиации», «Три способа общаться с подростками в конфликтной ситуации», «Буллинг – это не детская шалость», «Что такое буллинг, чем он опасен и как с ним бороться», «Школьная травля или буллинг», «Буллинг в школьной среде», «Буллинг в школе. Причины, профилактика, помощь», «Школьная травля или буллинг. Кибербуллинг. Как помочь ребенку», «Ваш ребенок подросток – будьте внимательны. Деструктивное поведение» и др.

Общее количество мероприятий, направленных на профилактику буллинга для родителей – 31, общее количество родителей, принявших участие в профилактических мероприятиях – 760.

Количество мероприятий, направленных на профилактику буллинга для педагогов – 12, количество педагогов, принявших участие в профилактических мероприятиях – 164.

Таким образом, наша основная задача, чтобы каждый ребенок чувствовал себя комфортно и безопасно в любой образовательной организации. Деятельность по профилактике буллинга, как и в целом, по созданию безопасной среды будет более эффективной, если ее проводить организовано, систематически, комплексно, с учетом междисциплинарного подхода, объединяя усилия, как административных органов, так и специалистов разного профиля.

Литература

1. URL: https://firo.ranepa.ru/files/docs/16-11_bullying.pdf (дата обращения: 13.08.2022).

FROM EXPERIENCE IN BULLYING PREVENTION AND CREATING A SAFE ENVIRONMENT IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Boenkina Elena Alekseevna

Cand. Sci. (Psychology),

Leading Specialist of Education Department

Administration of the Bakcharsky district of the Tomsk region

Russia, 636200, Tomsk region, p. Bakchar, st. Lenina, 53

elboen@mail.ru

Abstract. Prevention of bullying and violence remains an urgent problem in educational organizations and requires the adoption of not only organizational and managerial measures, but also awareness-raising activities at the level of the municipality and educational organization. The article presents the experience of creating a safe environment and preventing bullying in educational institutions of the Bakcharsky district. It is concluded that bullying prevention activities, as well as in general, to create a safe environment, will be more effective if it is carried out in an organized, systematic, comprehensive manner, taking into account an interdisciplinary approach, combining the efforts of both administrative bodies and specialists of various profiles. .

Keywords: bullying prevention, awareness-raising activities, organizational and managerial measures, mediation service.

Научная статья
УДК 316. 6

**К вопросу о взаимосвязи ценностных ориентаций
и информационно-психологической безопасности личности**

© *Воронин Александр Юрьевич*

преподаватель,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
voron-s_post@mail.ru

Аннотация. В статье поднимается проблема влияния современных средств массовой коммуникации на личность и общество, рассматриваются основные негативные последствия такого влияния. Подчеркивается возрастающая роль средств массовой коммуникации в жизни современного человека, интенсивность информационного воздействия на личность. И как следствие, необходимость противодействия негативным факторам информационной среды, необходимость обеспечения информационно-психологической безопасности личности. В статье рассматриваются подходы различных авторов к аспектам проблемы информационно-психологической безопасности. Информационно-психологическая безопасность понимается как часть более широкого понятия – безопасности личности. Как безопасность личности вообще, так и информационно-психологическая безопасность, в частности, обеспечивается, с одной стороны, внешними условиями, в число которых входят правовые, социальные, экономические и т. д. меры. А с другой стороны, безопасность личности связана с внутренними факторами, такими как мировоззренческие характеристики, установки личности, ценности и т. д. В этой связи, в качестве одной из важных составляющих информационно-психологической безопасности, выделяется ценностная сфера личности. Автором выделяются основные аспекты, которые необходимо учитывать при изучении ценностных ориентаций как фактора информационно-психологической безопасности в контексте негативных воздействий информационной среды.

Ключевые слова: средства массовой информации; ценностные ориентации личности; информационное общество; информационно-психологическая безопасность; интернет; телевидение; радио.

Развитие информационной и коммуникационной среды, произошедшее в последнее время оказало значительное влияние на общественную жизнь. Технологические преобразования повлекли за собой существенные изменения в социальной сфере. В этот водоворот информационных воздействий вовлечен, в той или иной степени, буквально каждый человек. Тотальность информационного воздействия проявляется в череде новостных лент разнообразных социальных сетей и мессенджеров, потоке телепередач и радиопрограмм, рекламных сообщений и т. д. Огромная армия работников информационного фронта, среди которых журналисты, специалисты по рекламе и связям с общественностью, пресс-секретари, smm-специалисты, блогеры и т. д., безостановочно генерирует контент информационных каналов различного вида. Можно сказать, что реальность виртуальная имеет не меньшую, а то и большую значимость чем реальная действительность. Глобальная информационная среда охватывает все общество, выступает навигатором в событиях окружающего мира, значительно расширяет индивидуальные границы человека, создает возможности общения.

Безусловно, преобразования, появившиеся в результате технологического прогресса и преобразования коммуникационной среды значительно расширяют возможности во многих сферах человеческой жизни и деятельности, сказываются положительно на многих сторонах жизни современного человека и общества. Но при всех положительных моментах и открывшихся возможностях у этого явления есть и обратная сторона: со всей остротой встает вопрос негативного влияния информационной среды. Оно может выражаться в разных аспектах, начиная от простой перегруженности информацией, снижении способности ориентироваться в информационных потоках и неспособности отделить важную и существенную информацию от незначительной и второстепенной, и заканчивая прямым воздействием негативных информационных материалов, содержащих агрессию, насилие и т. п. Необходимо отметить, что в большинстве официальных средствах массовой информации подобные материалы запрещены, однако они могут практически беспрепятственно или с меньшим контролем распространяться с помощью интернета и социальных сетей. Однако, на наш взгляд, негативное воздействие средств массовой коммуникации не ограничивается материалами подобного рода. Многие произведения и материалы, которыми наполнены современные СМИ имеют тесную связь с массовой культурой или, более того, сами

такowymi являются. По нашему мнению, не будет ошибкой или заблуждением, утверждение о том, что современная массовая культура далеко не всегда соответствует нормам морали и нравственности. При этом одной из существенных характеристик массовой культуры на сегодняшний день является чрезвычайно быстрое распространение ее произведений. Разнообразные фильмы и сериалы, клипы популярных поп-, рок- и рэп-исполнителей, выступления артистов жанра stand-up comedy, так называемые вирусные ролики и т.д. и т.п. становятся популярными у больших аудиторий за короткое время, набирают огромное количество просмотров в интернете, становятся предметом обсуждения. Зачастую подобные произведения носят развлекательный характер, их герои ведут гедонистический образ жизни. С помощью таких медиапродуктов в массовое сознание больших аудиторий (особенно молодежных) проникают ценности потребительского образа жизни и примитивной чувственности. Также в качестве одной из существенных характеристик продукции массовой культуры, можно выделить ее визуальный характер. Воздействие происходит через различные образы, искусственно созданные имиджи. Все это формирует так называемое клиповое мышление, мозаичное восприятие действительности, в котором яркий, броский имидж зачастую затмевает сущностное наполнение и отсутствует целостное восприятие картины мира. Конструирование подобной реальности формирует стереотипное поведение, навязывает определенную, легко поддающуюся управлению систему ценностей. Все открывает широкие возможности для манипулятивных воздействий на общественное сознание со стороны масс-медиа. В качестве одной из основных причин подобного положения дел, многие исследователи данной проблематики выделяют коммерческий характер деятельности каналов массовой коммуникации. Рыночная направленность СМИ толкает их в погоне за рейтингами, а значит и за доходами от рекламных размещений, формировать контент, обеспечивающий максимальное привлечение аудитории. Кроме этого, нежелательное или даже откровенно вредное и деструктивное воздействие может быть оказано вследствие увлечения детей и подростков компьютерными играми, содержание которых зачастую носит агрессивный характер. Особую опасность представляет также пропаганда террористических идей и учений, осуществляемая с помощью информационно-коммуникативных технологий. Негативный характер современных СМИ отмечали в своих работах Грачев Г. В., Карицкий И. Н., Крайнюков С. В., Матвеева Л. В., Миронов В. В., Пронина Е. Е., Федорова О. Н. и др.

В связи с этим встает вопрос о противодействии негативному влиянию средств массовой коммуникации, а именно проблема информационно-психологической безопасности личности. При разработке данного вопроса следует иметь в виду, что информационно-психологическая безопасность является одной из составляющих безопасности личности как более широкого явления. Анализируя структуру безопасности личности, исследователи данного вопроса Писарь О.В. и Пугачева Н.Б. выделяют в ней следующие компоненты: 1) информационно-психологическую безопасность, как безопасность личности и ее интересов в условиях информационной среды; 2) социальную безопасность, как систему взаимодействия личности с социальной средой, понимание потенциально опасных сторон социальной среды, и умение противостоять негативным влияниям для обеспечения эффективного взаимодействия с другими людьми, осуществления разнообразных видов деятельности и удовлетворения потребностей; 3) имущественную безопасность, как безопасность имущества и его защищенность от различных противозаконных посягательств; 4) гражданскую безопасность, как понимание личностью негативных воздействий как на субъекта правовых, морально-политических, социально-экономических отношений. А также возможность защиты от подобных посягательств, которая обеспечивает реализацию конституционных прав и свобод; 5) физическую безопасность, которая включает в себя здоровый образ жизни, сбалансированный и научно обоснованный режима труда и отдыха, полную совокупность факторов, обеспечивающих здоровье и благополучие личности; 6) безопасность в условиях чрезвычайной ситуации (природного или социального происхождения, техногенного или экологического характера), которая понимается как организация определенных взаимоотношений личности с объектами внешней среды, не приводящие к потере здоровья, жизни и имущества в результате различных чрезвычайных ситуаций [14].

Как мы уже отмечали, информационно-психологическая безопасность является одной из составляющих комплексного подхода к безопасности личности вообще. Однако на данном этапе развития человеческой цивилизации, когда развитые информационные и коммуникационные технологии играют значительную роль в жизни современного общества, можно утверждать, что информационно-психологическая безопасность играет одну из ключевых ролей в обеспечении безопасности личности

в целом. Негативные информационные воздействия способны так или иначе оказывать влияние на каждый из выделенных компонентов, и тем самым подвергать личность опасности в том или ином виде.

В нашей стране проблемы, связанные с изучением различных аспектов информационно-психологической безопасности рассматривались в работах В.Д. Аносова, А.В. Брушлинского, Г.В. Грачева, И.Ф. Кефели, А.В. Костюка, В.Е. Лепского, Е.Е. Прониной и др.

Под информационно-психологической безопасностью можно понимать защищенность личности от различных негативных информационных воздействий, последствия которых могут иметь дезорганизующий и дисфункциональный характер. Информационно-психологическая безопасность может иметь значение не только для индивидуальной психики, но и для отдельных групп, и социума в целом.

Как отмечает Г.В. Грачев, рассмотрение информационно-психологической безопасности как отдельного предмета теории и социальной практики необходимо в связи с тем, что информационные воздействия на личность и ее духовную сферу имеют свой специфичный характер, которым и обуславливается необходимость изучения совокупность вопросов данной проблематики в концептуальном, методологическом и методическом плане. Автором показано, что те или иные приемы манипулирования личностью применяются в разных сферах социального взаимодействия - от межличностных контактов, до воздействий, осуществляемых посредством массовой коммуникации. В своем исследовании Г.В. Грачев изучил основные механизмы обеспечения информационно-психологической безопасности и выделил ряд личностных психологических защит, используемых для противодействия воздействиям манипулятивного характера [2].

Специалист в области изучения массовой коммуникации и ее эффектов Пронина Е.Е. под информационно-психологической безопасностью понимает безопасность личности, вовлеченную в процесс массовой коммуникации. В качестве основных критериев информационно-психологической безопасности, она выделяет следующие: 1) отсутствие воздействий, направленных на контроль сознания и всякого морального и иного давления; 2) контроль за качеством информации, транслируемой в средствах массовой коммуникации [16].

Л. В. Матвеева, говоря о проблемах медиапсихологии, ставит вопрос об информационно-психологической безопасности личности. Главной проблематикой данного вопроса исследователь видит в формировании концепции психологической границы информационной безопасности. Наибольшей сложностью является то, «что граница эта пролегает в ментальном пространстве субъективной реальности». Автор считает, что «границы информационной безопасности должны по содержанию носить психологический и этический характер, а по форме – характер правовых норм» [12, с. 166].

Исследователь информационной политики А.В. Манойло под информационно-психологической безопасностью понимает возможность развития человека, гарантированного нормами российского законодательства и международного права; своевременную адаптацию к изменениям в социальных условиях и организацию поведения в социальной среде; удовлетворение потребностей в социально приемлемой форме. По мнению автора, основой для обеспечения информационно-психологической безопасности являются: сознание личности, ее система ценностей, психическое здоровье и возможность свободного волеизъявления [10].

Таким образом, можно заключить, что безопасность личности вообще, и информационно-психологическая безопасность в частности, обеспечивается, с одной стороны, внешними условиями, к которым можно отнести совокупность социальных, правовых, экономических, профессиональных, общественных и т.п. ограничений и регуляторных мер, позволяющих защитить личность и общество от негативных воздействий, и обеспечить полноценное функционирование и реализацию различных видов деятельности, прав и свобод граждан. А с другой стороны, безопасность обеспечивается внутренним состоянием, установками, характеристиками, мировоззрением, ценностной сферой личности и т.д., ее интегральным качеством, проявляющим способность противодействовать негативному влиянию внешней среды, в том числе и информационным воздействиям.

Анализируя подходы к исследованиям информационно-психологической безопасности, О. В. Писарь и Э. Ю. Ребрик выделяют следующие направления исследований: 1) мотивационно-смысловые, позволяющие изучить психические процессы, свойства, черты и характеристики личности, оказывающие влияние на обеспечение информационно-психологической безопасности; 2) субъектно-деятельностные, позволяющие изучить коммуникативные процессы, содержащие потенциальные угрозы для личности, осуществить разработку механизмов, позволяющих нейтрализовать негативные воздействия

или снизить их уровень; 3) системно-динамические, позволяющие выявить и описать психические образования, влияющие на сознание и поведение личности, а также позволяющие создать модели информационно-психологической безопасности личности [15].

Исследования в рамках каждого из этих направлений позволят сформировать комплексную объективную картину в сфере обеспечения информационно-психологической безопасности, раскрыть причины и понять механизмы действия потенциально опасных факторов, разработать комплекс мер, позволяющих противодействовать угрозам на всех уровнях и существенно расширить знания в области психологии безопасности вообще, и информационно-психологической безопасности в частности. Однако, в рамках наших изысканий, наибольший интерес для нас представляет первое направление, а именно влияние ценностных ориентации личности на процесс обеспечения психологической безопасности в условиях информационной среды.

Ценностная сфера личности давно находится в поле зрения ученого сообщества и представляет интерес для специалистов различного профиля. Можно сказать, что изучение ценностной сферы личности носит междисциплинарный характер и имеет общенаучное значение. Аксиологическая проблематика разрабатывалась в рамках философских, социологических, психологических исследований, а также в изысканиях других общественных наук.

Под ценностными ориентациями можно понимать ценности, получившие субъективное отражение в сознании личности, и имеющие для нее наибольшее, приоритетное значение. Ценностные ориентации можно рассматривать как жизненные цели и идеалы, мировоззренческие ориентиры. Ценности общественные находят свое отражение в индивидуальном сознании, оформляясь как ценностные ориентации. Они оказывают регулирующее влияние на поведение личности, на отношение к тем или иным событиям, явления и объектам действительности. Можно утверждать, что ценностная сфера личности и ценностные ориентации являются одними из ключевых компонентов в структуре личности, и оказывают значительное влияние на отношение человека к окружающему миру, на его деятельность в широком смысле слова. Ценностная сфера оказывает существенное влияние на направленность личности. Ценностные ориентации и сформированная ими система, напрямую определяют мировоззренческую позицию человека и имеют тесную взаимосвязь с мотивационной сферой. Опираясь на свои ценности, человек характеризует явления окружающей действительности, дает те или иные субъективные оценки.

По мнению С. Л. Рубинштейна, ценность является чем-то субъективно значимым для личности. Она играет значимую и весомую роль в жизни и деятельности человека – ценность влияет на поведение, и тем самым выполняет важную психологическую функцию. Ценности находят свое проявление в поступках человека, в направленности поведения и деятельности, отражаются в сознании [17].

Обобщая вышесказанное, можно охарактеризовать ценностные ориентации и ценностную сферу личности как психические явления высшего порядка, оказывающие значительное влияние на деятельность человека и его отношение к различным проявлениям окружающего мира и социальной действительности. Ценностная сфера играет стабилизирующую и интегрирующую роль в психическом аппарате личности, направляет личностное развитие. Не будет также преувеличением сказать, что общественные ценности, и их отражение в виде индивидуальных ценностных ориентаций, имеют значение и для социального, общественного развития.

В этой связи, изучение ценностных ориентаций в контексте массовых коммуникаций и информационной среды представляет актуальный исследовательский интерес, и имеет общественную, научно-практическую и теоретическую значимость. Надо отметить, что подобные исследования уже проводились. Так, например, в диссертационных исследованиях Ерохина Д.О. и Матвеевой Н.А. раскрыта роль средств массовой коммуникации во влиянии на ценностные ориентации молодежной аудитории [4], [11]. И, как мы уже отмечали выше, роль массовых коммуникаций на личность и общество очень существенна, и можно говорить о том, что современные СМИ выступают в качестве одного из факторов социализации. Но, необходимо также отметить, что некоторые исследователи массового сознания и массовых коммуникаций считают, что средства массовой информации оказывают не столько формирующее воздействие на ценностную сферу личности, сколько помогают укрепиться в уже сформированных ценностях. А выбор конкретных средств массовой информации, или информационных продуктов с тем или иным содержанием обусловлен актуальными для личности ценностями [20]. Все это указывает на необходимость изучения процессов, в которых ценности личности играют активную роль

не только в выборе СМИ, но и в обеспечении психологического равновесия при контакте с информационными продуктами, содержанием которых так или иначе противоречит мировоззренческим и иным установкам человека. Т.е. необходимы исследования раскрывающие роль ценностной сферы личности, ценностных ориентаций в противодействии негативным воздействиям средств массовой коммуникации, выявление роли ценностных ориентаций в обеспечении информационно-психологической безопасности. Конечно, можно утверждать, что на первый взгляд такая взаимосвязь вполне очевидна. Однако, для более глубокого и научного понимания этой взаимосвязи, для раскрытия ее механизмов и закономерностей необходимо проведение специальных исследовательских мероприятий.

Аудитория средств массовой информации, как и общество в целом, весьма неоднородна. Разные части или сегменты этой аудитории могут существенно отличаться друг от друга по целому ряду характеристик. В том числе, значительные различия могут быть и в ценностных ориентациях, и в ценностной сфере в целом. А значит и способы достижения информационно-психологической безопасности, опирающиеся на ценностную сферу личности, могут иметь различия у разных частей аудитории. Таким образом, на наш взгляд, проведение исследований в данной области должно быть направлено на выявление следующих особенностей: 1) изучение ценностных ориентаций различных сегментов аудиторий средств массовой информации, и выявлений различий в ценностных ориентациях у представителей тех или иных сегментов; 2) выявление личностных механизмов обеспечения информационно-психологической безопасности и их особенностей у представителей различных сегментов аудитории средств массовой информации; 3) выявление влияния ценностных ориентаций на характер и особенности достижения информационно-психологической безопасности при негативных воздействиях информационной среды.

Данные, полученные в ходе подобных исследований, помогут не только раскрыть взаимосвязи между ценностной сферой личности и механизмами конструирования психологических защит, но и, в случае обращения внимания на результаты исследований компаниями, производящими медиапродукцию, могут способствовать уменьшению негативного информационного воздействия и формированию здоровой и безопасной информационной среды, соответствующей требованиям нравственности.

Литература

1. Аносов В. Д., Лепский В. Е. Исходные посылыки проблематики информационно-психологической безопасности / Проблемы информационно-психологической безопасности / под ред. А. В. Брушлинского, В. Е. Лепского. Москва: Институт психологии РАН, 1996. С 7–11.
2. Грачев Г. В. Информационно-психологическая безопасность личности: состояние и возможности психологической защиты. Москва.: Изд-во РАГС, 1998. 125 с.
3. Грачев Г. В., Мельник И. К. Манипулирование личностью. Организация, способы и технологии информационно-психологического воздействия. Москва, 2002. 288 с.
4. Ерохин Д. О. Информационная среда как фактор формирования ценностей молодежи: дис. ... канд. псих. наук: 19.00.05. Москва, 2011. 288 с.
5. Информационно-психологическая и когнитивная безопасность: коллективная монография / под ред. И. Ф. Кефели, Р. М. Юсупова. Санкт-Петербург: Петролис, 2017. 300 с.
6. Карицкий И. Н. Эпоха тотального господства СМИ: воспитание и саморазвитие – манипуляция и потребление? // Человек как субъект и объект медиапсихологии. Москва: Изд-во Моск. ун-та, 2011. С. 595–610.
7. Костюк А. В., Примакин А. И. Информационно-психологическая безопасность личности: проблемы и подходы // Вестник Санкт-Петербургского Университета МВД России. Санкт-Петербург, 2018. С. 227–230.
8. Крайнюков С. В. Влияние современных информационных технологий на картину мира человека // Социальная психология и общество. 2019. Т. 10, № 4. С. 23–41.
9. Лепский В. Е. Информационно-психологическая безопасность субъекта в изменяющемся обществе // Индивидуальный и групповой субъекты в изменяющемся обществе. Москва: Институт психологии РАН, 1999. С. 98–99.
10. Манойло А. В. Государственная информационная политика в особых условиях: монография. Москва: МИФИ, 2003. 388 с.
11. Матвеева Н. А. Влияние телевидения на формирование ценностных ориентаций подростков и пути преодоления его негативных последствий: дис. ... канд. психол. наук. Курск, 2010. 254 с.
12. Матвеева Л. В. Актуальные проблемы медиапсихологии // Человек как субъект и объект медиапсихологии. Москва: Изд-во Моск. ун-та, 2011. С. 151–169.
13. Миронов В. В. Поп-культура как продукт глобального информационного пространства // Человек как субъект и объект медиапсихологии. Москва: Изд-во Моск. ун-та, 2011. С. 216–230.

14. Писарь О. В., Пугачева Н. Б. Технология формирования личной безопасности студентов технического вуза на основе компетентного подхода // Вестник НЦ БЖД: научно-методический и информационный журнал. Казань, 2010. № 1(3). С. 36–44.
15. Писарь О. В., Ребрик Э. Ю. Исследования информационно-психологической безопасности личности в зарубежной и отечественной психологии // Альманах современной науки и образования. Тамбов: Грамота, 2012. № 2(57). URL: www.gramota.net/materials/1/2012/2/41.html.
16. Пронина Е. Е. Категории медиапсихологии // Проблемы медиапсихологии. Москва: РИП-Холдинг, 2002. 160 с.
17. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. Санкт-Петербург: Питер, 2002. 720 с.
18. Титов К. В. Вопросы информационно-психологической безопасности личности. URL: <http://www.psycademy.ru/pages/379>
19. Федорова О. Н. Информационно-психологическая безопасность личности в информационном обществе // Вестник Дальневосточного государственного технического университета. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/informatsionno-psihologicheskaya-bezopasnost-lichnosti-v-informatsionnom-obschestve-1>
20. Яницкий М. С. Ценностное измерение массового сознания. Новосибирск: Изд-во СО РАН, 2012. 237 с.

ON THE QUESTION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN VALUE ORIENTATIONS
AND INFORMATION AND PSYCHOLOGICAL SECURITY OF THE INDIVIDUAL

Voronin Alexander Yurievich

Teacher,

Dorzhi Banzarov Buryat State University

24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia

voron-s_post@mail.ru

Abstract. The article raises the problem of the influence of modern mass media on the individual and society, discusses the main negative consequences of such influence. The growing role of mass media in the life of a modern person, the intensity of information impact on a person is emphasized. And as a result, the need to counter the negative factors of the information environment, the need to ensure the information and psychological security of the individual. The article discusses the approaches of various authors to aspects of the problem of information and psychological security. Information and psychological security is understood as part of a broader concept - the security of the individual. Both personal security in general and information-psychological security, in particular, are ensured, on the one hand, by external conditions, which include legal, social, economic, etc. measures. And on the other hand, personal security is associated with internal factors, such as worldview characteristics, personality attitudes, values, etc. In this regard, as one of the important components of information and psychological security, the value sphere of the individual is singled out. The author highlights the main aspects that must be taken into account when studying value orientations as a factor of information and psychological security in the context of the negative impacts of the information environment.

Keywords: mass media; value orientations of the individual; Information society; information and psychological security; the Internet; the television; radio.

Научная статья
УДК 159.955

**Процесс кинотерапии для студентов
с особыми образовательными потребностями**

© *Гнездилова Светлана Александровна*

кандидат технических наук,
Университет ИТМО
Центр сопровождения инклюзивного образования
Россия, 191002, г. Санкт-Петербург, ул. Ломоносова, 9
centrsio@itmo.ru

© *Дружинин Роман Евгеньевич*

педагог-психолог,
Университет ИТМО
Центр сопровождения инклюзивного образования
Россия, 191002, г. Санкт-Петербург, ул. Ломоносова, 9
druzhinin1331@gmail.com

Аннотация. В статье рассматривается проблема использования кинематографического воздействия как одна из форм работы с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья. Подчеркивается, что процесс кинотерапии способствует улучшению эмоционального состояния клиента и снижению внутреннего напряжения.

Ключевые слова: кинотерапия, студенческий возраст, особые образовательные потребности.

Кинотерапию, на сегодняшний момент, можно отнести к одному из перспективных и малоизученных видов терапии через искусство. Психотерапевт Берни Вудер разработал его, как еще один вид арт-терапии, в конце XX-го века. Объединение терапии и искусства раскрывает особенности воздействия искусства на развитие личности, помогает индивиду понять себя и наладить взаимоотношения с окружающим его миром. К целям кинотерапии можно отнести:

1. снятие стресса;
2. самоанализ;
3. познание себя через образы героев роликов;
4. формирование сферы эмоций;
5. выработка навыков решения проблем.

Кинотерапия представляет собой обсуждение и анализ специальным образом подобранных роликов (мультфильмы, кинофильмы), когда перед глазами зрителя разворачивается какая-либо история на фоне музыки, цвета, яркости изображений, что способствует глубокому эмоциональному уровню воздействия. Анализ механизмов данного вида терапии показывает отождествление зрителя с одним из героев ролика. Зритель выбирает того героя, который на текущем жизненном этапе ему ближе всего по манере поведения, по ситуации, в которую он попал или по способу решения психологической проблемы. Таким образом, происходит эмоциональное включение зрителя, ему передается эмоциональное состояние героя с последующим глубоким сопереживанием ему.

Ролик выступает, как средство позволяющее снять защитные механизмы и испытать чувства (страсти, желания и т.п.), которые зритель, возможно, подавляет в своей обыденной жизни, но в метафорической форме предлагает способ решения проблемной ситуации. Поэтому психолог должен соблюдать обязательное условие, повышающее эффективность терапии, приближение сюжета ролика к жизненной ситуации индивида актуальной для него на текущий момент.

У многих обучающихся есть предубеждения по поводу обращения к психологу для решения какой-либо личностной проблемы (например, боязнь рассказывать психологу, как незнакомому человеку, свои личные переживания или страх получить осуждение своим поступкам и мыслям). Кинотерапия показывает, что иметь разные мнения и взгляды на одну и ту же проблему вполне естественно и она, как средство приобщения к искусству, вызывает положительные эмоции. Также преимущества арт-терапии, как дополнительного метода работы, связаны с тем, что использование метафорического

выражения проблемы позволяет перейти к ее анализу и обсуждению, в то время как прямой директивный подход провоцирует защитные реакции клиента, не позволят выйти на ее осознание и проработку.

Эти моменты очень важны для обучающихся с особыми образовательными потребностями (обучающиеся с ООП), которые чаще всего имеют не только проблемы с пониманием своей личности, но и не умеют выстраивать коммуникацию с новыми людьми в новом образовательном пространстве (колледж, вуз). Особенно трудно приходится обучающимся с ООП, которые осваивали школьную программу на дому или обучающимся с расстройством аутистического спектра. В своем университете вебинары по кинотерапии мы проводим в онлайн-формате в инклюзивных группах. Онлайн-формат был выбран потому, что университет имеет много учебных корпусов и перемещения между корпусами вызывают сложности у обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата. Также обучающимся других нозологических групп и нормотипичным обучающимся такой формат дает возможность не тратить время на дорогу между корпусами.

Стоит разделять индивидуальную и групповую кинотерапию. Мы прибегаем к реализации группового варианта, так как он больше отвечает нашим запросам:

- массовый охват студентов;
- улучшение коммуникативных навыков студентов;
- социализация;
- расширение точек зрения в процессе обсуждения кинопроизведения.

В наших сеансах кинотерапии могут принять участие не только обучающиеся, но сотрудники и преподаватели университета. Тем самым обучающийся с ООП в неформальной обстановке получит навык общения как с обучающимися, так и с другими представителями университета. Обсуждение просмотренного ролика помогает зрителям осознать, чем отличается их индивидуальное восприятие от объективного содержания образа. Роль здесь выступает в качестве бессознательного средства, как отдельного зрителя, так и всей группы. Обучающийся в процессе обсуждения начинает лучше познавать себя, ему открывается скрытое содержание его личности, которое способствует в дальнейшем его личностному росту.

Так же, как и в любом направлении терапевтической деятельности, особое значение занимает роль психолога в процессе встреч. Основной эффект, достигается не столько во время самого просмотра кинопроизведения, сколько в процессе обсуждения и работы сразу после просмотра. Психолог должен обратить внимание на то, какие темы были близки зрителям. Не имеет значения является ли эта реакция на просмотр ролика позитивной или негативной, одобрительной или осуждающей. Главным для психолога является то, как клиент реагирует на какой либо из вопросов, элементов произведения, тем самым раскрывая для психолога и себя самого свои установки.

Важным элементом для обеспечения успешности кинотерапии, является вопрос подготовки и выбора кинопроизведения. В процессе построения кинотерапевтического процесса всегда составляется программа. Невозможно осуществление успешной терапии в рамках одного или пары сеансов. Должна закладываться программа от 5 встреч. Программа должна работать с одним направлением задач и целей, либо несколькими при условии их родственности (подробнее в таблице №1). Произведения, могут затрагивать интересующие нас вопросы с разных сторон и позиций. Тем самым психолог повышает шанс на реакцию зрителя и успешную работу с ним. Главное, что бы поднимаемые в произведении вопросы соответствовали терапевтическому запросу.

Таблица 1

Распределение количества встреч

Количество направлений, с которыми осуществляется работа	Количество встреч, в рамках программы
1	От 5 встреч, до 15
2	От 9, до 20
3	От 15, до 25
От 4	Становится трудно реализуемым, вследствие большой нагрузки на клиента. Целесообразнее разбивать на несколько блоков.

При подборе роликов для инклюзивных групп зрителей, следует выбирать ролики, обязательно учитывая психологические особенности обучающихся с ООП такие как:

- проблемы самооценки: боязнь публичных выступлений, чрезмерный самоанализ, стеснительность;
- проблемы с эмоционально-волевой сферой: не умение бороться со стрессом, сложности с управлением своими эмоциями;

-проблемы адаптации: адаптация, затрагивающая проблему приспособления обучающегося с ООП в вопросе работы с непривычными способами изучения и получения информации и того что связано непосредственно с процессом обучения, к новому окружению, к структуре университета, к своему новому статусу и новым обязанностям вместе с ним; социально-общественная адаптация, то есть процесс внутренней интеграции (объединения) студента в группы обучающихся первокурсников и интеграция этих же групп со студенческим окружением в целом в различные вне учебные формирования; дидактическая адаптация, касающаяся подготовки обучающегося с ООП к новой форме и методам учебной работы;

- проблемы познавательной сферы: трудности обработки слуховой и зрительной информации, замедленный темп мышления, небольшой объем памяти, замедление мыслительных процессов;
- проблемы межличностного общения: страх попросить помощи, нежелание работать в командных проектах, отсутствие друзей.

Возникнув, как психотерапевтический метод, кинотерапия в настоящее время применяется в различных направлениях деятельности психологов, в том числе и как метод психологического воздействия в ходе развивающей работы и для решения образовательных задач. Для решения задач, связанных с оптимизацией личностного развития обучающихся с ООП используются такие возможности кинематографического воздействия, как активизация самопознания, за счет работы с вопросами, что ставятся в художественном произведении, способствование формированию идентичности таких личностных качеств, как толерантность и эмпатия. В целом ряде исследований показано, что кино может оказывать влияние на развитие установок мировосприятия, формирование системы ценностей, моральное и нравственно-этическое развитие, формирование социальной (социально-ролевой, гражданской, гендерной) и личностной идентичности, а также эмоционально-личностное развитие обучающегося с особыми образовательными потребностями.

Как итог, хотелось бы отметить, что первоначально кинотерапия зародилась, как одно из направлений арт-терапии, целью которого ставилось улучшение эмоционального состояния клиента посредством снижения внутреннего напряжения, но в данный момент времени основным вектором кинотерапии является человек, который стремится избавиться от негативных переживаний, а также различного рода психологических установок за счет работы со своим творческим потенциалом и его реализации, ориентированного на саморазвитие и самовыражение. Использование кинематографического воздействия является одной из самых вариативных форм работы с обучающимися с особыми образовательными потребностями.

Литература

1. Бакакина Ю. Д. Потенциал киноискусства в формировании ценностей у молодежи // Наука XXI века: журнал научных публикаций. 2005-2018. URL: <https://nauka21veka.ru/articles /pedagogicheskienauki/potentsial-kinoiskusstva-v-formirovaniitsennostey-u-molodezhi-1495545518>.

2. Березин С. В. Кинотерапия: практическое пособие для психологов и социальных работников / С. В. Березин. Самара: Изд-во СНЦ РАН. 2012. 122 с.

3. Захарова Е. И., Карабанова О. А. Кинотерапия: современный взгляд на возможности применения // Национальный психологический журнал. 2018. № 2(30).

4. Косенкова Н. Г. Кинотерапия: современные тенденции // Сборник трудов конференции. 2019. С. 28–29.

THE PROCESS OF FILM THERAPY FOR STUDENTS
WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS

Gnezdilova Svetlana Aleksandrovna

Cand. Sci. (Techn.),

ITMO University

Inclusive Education Support Center

9 Lomonosova St., 191002 Saint Petersburg, Russia

centrsio@itmo.ru

Druzhinin Roman Evgenievich

Educator-Psychologist,

ITMO University

Inclusive Education Support Center

9 Lomonosova St., 191002 Saint Petersburg, Russia

druzhinin1331@gmail.com

Abstract. The article considers the problem of using cinematographic influence as one of the forms of work with students with disabilities. It is emphasized that the process of cinematography helps to improve the emotional state of the client and reduce internal stress.

Keywords: cinema therapy, student age, special educational needs.

Научная статья
УДК 159.922.76-056.26

**Роль памяти в актуализации проблемы развития речи
у слабослышащих детей**

© *Дубинина Дарья Баировна*

магистрант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
zhigninovadasha00@mail.ru

© *Тудупова Туяна Цибановна*

кандидат психологических наук, доцент,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
tuyanatu@mail.ru

Аннотация. В статье раскрывается роль памяти в развитии речи у слабослышащих детей. Описаны основные процессы, виды, законы памяти. Акцентируется внимание на том, что у слабослышащих детей роль слухового восприятия играет большую роль в формировании и развитии познавательной деятельности, в обогащении его представлений о явлениях, о предметах окружающего мира. Рассматривается актуальность проблемы детской тугоухости и глухоты. Показано, что развитие памяти у детей с нарушениями слуха напрямую зависит от уровня развития психических процессов. Память является одним из основных познавательных процессов, той психологической базой речи, от которой зависит уровень развития речи детей с нарушением слуха.

Ключевые слова: память, развитие речи, слабослышащие дети.

В развитии человека слух играет очень значительную роль. Человек, который имеет проблемы со слухом или вообще лишенный слуха, он не может воспринимать различные звуковые сигналы, которые помогают в полной мере познать окружающий мир, за счет чего происходит создание полноценных и всесторонних представлений о предметах и явлениях действительности.

Чрезвычайная актуальность проблемы детской тугоухости и глухоты в наши дни является причиной, снижения слуха и зачастую влечет за собой задержку речевого развития детей, а также встречаются дети с задержкой психо-речевого развития. Что в последствии приводит к происхождению дефектов в произношении, отсутствие или недоразвитие речи. Соответственно это может повлечь за собой отрицательную динамику в развитие познавательных процессов (внимания, памяти, мышления, восприятия, ощущения). Можно отметить что при стойком нарушении слуха, который является первичным дефектом в процессе приводит к целому ряду вторичных отклонений в развитии, затрагивающих как психические процессы, так и личность ребенка в целом.

Развитие детей происходит у всех по-разному (неравномерно), что обусловлено активным созреванием определенных отделов мозга в разные периоды жизни детей, а также тем, что одни психические функции формируются на основе других, ранее сформировавшихся. На каждом возрастном этапе происходит перестройка межфункциональных связей, а развитие каждой психической функции зависит от того, в какую систему связей оно включено.

Если рассмотреть один из видов умственной деятельности - речь, то без памяти ее в большинстве случаев невозможно развить. Память относится к категории очень важных психической функций, которыми наделен человек. Именно благодаря тому, что у человека присутствует память, становится возможным проведение обучения в отношении него. В рамках психологии память рассматривается в качестве основного процесса познавательного характера, который реализуется детьми, обладающими проблемами с совершенствованием слуха.

Память может быть интерпретирована в том числе и в качестве такого процесса, в рамках которого организуется ранее накопленный опыт человеком, сохраняется данный опыт. Память обеспечивает фундамент для того, чтобы ранее приобретенный человеком опыт был повторным образом им использован при ведении какой-либо деятельности. Психическое становление и совершенствование человека предполагает применение самых разных способов для запоминания.

Здесь особенно важным выступает то, что в рамках запоминания память начинает становиться опосредованной, а также произвольной. По мере дальнейшего развития памяти количество сведений, что запоминается человеком, увеличивается. Кроме того, прочность сохранения запоминания также претерпевает положительные трансформации [5].

В современных условиях проблематика становления и совершенствования памяти имеет очень высокую степень актуальности (в особенности в работе с такими детьми, у которых присутствуют нарушения в плане работы слуха). Основателем психологического анализа проблем, которые имеются в функционировании памяти, сегодня считается Г. Эббингауз. Именно данный специалист впервые обозначил такую задачу, которая касалась экспериментального исследования функционирования памяти у разнообразных категорий людей. Кроме того, в числе его неоспоримых заслуг рассматривается также и то, что им были сформированы разные методики для предоставления описания мнемическим процессам. По итогам собственной экспериментальной деятельности Г. Эббингауз сформулировал описание закономерностей, в соответствии с которыми выстраивается протекание процессов сохранения, запоминания, а также воспроизведения [11].

В своих исследованиях Т. Розанова продемонстрировала следующее: в рамках ведения деятельности, которая ориентирована на произвольное запоминание материала с высокой степенью наглядности, дети с нарушениями в становлении и совершенствовании слуха, демонстрируют более плохие результаты, чем иные дети (у которых не присутствует проблем с данной точки зрения). Системы образов, которые формируются в рамках ведения образного восприятия детьми, сталкивающимися с проблемами в процессе становления и развития слуха, обычно оказываются имеющими меньшую степень прочности, меньшую дифференцированность. Кроме того, они демонстрируют пониженную степень устойчивости по отношению к помехам внешнего происхождения [8].

Рассмотрим основные процессы памяти. Ими выступают следующие:

1. Запоминание – такой процесс, в рамках которого осуществляется фиксация ранее полученных знаний. Запоминание может выступать в качестве механического, в качестве осмысленного. Если существует механическое запоминание, то оно реализуется через многократное повторение, воспроизведение такого материала, который подлежит запоминанию. Что же касается осмысленного запоминания, то инструментом его осуществления выступает формирование связей логического характера, смыслового характера, которые прокладываются между уже известными сведениями, а также материалом, с которым человек знакомится впервые. 2. Сохранение – это такой процесс памяти, который обеспечивает задерживание в ней ранее усвоенного материала. 3. Забывание – процесс памяти, который протекает естественным образом, описывается высокой степенью выборочности. Забывается в человеческой памяти преимущественно то, что не обладает жизненным применением. Забывание может отличаться по своей степени, поскольку оно способно выступать либо в качестве частичного, либо в качестве полного. 4. Узнавание – это такой процесс памяти, который обеспечивает получение сведений о сходстве объекта с тем, что уже является известным для человека. 5. Воспроизведение – это такой процесс памяти, который предполагает «выход на свет» ранее усвоенного материала, его включение в человеческую жизнедеятельность.

Производительность человеческой памяти описывается рядом характеристик. Во-первых, это объем памяти, во-вторых, это скорость осуществления запоминания, в-третьих, это корректность воспроизведения, в-четвертых, это длительность сохранения.

Есть несколько видов причин, которые способны оказывать воздействие на производительность памяти, демонстрируемую в рамках обучающего процесса. Они могут иметь характер субъективных или же объективных [6].

Известно, что, в ходе индивидуального развития детей зачастую речь помогает перестроить психические процессы, становясь средством общения и развития познавательных процессов. Речь является психофизиологическим обусловленным процессом, состоящий из различных компонентов психических процессов, влияющих друг на друга [9].

Дети с нарушением слуха обучаются в специальных коррекционных школах, где для них создаются благоприятные условия для получения образования, а также для полноценного развития психических процессов. Практика работы коррекционных школ показывает, что память значительно влияет на процесс развития речи детей с нарушением слуха. Это также подтверждают сурдопедагоги и дефектологи, которые непосредственно работают над речью детей с нарушением

слуха. Они корректируют, развивают речевой аппарат, помогают детям говорить, чтобы их могли понять окружающие, и они могли услышать, как они сами говорят. Дефектологи отмечают: чем лучше у ребенка развита память, тем больше он может запоминать слов, а это гарантирует богатый словарный запас, соответственно, речь ребенка будет богаче, выразительнее, более развернута, совершенна. Дети, у которых память развита слабо, - у них ограниченный словарный запас, слабая бедная речь. Соответственно, развитие речи идет гораздо дольше, а в некоторых случаях вообще останавливается. В свою очередь, неполноценная речевая деятельность накладывает свой отпечаток на формирование у детей сенсорной, интеллектуальной и аффективно-волевой сфер.

Исходя из всего вышесказанного, можно сделать вывод о том, что память является не только одним из познавательных процессов, но и психологической базой, которая напрямую влияет на уровень развития речи детей с нарушением слуха.

Литература

1. Анохин П. К. Системные механизмы высшей нервной деятельности. Москва: Наука, 1979. 376 с.
2. Блонский П. П. Память и мышление / П. П. Блонский. Москва: ЛКИ, 2007. 196 с.
3. Большой толковый психологический словарь: для специалистов в области психологии / А. Ребер; пер. с англ. Москва: Вече, АСТ, 2000. 592 с.
4. Зинченко П. И. Непроизвольное запоминание: для специалистов в области психологии / П. И. Зинченко. Москва: Норма, 1991. 83 с.
5. Краткий психологический словарь / составитель Л. А. Карпенко; под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. Москва: Политиздат, 1985. 431 с.
6. Немов Р. С. Психология. Психодиагностика психологии: учебник / Р. С. Немов. Москва: Владос, 2001. 640 с.
7. Психология памяти / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. Москва: ЧеРо, 2002. С. 814–816.
8. Розанова Т. В. Развитие памяти и мышления глухих детей / Т. В. Розанова. Москва: Педагогика, 1978. 231 с.
9. Филичева Т. Б., Чевелева, Н. А. Чиркина Г. В. Нарушения речи у детей: пособие для воспитателей детских учреждений. Москва: Профессиональное образование, 1993. 12 с.
10. Шукина Г. И. Активизация познавательной деятельности в учебном процессе / Г. И. Шукина. Москва: Просвещение, 1979, 160 с.
11. Эббингауз Г. Смена душевных образований // Хрестоматия по психологии памяти / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. Москва: Изд-во МГУ, 2002. 435с.

THE ROLE OF MEMORY IN ACTUALIZING THE PROBLEM OF SPEECH DEVELOPMENT IN THE HEARING IMPAIRED CHILDREN

Dubinina Daria Bairovna

Master Student,

Dorzhi Banzarov Buryat State University

24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia

zhigninovadasha00@mail.ru

Tudupova Tuyana Tsibanovna

Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,

Dorzhi Banzarov Buryat State University

24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia

tuyanatu@mail.ru

Abstract. The article reveals the role of memory in the development of speech in hearing-impaired children. The main processes, types, laws of memory are described. Attention is focused on the fact that in hearing-impaired children the role of auditory perception plays an important role in the formation and development of cognitive activity, in enriching their ideas about phenomena and objects of the world around them. The relevance of the problem of children's hearing loss and deafness is considered. It is shown that the development of memory in children with hearing impairments directly depends on the level of development of mental processes. Memory is one of the main cognitive processes, the psychological basis of speech, on which the level of speech development of children with hearing impairment depends.

Keywords: memory, speech development, hearing-impaired children.

Научная статья
УДК 159.955

**Психологические факторы
восприятия налоговой системы в обществе**

© *Дамдинова Валентина Владимировна*

магистрант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
damdinova1968@gmail.com

© *Тудупова Туяна Цибановна*

кандидат психологических наук, доцент,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
tuyanatu@mail.ru

Аннотация. В условиях постоянно изменяющейся системы налогообложения страны проблема восприятия личностью вопросов оплаты налогов становится особенно актуальной. Отношение к налогам — это многофакторный вопрос, и в разных обществах и культурах оно может иметь различные проявления. В статье рассмотрены психологические аспекты, влияющие на восприятие гражданами налоговой системы в обществе.

Ключевые слова: налоговая система, восприятие, психологические факторы, отношение к налогам.

Система налогообложения, как способ перераспределения доходов, возникла вместе с появлением государства. Как писал К. Маркс в одной из своих работ: «В налогах воплощено экономически выраженное существование государства». Итак, мы понимаем, что налоги и государство не могут существовать по отдельности: налоги являются обязательным фактором экономического развития государства, а если бы не было государства, то не и не было бы налоговой системы. Следуя из данного суждения, мы приходим к выводу, что понятие налоговой системы изучается в финансовой науке.

Проблема восприятия личностью вопросов оплаты налогов становится в последнее время особенно актуальной. Актуальность удваивается и даже утраивается в современных условиях постоянно изменяющейся системы налогообложения страны. Надо отметить, что система налогообложения, как способ перераспределения доходов, возникла вместе с появлением государства. Налоги и государство не могут существовать по отдельности: налоги являются обязательным фактором экономического развития государства, и, если бы, не было государства, то не и не было бы налоговой системы.

Требуется тщательное изучение существующих в данный период времени убеждений и стереотипов граждан относительно налоговой системы в целом и уплаты налогов, в частности. Именно убеждения и стереотипы граждан порой затрудняют работу государственного аппарата. Отсюда актуализируется проблема исследования психологических факторов восприятия гражданами налоговой системы в современном обществе.

Изучением налоговой системы занимались следующие отечественные и зарубежные авторы: А. Смит, Д. Рикардо, Т. Гоббс, Шарль Луи Монтескье, Э. Селигман, Р. Струм, М. Фридман; Н. Тургенев, К. Каутский, Г.И. Болдырев, А.И. Буковецкий и многие другие [4]. Среди работ, посвященных изучению проблемы психологии восприятия налоговой системы в обществе, следует отметить такие работы, как «Психология личности налогоплательщика, ее поведенческие особенности» Л.В. Платоновой, «Экономическая психология» О.С. Дайнеки, «Поведение потребителей» В.И. Ильина, «Люди и деньги» А.Б. Фенько, «Экономический образ мышления» П. Хейне.

Учитывая разнообразие школ, теорий и подходов по данной проблеме, дадим общие определения, которых мы будем придерживаться в рамках нашей статьи. Налоговая система — это комплекс налогов, пошлин и сборов, взимаемых на территории страны (согласно налоговому законодательству), а также система налоговых учреждений, положений и порядков, устанавливающих права и обязанности участников налоговых отношений. В свою очередь, налог — это конкретная сумма денежных средств, которую каждый производитель товаров, получатель доходов или владелец имущества обязан уплатить государству. При этом, налоги делятся на два основных вида: прямые, которые гражданин оплачивает

напрямую, например, налог на доходы физических лиц, налог на прибыль с предприятий; косвенные, которые гражданин оплачивает, не осознавая этого, этот налог входит в стоимость покупки товара, например, налог на никотиносодержащую продукцию.

К уплате налогов у всех людей формируется разное, сугубо индивидуальное, отношение к налогам. Большинство людей платит налоги вовремя, а некоторые уклоняются от уплаты налогов. Это утверждение говорит нам о том, что у каждого человека формируется собственное восприятие по отношению к налоговой системе своей страны.

Отдельно следует учитывать психологические причины избегания уплаты налогов, включающие три аспекта: негативное отношение к действующей налоговой системе, низкий уровень правовой культуры и корыстные мотивы [3].

Следует отметить такие психологические причины избегания уплаты налогов, как: а) негативное отношение к действующей налоговой системе; б) низкий уровень правовой культуры; в) корыстные мотивы [3].

В то же время, отношение людей к уплате налогов может сильно варьироваться в зависимости от множества факторов. Рассмотрим некоторые из них. Так, прежде всего, это личное восприятие справедливости. Некоторые люди считают налоговую систему справедливой и помогают таким образом финансировать общественные услуги, такие как образование, здравоохранение и инфраструктура. Другие же могут видеть в налогах некое бремя, особенно если они считают, что сами не получают достаточно отдачи от государства.

Другой фактор - это образование и осведомленность. Имеется в виду уровень образования и понимание налоговой системы, которые существенно влияют на отношение к налогам. Люди, которые лучше понимают, как работают налоги и как они способствуют развитию общества, могут быть более склонны выполнять свои обязательства.

В-третьих, это - социальные нормы и окружение. Иными словами, мнение друзей, семьи и коллег также может влиять на отношение к налогам. Если у человека в окружении считают уплату налогов нормой, он может придерживаться того же взгляда.

Еще один фактор – четвертый - это экономическое положение. Так, люди с разным уровнем дохода могут по-разному воспринимать налоговое бремя. Более высокие налоги могут восприниматься как ограничение, тогда как те, кто находится на нижнем уровне дохода, могут видеть в налогах возможность получить социальные услуги.

И, в-пятых, это опыт и доверие к государству: Люди, которые имеют положительный опыт взаимодействия с государством и верят в его эффективность, скорее всего, будут выполнять свои налоговые обязательства. И, наоборот, те, кто считает, что налоги не используются должным образом или идут на коррупционные схемы, могут быть склонны уклоняться от уплаты.

Кроме вышеотмеченных факторов, отметим основные психологические аспекты, влияющие на восприятие налоговой системы. Среди них следует выделить такие, как: эмоциональный, оценочный и возрастной. Рассмотрим их. Так, эмоциональный аспект характеризуется позитивными и негативными установками. Позитивные установки приводят к пониманию важности налоговой системы, своевременной уплаты налогов, честному учету своих доходов. Негативные установки заставляют налогоплательщиков скрывать доходы, не оплачивать налоги, критиковать налоговую систему государства. Именно эмоциональные установки и мнения, сформировавшиеся в социальной среде, играют ключевую роль в восприятии налоговой системы. Если большинство людей в окружении негативно относятся к налогам, воспринимая их как неоправданное бремя или коррупционные инструменты, это может снизить уровень доверия к государственным институтам и подорвать гражданскую ответственность. Кроме того, негативное восприятие может проявляться не только в личных оценках, но и в поведении людей, таких как уклонение от уплаты налогов или проявление социальной пассивности. С другой стороны, если в сообществе существует позитивное отношение к налоговой системе, основанное на понимании ее роли в обеспечении социальных услуг и инфраструктуры, это может способствовать формированию более ответственного отношения граждан к своим налоговым обязательствам. Такое восприятие также может изменяться с течением времени и под воздействием различных факторов, включая экономические условия, политику государства, образовательные программы и личные опыты граждан. Создание положительного имиджа налоговой системы требует как усилий со стороны государства, так и активного диалога с обществом.

Еще один психологический аспект – оценочный. Эта комбинация личных этических суждений о налоговой системе и восприятия правомерного и неправомерного поведения в области налогообложения. Решение налогоплательщиков может зависеть от таких личностных характеристик, как справедливость, альтруизм, доверие к государственным учреждениям, патриотизм, социальные нормы и традиции, внутренняя мотивация и честность. В то же время, следует отметить, что оценочный аспект не может предусматривать объективную оценку. Имеются в виду две стороны налоговой системы: как негативная оценка налоговой системы, ее критика, непонимание, несогласие, осуждение, так и положительная оценка, проявляющаяся в доверии, честности, в высоком уровне нравственности.

Третий психологический аспект связан с фактором возраста. Психологическое отношение граждан к налоговым обязательствам может зависеть от возрастных особенностей. Это связано с различными факторами, такими как уровень финансовой грамотности, жизненный опыт, социальные установки и восприятие роли налогов в обществе. Вот несколько моментов, которые связаны с фактором возраста. Так, у молодежи до 25 лет психологическое восприятие налогов может быть менее осознанным. Поскольку молодежь зачастую начинает работать и сталкивается с налоговыми обязательствами впервые, то в этом возрасте может быть преобладание чувства недовольства и нежелания платить налоги, особенно при недостаточной информированности о пользе налогов для общества. Однако многие молодые люди стремятся к социальной справедливости и могут быть более открыты к идеям о справедливом налогообложении.

Граждане среднего возраста от 25 до 55 лет характеризуется следующими особенностями отношения к налогам. Эта группа чаще всего является основной группой налогоплательщиков и может иметь более зрелое и осознанное отношение к налогам. Люди в этом возрастном диапазоне могут осознавать важность налогов для обеспечения общественных благ, таких как образование, здравоохранение и инфраструктура. Однако у них также может возникать чувство нагрузки из-за высокой налоговой ставки и необходимости финансового планирования.

Лица старшего возраста от 55 и выше лет – для них психологическое восприятие налогов может быть связано с тем, как человек воспринимает свою финансовую безопасность и пенсионные накопления. Люди в этом возрасте могут быть более снисходительными к налоговым обязательствам, если они видят прямую выгоду, например, в виде социальных пособий или медицинского обслуживания. С другой стороны, пожилые люди могут испытывать беспокойство по поводу изменения налогового законодательства и его влияния на их доходы.

Если говорить о суммарных установках и историческом факторе, то психологическое отношение к налогам также может быть сформировано под воздействием культурных и исторических факторов, таких как опыт кризисов, рецессий или экономического роста, а также восприятие государства и его роли в жизни общества.

Таким образом, подытоживая, отметим, что восприятие налоговой системы и отношение к налогам – это многофакторный вопрос, и в разных обществах и культурах оно может иметь различные проявления. Важную роль в формировании психологического отношения граждан к налоговым обязательствам играют различные факторы: индивидуально-психологические, возрастные, оценочные, эмоциональные и др. Это отношение может изменяться в зависимости от жизненного опыта и социального окружения.

Литература

1. Дейнека О. С. Экономическая психология: учебное пособие. Санкт-Петербург: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2000. 160 с.
2. Ильин В. И. Поведение потребителей / В. И. Ильин. Санкт-Петербург: Питер, 2000. 208 с.
3. Молодых В. А., Снимщикова И. В., Широков П. Н. Совершенствование методов диагностирования уклонения от уплаты налогов // Научно-технические ведомости СПбГПУ. Экономические науки. 2018. Т. 11, № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovershenstvovanie-metodov-diagnostirovaniya-ukloneniya-ot-uplaty-nalogov/viewer> (дата обращения: 04.10.2024).
4. Налоговая система Российской Федерации: учебник / М. М. Шадурская, Е. А. Смородина, И. В. Торопова, М. И. Львова, А. Г. Лачихина; под общ. ред. М. М. Шадурской; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Уральский федеральный университет. Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2020. 254 с.
5. Платонова Л. В. Психология личности налогоплательщика, ее поведенческие особенности // Юридическая психология. 2006. № 1. С. 19–29.
6. Социальная психология экономического поведения / отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. В. Шорохова. Москва: Наука, 1999. 348 с.

7. Фенько А. Б. Люди и деньги: очерки психологии потребления / А. Б. Фенько. Москва: Класс, 2005. 127 с.
8. Хейне П. Экономический образ мышления / П. Хейне. Москва: Наука, 1992. 134 с.

PSYCHOLOGICAL FACTORS OF PERCEPTION
OF THE TAX SYSTEM IN SOCIETY

Damdinova Valentina Vladimirovna
Master Student,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
damdinova1968@gmail.com

Tudupova Tuyana Tsibanovna
Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
tuyanatu@mail.ru

Abstract. In the context of the constantly changing tax system of the country, the problem of the individual's perception of tax payment issues becomes especially relevant. Attitudes towards taxes are a multi-factorial issue and may manifest differently in different societies and cultures. The article examines the psychological aspects that influence the perception of the tax system in society by citizens.

Keywords: tax system, perception, psychological factors, attitude to taxes.

Научная статья
УДК 159.9.07

**Особенности отношения к болезни
в тибетской и современной европейской медицине**

© *Дармаева Жаргалма Баторовна*

магистрант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
shargalma@mail.ru

© *Тудупова Туяна Цибановна*

кандидат психологических наук, доцент,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
tuyanatu@mail.ru

Аннотация. Статья посвящена сравнению подходов к пониманию и лечению болезней в тибетской и современной европейской медицине. Анализируются различия в мировоззрении, лежащем в основе этих медицинских систем, а также в понимании роли болезни в жизни человека. Рассмотрены ключевые концепции тибетской медицины, такие как взаимосвязь тела, ума и духа, влияние образа жизни на здоровье, а также роль гармонизации в лечении. В ходе сравнительного анализа научной литературы было выявлено, что европейская медицина фокусируется на научных принципах и материальных причинах болезней, тибетская медицина подчеркивает целостность человека и его окружения, а также значение духовных и моральных факторов в возникновении и преодолении болезней.

Ключевые слова: тибетская медицина, европейская медицина, болезнь, здоровье, отношение к здоровью, философия, буддизм, мировоззрение, парадигма, целостность, гармонизация, духовные факторы, образ жизни.

Современный мир характеризуется быстрым развитием различных областей знания, включая медицину и психологию. Однако несмотря на прогресс, болезни остаются одним из главных вызовов для человечества. Особую актуальность приобретает изучение отношения к болезни в разных культурных и этнических контекстах, поскольку восприятие болезни и стратегии ее преодоления могут значительно отличаться.

В течение последних шестидесяти лет Всемирная Организация Здравоохранения активно содействует изучению и введению в практику здравоохранения опыта народной и традиционной медицины. Этот вопрос актуален и для нашего многонационального государства. В настоящее время в России представлен ряд восточных медицинских систем, основными из которых являются индийская Аюрведа, китайская и тибетская традиционные системы врачевания. Однако если с китайским методом иглорефлексотерапии врачи России познакомились только в 50-х гг. XX в., а Аюрведа стала популярной лишь в последние десятилетия, то традиционная тибетская медицина используется в нашей стране уже более трехсот лет [10].

Являясь неотъемлемой частью культуры обширного региона Центральной Азии, тибетская медицина, накопив огромный опыт врачевания, становится объектом внимания не только как этнокультурный феномен, но и как предмет, научное изучение которого способно обогатить европейское естествознание.

Своеобразие теоретических основ, эффективность в лечении целого ряда заболеваний при отсутствии побочных отрицательных эффектов, жизнестойкость и растущая популярность тибетской медицинской традиции в России делают актуальным изучение характерных особенностей развития и адаптации тибетской медицины в нашей стране, а также основных ее подходов и стратегий.

Тибетская медицина отличается от европейской традиции своим холистическим подходом. Она рассматривает человека как единое целое, где тело, ум и дух тесно связаны. Болезнь в тибетской медицине рассматривается как нарушение гармонии между этими тремя компонентами. Тибетские медики уделяют большое внимание психологическим аспектам болезни, считая, что негативные эмоции могут вызывать дисбаланс в организме и вести к заболеваниям [8].

Особый интерес для научного исследования представляет отношение пациентов к болезни в разных подходах к врачеванию. Болезнь — это физиологическое и психологическое состояние человека, которое сопровождается изменениями в функционировании тех или иных органов, проявляющееся в болевых ощущениях, потере трудоспособности и т. д. Указанные изменения провоцируют возникновение определенного психологического состояния личности, которое определяет вектор активности человека и либо способствует выздоровлению, либо затрудняет его [1].

Одним из направлений современных исследований является отношение к болезни в разных системах врачевания. Изучение отношения к болезни в контексте различных медицинских систем позволяет проанализировать культурные и психологические особенности восприятия болезни в разных культурах [7]. Осознание различий в подходах к болезни в тибетской и европейской медицине может способствовать разработке более эффективного подхода к лечению и поддержке пациентов с учетом их индивидуальных психологических особенностей.

Таким образом, изучение особенностей отношения к болезни в тибетской и современной европейской медицине имеет значительное значение для углубления понимания психологического аспекта болезни и его влияния на эффективность лечения, разработки индивидуализированных подходов к лечению с учетом культурных и психологических особенностей пациентов, содействия межкультурному диалогу в области здравоохранения, развития интегрированного подхода к лечению и поддержке пациентов, комбинирующего знания и практику разных медицинских систем, а также обогащения современной медицинской практики ценным опытом традиционной медицины.

Тибетская медицина, основанная на буддийской философии, рассматривает человека как единое целое, в отличие от европейской медицины, фокусирующейся на отдельных органах. Философские концепции буддизма, связанные с энергией и организмом, лежат в основе тибетской медицинской системы, делая ее не просто лечением, а философией жизни [5].

Согласно тибетской медицине, болезнь — это следствие кармы и нарушения баланса «трех жизненных начал»: ветра, желчи и слизи. Эти начала, взаимосвязанные с пятью элементами, отвечают за физиологические функции организма. Их дисбаланс приводит к болезни. Тибетская медицина рассматривает эти начала как центральные, в отличие от современной медицины, фокусирующейся на биохимических процессах [3].

Исследования древнетибетской медицины выявили принципы этапности и соподчиненности органов, адекватности лечения, учета времени, влияния окружающей среды и постепенного усложнения терапии, которые схожи с современными представлениями о человеческом организме.

Тибетская медицина использует индивидуальный подход к диагностике, основанный на наблюдении, осязании и опросе. Врач учитывает причины болезни, симптомы и индивидуальные особенности пациента. Методы диагностики, такие как пульсовая диагностика, опрос и визуальный осмотр, позволяют тибетскому лекарю собрать подробный анамнез и составить полную картину состояния пациента. Тибетская медицина использует комплексный подход к диагностике, в то время как современная медицина, несмотря на многочисленные высокотехнологичные методы, иногда сталкивается с проблемами неточной или несвоевременной диагностики из-за перегрузки информацией и избыточного увлечения технологиями. Тибетский подход к диагностике может быть более быстрым и эффективным, хотя и не всегда полностью основан на материальных фактах [9].

Подходы к лечению тибетской и европейской медицины существенно различаются. Современный врач в лечении болезней человека чаще всего использует методы врачевания, разработанные за многие века существования человека и болезней (принципы: гомеопатии, этиотропный, симптоматический, патогенетический и другие) [4].

Общие принципы современной терапии одновременно сходны и различны. Например, принцип научной обоснованности, радикально отличает врача современного, поскольку он имеет четкое представление о механизмах ряда болезней и механизмах терапевтических средств. К этому же относится принцип комплексности, подразумевающий рациональное сочетание эффективных способов лечения; проведение мероприятий по реабилитации больных (сочетание физической, психической и социальной реабилитации). Принцип индивидуализации один из древнейших принципов терапии, который широко распространен в наше время.

Тибетская медицина использует комплексный подход к лечению, включая изменение образа жизни, питания, прием лекарственных средств и наружные методы (массаж, кровопускание, прижигание, ванны). Европейская медицина фокусируется на научных принципах и медикаментозном лечении,

отходя от традиционных методов, таких как прижигание. Несмотря на различия в методах, обе системы стремятся к восстановлению баланса в организме [2].

Тибетская медицина уделяет большое внимание образу жизни, считая его ключевым фактором для здоровья и профилактики болезней. Она пропагандирует порядочный образ жизни, основанный на гармонии тела и ума, как путь к более совершенной жизни, свободную от болезней [6]. В отличие от европейской медицины, принципы образа жизни в тибетской традиции имеют глубокий философский и духовный смысл, который мотивирует людей к соблюдению установленных норм.

Развитие европейской науки связано с переходом от холистической модели мира к парадигме «Луча», основанной на принципе творения из ничего (*ex nihilo*) и абсолютной трансцендентности Творца, отделенного от сотворенного мира. Эта парадигма была унаследована от христианства и средневековой схоластики.

Западная медицина, основанная на позитивных науках и парадигме «Отрезка», сталкивается с новыми открытиями в квантовой физике и философии, которые возвращают ее к холистическим представлениям парадигмы «Сферы». Ученые, такие как Шопенгауэр, Юнг и Фромм, проявляют интерес к буддийскому учению, что свидетельствует о переосмыслении мировоззрения [11].

Буддизм сохраняет традицию устного преемства от учителя к ученику, основанную на любви, сострадании и равновесии. Эта наднациональная духовность распространяется через перерождения, делая буддизм мировой религией, где бы ни был Будда.

Тибетская и западная медицина основаны на разных парадигмах: тибетская – на «Сфере», западная – на «Отрезке». Данное обстоятельство делает прямую аналогию их базовых понятий невозможной. Тем не менее, методы тибетской медицины, такие как пульсовая диагностика, можно использовать эмпирически и даже формализовать, делая их комплементарными к западным методам [11].

Исходя из этого, выделим основные отличия в отношении к болезни в тибетской и современной европейской медицине.

Тибетская медицина, основанная на буддийской философии и традиционных знаниях, сформировала уникальную систему восприятия и лечения болезни, которая радикально отличается от современного европейского биомедицинского подхода. Тибетская медицина рассматривает человека как целостную систему, взаимосвязанную с окружающим миром, и полагает, что болезнь возникает не только из-за физиологических нарушений, но и из-за нарушения гармонии между телом, умом и духом.

В тибетской медицине большое внимание уделяется не только симптомам болезни, но и ее причинам, которые могут быть физическими, ментальными и духовными. Тибетские врачи стараются понять корни болезни, учитывая не только физиологические нарушения, но и внутреннее состояние пациента, его эмоциональное состояние, образ жизни и духовные ценности [12].

Тибетский подход к лечению ориентирован на восстановление гармонии в организме, что достигается не только с помощью лекарственных средств, но и с помощью диеты, йоги, медитации и других духовных практик. Такой подход предполагает активное участие пациента в процессе лечения, что способствует формированию ответственного и сознательного отношения к своему здоровью.

В современной европейской медицине преобладает биомедицинский подход, который фокусируется на физиологических причинах болезни и целится на лечение конкретных заболеваний. В этом подходе болезнь рассматривается как отклонение от нормы, которое требует диагностики и лечения с целью восстановления нормального функционирования организма.

Биомедицинский подход в большей степени опирается на объективные методы диагностики и лечения, такие как анализы, исследования и хирургические вмешательства. Однако, в контексте биомедицинского подхода может происходить недооценка субъективных ощущений пациента и его внутреннего состояния [8].

В современной европейской медицине также имеется тенденция к более интегрированному подходу, который учитывает влияние психологических и социальных факторов на здоровье и болезнь. Однако, несмотря на эти сдвиги, биомедицинский подход остается доминирующим в современной европейской медицине.

Различия в отношении к болезни в тибетской и современной европейской медицине отражают глубокие культурные и философские различия между этими системами. Тибетская медицина, основанная на холистическом подходе и духовных практиках, способствует более гармоничному и примиряющему отношению к болезни. Современная европейская медицина, с ее фокусом на индивидуализме

и физиологических причинах болезни, может вызывать у пациентов тревогу и страх перед болезнью [3].

Таким образом, в отличие от современной европейской медицины, которая фокусируется на физиологических причинах и лечении конкретных заболеваний, тибетская медицина рассматривает болезнь как нарушение гармонии между телом, умом и духом, что приводит к более целостному восприятию болезни и способствует формированию гармоничного и принимающего отношения к ней.

Литература

1. Асеева Т. А. Уроки тибетской медицины / Т. А. Асеева, Н. А. Кузнецова // Наука из первых рук. 2013. № 3. С. 53–69.
2. Виноградова С. В. Этнические проблемы здоровья и болезни как предмет исследований в социологии медицины: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата социологических наук. Волгоград, 2007. 24 с.
3. Герасимова И. А. Естественная философия здоровья и вызовы техногенной цивилизации // Вопросы философии. 2020. № 10. С. 66–77.
4. Голованчикова И. А. Психология пациента: учебно-методическое пособие. Куйбышев: КМТ, 2016. 39 с.
5. Джигме Г. Основы тибетской медицины с точки зрения буддизма / Г. Джигме, М. Г. Кекенова // Россия и буддийский мир: история и перспективы философско-востоковедных исследований: материалы научного семинара (Элиста, 31 октября 2020 г.) / редколлегия: В. Н. Бадмаев [и др.]. Элиста: Изд-во Калм гос. ун-та им Б. Б. Городовикова, 2020. С. 33–39.
6. Найданова С. М. Буддийские основания тибетской медицины: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата философских наук. Чита, 2015. 25 с.
7. Никифоров Г. Психология здоровья в России: у истоков / Н. Никифоров, З. Дудченко. Москва: Литрес, 2022. 366 с.
8. Перышкова С. А. Психология здоровья в контексте возрастной динамики личности / С. А. Перышкова, С. А. Шевякова // Наука и Образование. 2020. Т. 3, №. 3. С. 25–34.
9. Пупышев В. Н. Основы тибетской медицины / В. Н. Пупышев. Улан-Удэ: Изд-во Бурят. науч. центра СО АН СССР. 1992. 82 с.
10. Пупышева Н. В. Парадигмальная основа различий между буддизмом и западной наукой / Н. В. Пупышева // Буддизм Ваджраяны в России: Традиции и новации: научное издание: коллективная монография по материалам IV Международной научно-практической конференции (Астрахань, 10–13 октября 2014 г.) / ответственный редактор А. М. Алексеев-Апраксин; составитель В. М. Дронова. Астрахань: Алмазный путь, 2016. С. 493–499.
11. Суворов В. В. Отношение к тибетской медицине в российском обществе на рубеже XIX–XX веков / В. В. Суворов // Bulletin of Medical Internet Conferences. 2016. № 6. С. 120–122.
12. Dal L. C. From traditional Mediterranean, Ayurvedic and Chinese medicine to the modern time: integration of pathophysiological, medical and epistemological knowledge / L.C. Dal // Longhua Chinese Medicine. 2020. Т. 3. С. 21.

PECULIARITIES OF ATTITUDE TO DISEASE IN TIBETAN AND MODERN EUROPEAN MEDICINE

Darmaeva Zhargalma Batorovna
Master Student,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
shargalma@mail.ru

Tudupova Tuyana Tsibanovna
Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
tuyanatu@mail.ru

Abstract. The article compares approaches to understanding and treating diseases in Tibetan and modern European medicine. The differences in the worldview underlying these medical systems, as well as in understanding the role of disease in human life, are analyzed. Key concepts of Tibetan medicine, such as the relationship between body, mind and spirit, the influence of lifestyle on health, and the role of harmonization in treatment are considered. During

the comparative analysis of scientific literature, it was revealed that European medicine focuses on scientific principles and material causes of diseases, while Tibetan medicine emphasizes the integrity of man and his environment, as well as the importance of spiritual and moral factors in the occurrence and overcoming of diseases.

Keywords: Tibetan medicine, European medicine, disease, health, attitude to health, philosophy, Buddhism, worldview, paradigm, integrity, harmonization, spiritual factors, lifestyle.

Научная статья
УДК 159.955

**Психолого-педагогическая работа психолога с детьми,
испытывающими страхи в младшем школьном возрасте**

© *Каримова Татьяна Васильевна*

магистрант,
Херсонский государственный педагогический университет
Россия, 273003, г. Херсон, ул. Университетская, 27
tv.k.71@mail.ru

© *Шевцова Яна Викторовна*

кандидат психологических наук, доцент,
Херсонский государственный педагогический университет
Россия, 273003, г. Херсон, ул. Университетская, 27
shevcovayanavic@yandex.ru
SPIN-код: 9551-8153

Аннотация. В данной статье исследуется тема психолого-педагогической работы психолога с детьми, которые испытывают страхи в младшем школьном возрасте. Анализируется понятие страха в школьном периоде, а также перечисляются причины возникновения страхов у младших школьников. Также в статье приводятся результаты эмпирического исследования поданной проблемной тематики, представлен анализ результатов диагностики и разработан комплекс коррекционных занятий, который направлен на снижение уровня тревожности у детей младшего школьного возраста и создания благоприятной образовательной среды.

Ключевые слова: школа, образовательное учреждение, психолого-педагогическая работа, коррекция, страх, детская тревожность, дезадаптация, младший школьный возраст.

Психолого-педагогическая работа с детьми, испытывающими страхи в младшем школьном возрасте, представляет собой огромную актуальную проблему. Согласно статистическим данным, около 60% детей в возрасте от 6 до 11 лет периодически испытывают страхи, связанные с различными ситуациями, предметами или явлениями. Из них около 15% проявляют стойкие и значительные страхи, которые могут существенно влиять на их поведение, эмоциональное состояние и учебную активность [4, с. 15–27].

Психологические страхи у детей младшего школьного возраста могут проявляться в виде тревожности, нервозности, приступов паники, а также в форме отстраненности и стеснительности. Эти эмоциональные состояния оказывают негативное влияние на развитие детей, их социальную адаптацию и обучение. Дети, испытывающие страхи, могут страдать от снижения самооценки, затруднений в общении с окружающими и проблем в усвоении учебного материала. Научные исследования показывают, что систематическая психолого-педагогическая работа с детьми, испытывающими страхи, приводит к значительному улучшению их психологического состояния. Например, после проведения коррекционных занятий в классе было отмечено снижение уровня тревожности у детей на 40%, что свидетельствует о положительном эффекте такой работы [6, с. 9–17].

Проблему детских страхов в младшем школьном возрасте изучали многие отечественные исследователи. В число таких входят: Захаров А. И., Ильин Е. П., Кузнецова Е. Н., Овчарова Р. В., Спиваковская А. С., Панфилова М. А. и другие.

Психологическая работа с такими детьми направлена на помощь им в преодолении страхов и развитии навыков саморегуляции. Одним из ключевых методов работы является проведение индивидуальных консультаций, где психолог помогает ребенку вырабатывать стратегии преодоления страхов, развивать уверенность в себе и улучшать психологическую устойчивость. Именно в младшем школьном возрасте формируются основы психологического комфорта и самоконтроля, поэтому важно своевременно выявлять и помогать детям преодолевать свои страхи. Психологи и педагоги играют ключевую роль в этом процессе, проводя индивидуальные и групповые консультации, психологические

тренинги и коррекционные занятия. Следовательно, педагогическая работа в школе также играет важную роль. Учителя могут активно поддерживать психологическую работу, создавая безопасную и поддерживающую атмосферу в классе, проводя различные тренинги по развитию эмоциональной компетентности и участвуя в профилактических мероприятиях, направленных на снижение тревожности у детей [5, с. 11–25].

Страх — одно из наиболее мощных и частых эмоциональных состояний человека. Он возникает в ответ на реальную или мнимую угрозу и оказывает существенное воздействие на поведение и самочувствие индивида. В психологии страх считается одной из фундаментальных эмоций, которая служит адаптивной цели, предупреждая об опасности и мотивируя к действиям, но страх может стать навязчивым и затруднять нормальное функционирование человека. Страх может возникать по разным причинам и проявляться по-разному. Различные ученые предлагают свои классификации страхов. Например, Зигмунд Фрейд разделял страхи на невротические и реальные. Невротические страхи связаны с детством и считаются проявлением психологических проблем. Реальные страхи — это естественная реакция на реальную опасность [1, с. 7–11].

Гарольд Каплан, известный американский психотерапевт, выделял две категории страхов: конструктивные (выполняющие защитную функцию) и патологические (деструктивные, разрушающие личность, направленные на саморазрушение) [2, с. 14–20].

Существует множество критериев для классификации страхов: по объекту страха (внутренний или внешний), по возрасту человека, испытывающего страх (ребенок, взрослый или пожилой), и другие категории. Также следует отметить, что существует наивысшая степень проявления страха — фобия (страх высоты — акрофобия; страх собак — кинофобия; страх перед полетом — авиафобия; боязнь грозы — астралофобия и другие).

Родители и взрослые оказывают значительную поддержку детям в преодолении страхов. Благодаря поддержке, пониманию и возможности поделиться своими опасениями дети учатся успешнее справляться с ними. Позитивное отношение, осознание естественности страхов и обучение методам релаксации и самостоятельности укрепляют детскую психику [5, с. 11–25].

Источников детских страхов множество и следить, а также ограждать ребенка от каждого из них не имеет всякого смысла, так как преодолевая страхи ребенок становится «сильнее». Страхи в детском возрасте могут появляться из-за следующих причин:

1. Травматический опыт.
2. Отражение окружения.
3. Страх перед неизвестностью.
4. Воображение и фантазия.
5. Фильмы, мультфильмы и книги.
6. Отсутствие поддержки и понимания.
7. Изменения внешней среды.
8. Физическая боль.
9. Испуг животных.
10. Неудачи и критика [3, с. 8-15].

Таким образом мы изучили, что страх представляет собой нормальную реакцию организма на угрозу. Детские страхи являются неотъемлемой частью процесса воспитания. Родители играют ключевую роль в поддержке детей в преодолении страхов. Они могут научить ребенка расслабляться, контролировать дыхание, представлять себя в безопасной обстановке и использовать другие методы для борьбы со страхами. Изучение страхов у детей начальной школы позволяет специалистам и родителям понять, какие конкретные страхи испытывает ребенок и как они влияют на его поведение и настроение.

Своевременная диагностика страхов позволяет выявить причины и триггеры, вызывающие страх у ребенка, что в свою очередь помогает разработать индивидуальные стратегии по их преодолению.

В рамках тематики данной статьи нами было проведено эмпирическое исследование, которое было направлено на выявление страхов у детей младшего школьного возраста и разработки комплекса занятий, который направлен на снижение уровня тревожности у детей младшего школьного возраста и создания благоприятной образовательной среды.

После завершения этапа проведения с выборкой учащихся младшего школьного возраста комплекса занятий нами была проведена заключительная диагностика с целью установления наличия позитивной динамики эффективности комплекса.

В эмпирическом исследовании, которое было реализовано нами на базе ГБОУ Херсонской области «Круглоозерская школа Голопристанского муниципального округа», принимали участие ученики начальных классов, выборка учащихся была сформирована из 25 мальчиков и девочек 8 ми - 10 ти летнего возраста.

Первоначальную и заключительную диагностику мы проводили следующим диагностическим инструментарием:

1. Методика Г. В. Резапкиной «Определение уровня тревожности»;
2. Тест на выявление детских страхов А. И. Захарова и М.Панфиловой «Страхи в домиках».

Первая методика определение уровня тревожности Г. В. Резапкиной, разработана Галиной Владимировной Резапкиной и направлена на выявление и оценку психического состояния ребенка с точки зрения его тревожности. Это позволяет понять, насколько школьник подвержен стрессу, беспокойству и тревожности в различных ситуациях.

Методика представляет собой тест, состоящий из 20 вопросов. Если ребенок согласен с утверждением, то он ставит знак «+» рядом с номером утверждения в бланке ответов. Если не согласен, то ставит знак «-». Ребенок получает бланк с вопросами и после прочтения инструкции начинает отвечать на вопросы.

На «Рис 1» нами представлены результаты диагностики уровней тревожности младших школьников по результатам диагностики в (%).

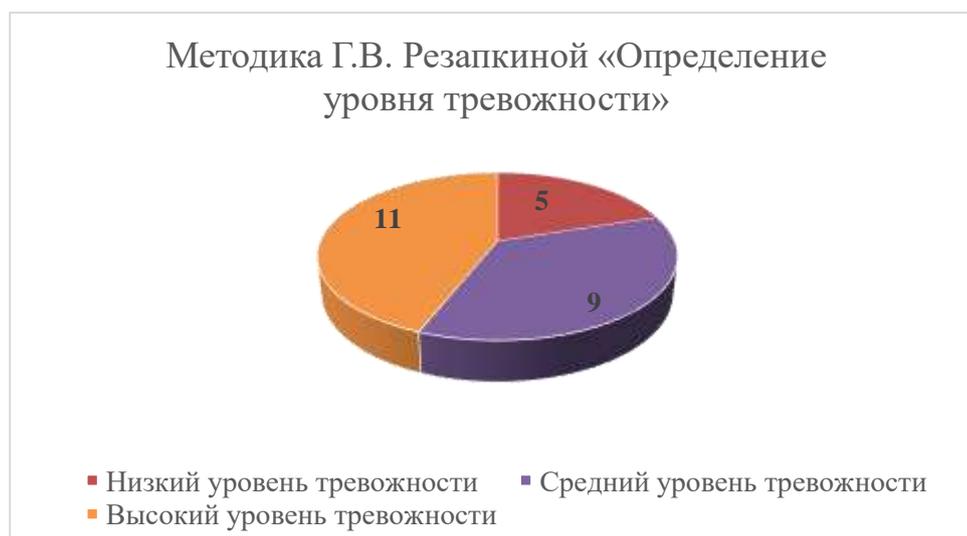


Рис 1. Методика Г.В. Резапкиной «Определение уровня тревожности» в (%)

Исходя из полученных данных, мы может сделать следующие выводы:

От 0–6 баллов набрали 5 учеников из 25 (20%) — это *низкий уровень тревожности*. Дети с низким уровнем тревожности обычно спокойны, уверены в себе и расслаблены в различных ситуациях. Они редко испытывают тревожные ощущения и легко справляются со стрессом.

От 7–13 баллов набрали 9 учеников из 25 (36%) — это *средний уровень тревожности*. Школьники с средним уровнем тревожности могут периодически испытывать беспокойство и напряжение в различных ситуациях. Они обычно способны справляться со стрессом, однако иногда тревожные мысли и чувства могут начать преобладать и затруднить принятие решений.

От 14–20 баллов набрали 11 учеников из 25 (44%) — это *высокий уровень тревожности*. Учащиеся с высоким уровнем тревожности часто испытывают сильные чувства беспокойства, страха и напряжения в различных ситуациях. Они могут иметь трудности с концентрацией, принятием решений и контролем над своими эмоциями. Люди с высоким уровнем тревожности могут чувствовать себя измотанными, измученными и перегруженными постоянными тревогами.

Мы предполагаем, что такой высокий уровень тревожности у младших школьников может быть связан с сильным напряжением, которое у них возникает в процессе обучения в школе. Высокая тревожность у младших школьников естественный феномен, так как школьник привыкает к новым условиям жизни в обществе - школе. Весь период начальной школы у детей связан со стрессом, так как в

первых двух классах ребенок адаптируется под новые обязанности и правила в учебном заведении, а в третьем и четвертом классе начинает переживать за перестройку учебного процесса с начальной в среднюю школу.

Считаем, что такой результат диагностики был ожидаем, учитывая специфику исследуемого возраста. Также кроме, школьной перестройки учебного процесса на результаты диагностики могли повлиять и другие личные факторы детей (взаимодействие с одноклассниками, семейная обстановка, физические особенности и др.)

Вторая методика тест на выявление детских страхов А. И. Захарова и М. Панфиловой «Страхи в домиках» разработана и апробирована российскими специалистами-психологами Александром Ивановичем Захаровым и Мариной Александровной Панфиловой. Диагностика направлена на выявление и уточнение преобладающих видов страхов у детей старше 3-х лет. Для проведения данной диагностики психолог рисует (на одном или на двух листах) контуры двух домиков – красного и черного цвета. Потом говорит следующую инструкцию для ребенка.

Ребенку зачитывается следующая инструкция: «В черном домике живут страшные страхи, а в красном — не страшны. Помогите мне расселить страхи из списка по домикам». (психолог называет по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик.

На «Рис 2» представлены результаты анализа выявления переживаний детских страхов в (%).



Рис. 2. Тест на выявление детских страхов А. И. Захарова и М. Панфиловой «Страхи в домиках» в (%).

Анализируя результаты полученных данных, мы видим, что меньше 6 видов страха мы обнаружили у 4 школьников из 25 (16%). Такое количество страхов можно охарактеризовать, как - *меньше нормы*. Если у ребенка маленькое количество страхов, то это может указывать на то, что ребенок имеет высокий уровень уверенности и самообладания. В этом случае важно не забывать, что дети также могут скрывать свои страхи или не признавать их перед собой.

От 6 до 10 видов страха мы обнаружили у 14 школьников из 25 (56%). Такое количество страхов можно охарактеризовать, как – *в пределах возрастной нормы*. Если у ребенка количество страхов в пределах возрастной нормы, то это может указывать на то, что ребенок испытывает некоторую тревогу, но она не является значительной или доминирующей.

Больше 10 видов страха мы обнаружили у 7 школьников из 25 (28%). Такое количество страхов можно охарактеризовать, как – *выше нормы*. Если у ребенка имеется большое количество страхов, то это может указывать на то, что ребенок испытывает значительный уровень тревоги и беспокойства. Возможно, у него есть определенные травмы или негативные опыты, которые вызывают у него страхи.

Мы предполагаем, что такое большое количество детей, у которых имеются много страхов связано с двумя причинами. Во-первых, специфика детского возраста предполагает определенное количество страхов у детей, которое будет колебаться в пределах нормы, например, у детей 7 лет у мальчиков норма страха - 9, а у девочек - 12 штук. Такое среднее число страхов определил в своих трудах А. И. Захаров. Если опираться на исследования Захарова, то мы видим, что почти у половины детей в выборке, либо меньше, либо в пределах возрастной нормы количество страхов (от 7 до 11 видов страха, как у мальчиков, так и у девочек).

Во-вторых, вторая половина детей у которых видов страха выше возрастной нормы (14 детей) связана с личными особенностями каждого ребенка (темперамент, характер, черты личности), страной проживания детей или их школьной успеваемостью. Считаем, что совокупность данных факторов и определило повышенное количество страхов в данной выборке детей.

Таким образом мы выяснили, что результаты нашего эмпирического исследования подтверждают наличие страхов у детей в младшем школьном возрасте. Они является абсолютно нормальной возрастной особенностью, у которой даже есть свои нормы (для каждого возраста своя норма). Мы обнаружили, что при первоначальной диагностике у большинства детей в нашем исследовании была высокая степень тревожности (44%) Также на начальном этапе мы выяснили, что в классе имеются дети (28%), у которых было больше страхов, чем необходимо по норме.

Также в контексте нашего исследования мы разработали и провели с данной выборкой учащихся младших классов комплекс игр и упражнений для снижения уровня тревожности у детей младшего школьного возраста.

Данная программа, является авторской разработкой и имеет следующее название – «Без страха».

Целью данного комплекса является: снижение уровня тревожности у детей младшего школьного возраста для создания благоприятной образовательной среды и обеспечения успешного социально-психологического развития. Данную цель нам помогут достичь следующие **задачи:**

1. Снизить уровень тревожности у младших школьников.
2. Найти и обозначить у детей чувство страха и поговорить о нем.
3. Осуществить контроль и наблюдение над объектом страха.
4. Повысить уверенность в себе младших школьников.

Общие данные комплекса

Комплекс реализовался в течение 1 учебного месяца. Занятия проводились с группой детей, в количестве от 12–17 человек, 2 раза в неделю согласно расписанию. Продолжительность одного занятия составляла 35 минут. Занятия проводятся в классе.

Возраст детей. Комплекс рассчитан на детей в возрасте 8-10 лет, имеющие страхи и тревожность.

Данный комплекс упражнений/игр разделен на 2 раза в неделю для того, чтобы было комплексное, последовательное, развивающее воздействие на ребенка и удобное расписание для их родителей. Всего комплекс рассчитан на 8 занятий – 16 упражнений/игр:

Неделя 1 – Знакомство и сплочение группы;

Неделя 2 – Выявление страха у детей;

Неделя 3 – Снятие тревожности;

Неделя 4 – Развитие уверенности в себе.

В начале каждого занятия проходит упражнение «Я чувствую» - рефлексия от учащихся. Школьник по очереди получает мяч и рассказывает о своем состоянии и о том, что ожидает от сегодняшнего занятия. Далее он передает мяч по кругу следующему.

В конце каждого занятия проходит упражнение «Итог дня» - обратная связь от учащихся. Учащиеся по очереди получают мяч и рассказывают о произошедшем на данном занятии, отвечая на 2 вопроса: «Что понравилось на занятии?», «Что не понравилось на занятии?».

Пример содержания занятия на снятие тревожности.

Упражнение 1. «Дыхательная гимнастика»

Дети садятся в удобное положение и совершают медленные глубокие вдохи и выдохи, сосредотачиваясь на своем дыхании. Это помогает им расслабиться и снять напряжение.

Упражнение 2. «Массаж рук»

Дети парами массируют друг у друга руки, делая мягкие и приятные движения. Этот массаж способствует расслаблению и уменьшению тревожности.

Упражнение 3. «Природные звуки»

Дети слушают звуки природы (шум дождя, шелест листьев и т. д.) и представляют себя в спокойном природном месте, что помогает им успокоиться и отвлечься.

После реализации с детьми данного комплекса мы провели заключительную диагностику тем же инструментарием. Итоги диагностики представлены на «Рис 3». Для удобства на диаграмме представлены условные обозначения: шс - школьные страхи; шт - школьная тревожность.

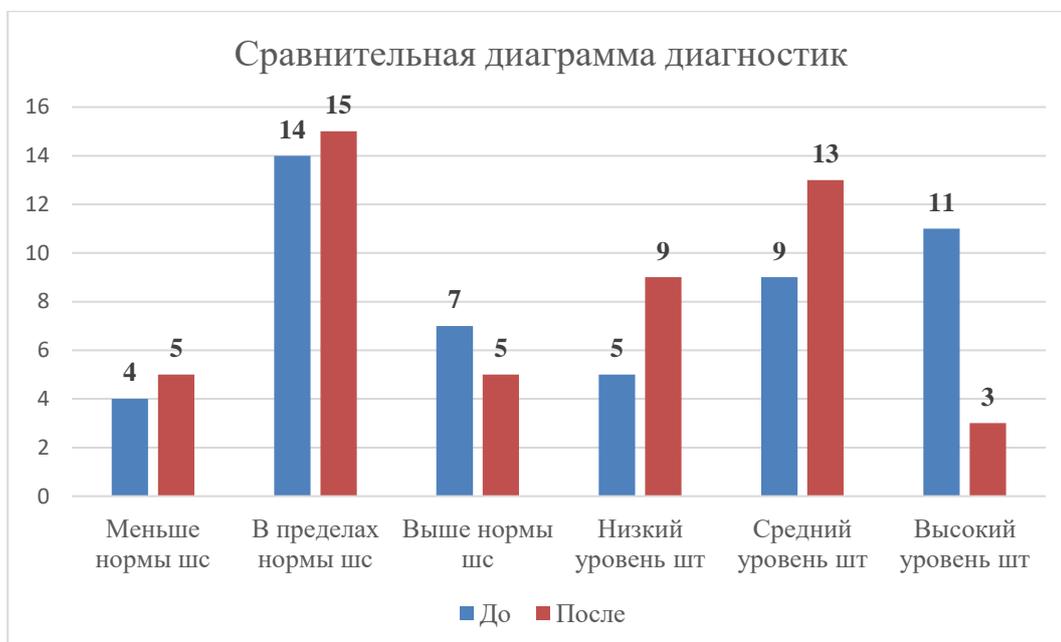


Рис. 3. Сравнительная диаграмма диагностик

1. Методика Г.В. Резапкиной «Определение уровня тревожности»:

От 0–6 баллов набрали 9 учеников из 25 (36%) — это *низкий уровень тревожности*.

От 7–13 баллов набрали 13 учеников из 25 (52%) — это *средний уровень тревожности*.

От 14–20 баллов набрали 3 учеников из 25 (12%) — это *высокий уровень тревожности*.

2. Тест на выявление детских страхов А. И. Захарова и М. Панфиловой «Страхи в домиках».

Меньше 6 видов страха мы обнаружили у 5 школьников из 25 (20%). Такое количество страхов можно охарактеризовать, как - *меньше нормы*.

От 6 до 10 видов страха мы обнаружили у 15 школьников из 25 (60%). Такое количество страхов можно охарактеризовать, как – *в пределах возрастной нормы*.

Больше 10 видов страха мы обнаружили у 5 школьников из 25 (20%). Такое количество страхов можно охарактеризовать, как – *выше нормы*.

Апробация комплекса коррекционных занятий данной разработки, была так же реализована нами на базе ГБОУ Херсонской области «Круглоозерская школа Голопристанского муниципального округа» с учениками младших классов, которые уже принимали участие в диагностическом этапе исследования.

По результатам формирующего эксперимента нами были выявлены позитивные изменения, у школьников, которые выявлены в следующем: улучшении общего настроения и повышении уровня позитивных эмоций; увеличении концентрации во время занятий и повышении школьной успеваемости; повышении уверенности в себе и своих способностях; улучшении отношений с одноклассниками и уменьшении их конфликтов. Эти положительные изменения говорят о том, что разработанный комплекс оказывает значительное влияние на психологическое благополучие и успешное функционирование детей в школе и их повседневной жизни.

Это говорит о том, что коррекционные занятия в нашем разработанном комплексе были успешные в снижении уровня тревожности у детей и их борьбы со страхами. Наше исследование подтверждает, что комплексная поддержка и работа с эмоциональной сферой детей способна улучшить их состояние,

даже если количество страхов остается примерно на том же уровне. Это важное направление для психологической работы с детьми и подтверждает, что эмоциональное благополучие и тревожное состояние могут эффективно регулироваться с помощью подходящих методов коррекции и поддержки.

Литература

1. Абрамова Н. В. Психологические особенности страхов у младших школьников / Н. В. Абрамова // Психология и педагогика. 2015. № 2. С. 7–11.
2. Белякова Е. А. Страхи у детей младшего школьного возраста: причины и способы преодоления / Е. А. Белякова // Современная психология. 2018. Т. 12, № 3. С. 14–20.
3. Дмитриева Л. К. Методы преодоления страхов у детей младшего школьного возраста / Л. К. Дмитриева // Психологические исследования. 2014. № 5. С. 8–15.
4. Иванова Т. А. Роль педагога в преодолении страхов у младших школьников / Т. А. Иванова // Образование и развитие личности. 2017. № 1. С. 15–27.
5. Лебедева Е. В. Психологические аспекты страхов у школьников / Е. В. Лебедева // Современные проблемы психологии детства и подросткового возраста. 2019. Т. 8, № 2. С. 11–25.
6. Никитина Л. Д. Факторы, влияющие на формирование страхов у детей младшего школьного возраста / Л. Д. Никитина // Вестник практической психологии образования. 2018. № 3. С. 9–17.

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL WORK OF A PSYCHOLOGIST
WITH CHILDREN EXPERIENCING FEARS IN PRIMARY SCHOOL AGE

Karimova Tatyana Vasilievna

Master's Student,
Kherson State Pedagogical University
27 Universitetskaya St., 273003 Kherson, Russia
tv.k.71@mail.ru

Shevtsova Yana Viktorovna

Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,
Kherson State Pedagogical University
27 Universitetskaya St., 273003 Kherson, Russia
shevcovayanavic@yandex.ru
SPIN-code: 9551-8153

Abstract. This article examines the topic of psychological and pedagogical work of a psychologist with children who experience fears in primary school age. The concept of fear in the school period is analyzed, and the reasons for the occurrence of fears in primary school children are listed. The article also presents the results of an empirical study of the given problematic topic, presents an analysis of the results of diagnostics and develops a set of correctional classes aimed at reducing the level of anxiety in primary school children and creating a favorable educational environment.

Keywords: school, educational institution, psychological and pedagogical work, correction, fear, children's anxiety, maladjustment, primary school age.

Научная статья
УДК 159.923

**Современная технология психологической диагностики и коррекции
личности в ситуации жизненного кризиса**

© *Кванчиани Ирина Юрьевна*

магистрант,
Херсонский государственный педагогический университет
Россия, 273003, г. Херсон, ул. Университетская, 27
AnufrievaIY31@gmail.com

© *Шевцова Яна Викторовна*

кандидат психологических наук, доцент,
Херсонский государственный педагогический университет
Россия, 273003, г. Херсон, ул. Университетская, 27
AnufrievaIY31@gmail.com

Аннотация. Исследование рассматривает проблему кризиса и пути профилактики сложных психоэмоциональных последствий трудовых будней современного человека. Таких неприятных условий в жизни человека много: это и экономические события, конфликты, сложные жизненные ситуации, внутренние переживания. Все это вызывает необходимость применения технологий не только диагностики психоэмоционального состояния, но и быстрой психологической перезагрузки стрессового состояния путем применения различных технологий. В качестве примера мы основывались на приборах: «ЛИРА-100» и Аудиовизуальной стимуляции.

Ключевые слова: кризис, стресс, кризисная ситуация, психологическая травма, стимуляция.

Человек испытывает сильные переживания в любом кризисном состоянии, будь то процесс взросления и развития или катастрофическая жизненная ситуация и др. Наиболее острыми выступают переживания, в которых человек понимает, что прежними способами он уже не может обойтись и справиться с ситуацией. Осознание этой проблемы подталкивает человека на поиски новых путей и решений, чтобы справиться с жизненным кризисом.

Кризисное переживание, несмотря на сложность и тягостность, имеет определенные функции. По мнению Р. Х. Шакурова (2001), кризис выполняет следующие функции:

1. Созидательную, которая заключается в мобилизации ресурсов субъекта для преодоления сопротивления среды, мешающего удовлетворению потребностей;
2. Функцию регулирования поведения с учетом характера преодолеваемых преград», которая представляет собой изменение внутренних условий в направлении повышения их функциональных возможностей;
2. Тормозящую функцию, связанную с остановкой или угнетением жизнедеятельности человека по удовлетворению его потребностей;
3. Подавляющую функцию, заключающуюся в блокировке удовлетворения важных потребностей и оказании деструктивного, патогенного воздействия на личность.

Каждый кризис имеет свою динамику. Гарольд Каплан известный американский психотерапевт описал четыре последовательные стадии кризиса:

1. первичный рост напряжения, стимулирующий привычные способы решения проблем;
2. дальнейший рост напряжения в условиях, когда эти способы оказываются безрезультатными;
3. еще большее увеличение напряжения, требующее мобилизации внешних и внутренних источников;
4. повышение тревоги и депрессии, чувства беспомощности и, дезорганизация личности. [1, с.11]

Цель этой работы значительно расширить арсенал психологов в решении вопросов помощи при возникновении острых кризисных ситуаций. Существует множество современных методов диагностики и способов коррекции личности в ситуации жизненных кризисов. Одним из таких методов является диагностический комплекс ЛИРА-100, который позволяет выявлять нервно-психическую неустойчивость, определить наличие у человека острого стрессового состояния. А способ коррекции

личности в ситуации кризиса возможен с помощью аппарата Аудио - визуальной стимуляции, позволяющего за короткое время 10–15 мин снять нервное напряжение, значительно улучшить психоэмоциональный фон человека. Совместное применение на практике этих двух аппаратов позволит значительно ускорить оказание помощи людям, находящимся в острых кризисных состояниях.

Рассмотрим применение этих двух аппаратов более подробно.

«*Диагностический комплекс» ЛИРА-100*» разработан Баньковым Валерием Ивановичем и предназначен для оценки психофизиологического состояния организма. Физиологический механизм диагностики основан на анализе биоэлектромагнитной реактивности живых тканей органов, создаваемой на основе изменения параметров ответного электромагнитного сигнала, наведенного естественного электромагнитного поля импульсного сложно модулированного характера. Давно известно участие вегетативной нервной системы (ВНС) во всех психофизиологических процессах организма. Этот аппарат позволяет выявить на ранних стадиях состояние у человека нервного стресса, кризиса. Измерения проводятся быстро (от 3–6 мин на человека), не требуют специального медицинского образования. По принципу действия и эффективности этот прибор не имеет аналогов в мире. Обследование проводится по методике оценки психофизиологического состояния организма (патенты РФ № 2209035, рег. в гос. реестре 27.07.04; № 2252694, рег. в гос. реестре 27.05.05) Суть в том, что проводятся измерения в функциональных зонах X1 и X2(оцениваются показатели крови), X3 и X4 (состояние сосудов, обусловленное тонусом вегетативной нервной системы), X5 и X6 (периферическая микроциркуляция и обменные процессы). В дальнейшем, после применения прибора аудио - визуальной стимуляции, эти показания сравниваются.

Прибор Аудиовизуальной стимуляции основан на знаниях работы головного мозга. Наш мозг имеет сложнейшую идеально функционирующую структуру. Взаимодействие миллиардов клеток друг с другом позволяет регулировать полноценное существование человека, от физиологических неосознаваемых процессов до сложнейших психоэмоциональных. В начале 20 века психиатром Гансом Бергером(Германия) был изобретен метод электроэнцефалографии, было ясно что мозг имеет свою электрическую активность, которую можно измерить и на которую можно воздействовать, для достижения определенных целей.

В 50-е годы получил развитие метод электроэнцефалографии (ЭЭГ), позволяющий записывать и изучать электрические потенциалы мозга. Было установлено, что мозг способен следовать за различными ритмичными стимулами, например, импульсами сверх слабого электрического тока, световыми вспышками и звуковыми щелчками, если частота следования стимулов находится в рамках естественного диапазона частот электрических потенциалов мозга (0.5-42Гц). Установили, что легче всего мозг следует за стимулами в интервале частот 10-25Гц, но при тренировке этот интервал можно расширить на весь диапазон естественных частот мозга. Это открытие позволило создать эффективную систему тренировки мозга для достижения необходимых состояний.

В настоящее время принято выделять четыре основных вида электрических колебаний в человеческом мозге, каждому из которых соответствует свой диапазон частот и состояние сознания, при котором он доминирует.

Удалось выявить, что мозг продуцирует несколько разных ритмов сигналов в зависимости от состояния человека (сон, расслабление, покой, возбуждение, стресс). Стало понятно, что, изучая ритмы волновой активности мозга можно определить состояние человека. Опытным путем выяснилось, что волновую активность мозга можно изменять, тем самым помогая лечить многие заболевания, снимать стрессы, выводить из кризисных состояний. Также при различных видах расстройств нервной системы, при психических заболеваниях, волновая активность значительно искажается. Например, недостаток бета-активности указывает на депрессию.

Аудио -визуальная стимуляция выполняет лечебное воздействие на мозг при помощи подобранных специально зрительных и слуховых стимулов-раздражителей. При нормализации волновой активности мозга мы тем самым влияем положительно на улучшения общего эмоционального состояния, снятие симптомов тревожности, депрессии, помогаем найти выход человеку из жизненного кризиса. Прибор включает в себя наушники и специальные очки, подключенные к основному аппарату. Через этот аппарат пациенту поступают пульсирующие звуки и набор определенных цветовых вспышек, влияющие на работу мозга подобранные специально в зависимости от заболевания и необходимой психоэмоциональной коррекции. Существуют альфа-, бета-, дельта- и тэта- ритмы, которые способны задавать нужный ритм мозговой активности, путем воздействия на органы чувств через специальные

приборы. **Бета волны** — самые быстрые. Их частота варьируется, в классическом варианте, от 14 до 42Гц (а по некоторым современным источникам, - более чем 100 Герц). В обычном состоянии, когда мы бодрствуем волны находятся в диапазоне от 14-40 герц, и являются доминирующими в мозге. Если наблюдается их избыток, то это всегда связано с проявлением страха, тревожности, беспокойства, паники. Стимулируя мозг в бета-диапазоне можно добиться избавления от депрессии. **Альфа волны** усиливаются, когда мы закрываем глаза и начинаем пассивно расслабляться, не думая ни о чем. Электрические колебания в мозге при этом замедляются, и появляются “всплески” альфа волн, т.е. колебаний в диапазоне от 8 до 13 герц. Альфа волны - это проявление нормального состояния человека, находящегося вне стрессового состояния. Чем их больше – тем лучше. Было замечено что люди, пережившие в детстве стрессовые состояния, имеют подавленную альфа-активность мозга. Этот эффект назвали «эффектом вытеснения». Аналогичная картина наблюдается у людей, страдающих посттравматическим синдромом, полученным в результате военных действий. **Тета-волны** появляются, когда спокойное, умиротворенное бодрствование переходит в сонливость. Электрические колебания в мозге становятся более медленными и ритмичными, в диапазоне от 4 до 8 герц. Это состояние называют еще “сумеречным”, поскольку в нем человек находится между сном и бодрствованием. Такое состояние больше похоже на гипнотическое, находясь именно в этом состоянии человеческий мозг продуцирует больше бета-эндорфинов – собственных “наркотиков”, отвечающих за радость, отдых и уменьшение боли. Замечено, что у людей склонных к алкоголю и наркотикам не вырабатывается достаточного количества Альфа и Бетта волн, они продуцируются только при употреблении. Тренировка мозга в Бетта диапазоне значительно увеличивает возможности мозга принимать самостоятельно решения, справляться со стрессовыми ситуациями и жизненными кризисами. **Дельта волны** начинают доминировать, когда мы погружаемся в сон. Они еще медленнее, чем тета-волны, поскольку имеют частоту менее 4 колебаний в секунду. Большинство людей при доминировании в мозге дельта волн находится либо в сонном, либо в каком-то другом бессознательном состоянии. Именно в этом состоянии наиболее интенсивно идут процессы самовосстановления.

Лечебные эффекты проявляются опосредованно через активацию центральных нервных механизмов, регулирующих вегетативные функции, активность психическую, через поведение и эмоции.

Неразрешенные кризисные противоречия, травматические ситуации в которых прибывает человек, впоследствии могут привести к изменениям в психике.

Приборы Аудиовизуальной стимуляции широко применяются в МВД. Постановлением Правительства РФ № 190 от 29.03.2007 Аудио - визуальные приборы внесены в перечень обязательных приборов для комнат психоэмоциональной разгрузки в Российской Армии. С начала 2000-х они централизовано закупаются МВД РФ для комнат психоэмоциональной разгрузки в подразделениях МВД.

В наше время применение этих приборов особо актуально для людей, прошедших и участвующих в СВО. После окончания боевых действий некоторым людям сложно вернуться к мирной жизни, нет возможности пройти полноценную психологическую реабилитацию. Фактически у всех раненых имеются симптомы посттравматических стрессовых расстройств (ПТСР): навязчивые воспоминания, сниженный фон настроения, непреодолимая бессонница, необъяснимая тревога, повышенная раздражительность, нервозность, депрессия, сверхбдительность, расстройства памяти и внимания. В тех организациях где у психологов имеются приборы Аудио - визуальной стимуляции, процесс реабилитации существенно ускоряется и упрощается.

Нам удалось провести эмпирическое исследование на базе УМВД России по городскому округу Химки Московской области, среди сотрудников, участвовавших в СВО и вернувшихся с нею в течение последних шести месяцев. Были отобраны 10 человек обратившихся в кабинет психолога для оказания психологической помощи в снятии эмоционального напряжения, тревожного состояния, беспокойства и агрессии. Люди испытывали посттравматическое стрессовое расстройство.

В ходе мониторинга на «Диагностическом комплексе» ЛИРА-100» у всех участников был подтвержден высокий уровень стресса. Система позволила рассчитать интегративный индекс состояния организма (ИСО), индекс психофизиологического состояния (J), текущую эмоциональную устойчивость (R), вегетативный тонус (W), интегративное состояние крови (Q). Обработка результатов проводилась с помощью компьютерной программы Statistica. Для испытуемых было предложено пройти сеанс Аудиовизуальной стимуляции. Каждому был проведен сеанс длительность которого составляла 15 минут. Время проведения процедуры – в течении дня. На приборе был выбран режим «Стресс-киллер»

диапазон частот от 2-11 ГЦ двойной БР/шум моря. Приятный звук и Альфа-тета-релаксация, успокаивает нервы и уменьшает эмоциональное напряжение.

Анализ данных показал: средний показатель ИСО на начало эксперимента составил $0,49+0,05$ / по окончании процедуры этот показатель увеличился $0,63+0,05$; При обследовании (до процедуры) средние показатели вегетативного тонуса (W) составили $48,43+2,09$, после процедуры этот показатель увеличился $55,29+2,33$; Индекс психофизиологического состояния составил $34,19+3,57$, после процедуры $44,5+3,61$; показатели интегративного состояния (Q) и текущей эмоциональной устойчивости (R) практически одинаковые - до $30,28+1,16$, после $38,56+2,24$.

Таким образом нам удалось выявить положительное влияние диагностического комплекса и аудиовизуальной стимуляции в тандеме – это, конечно не таблетка, но тем и привлекают наше внимание эти технологические возможности – тренажеры для нашего мозга. В результате таких тренировок значительно возрастает работоспособность, гибкость мозга, улучшается психоэмоциональный фон человека. Примечательно то, что мы можем оказать необходимую помощь людям, не прибегая к фармацевтическим препаратам, антидепрессантам, что в свою очередь может вызвать отрицательный результат, как привыкание и зависимость. Этот метод не отрицает, а расширяет традиционный инструментарий психологов и психотерапевтов.

Литература

1. Попова Р. Р. Психологическая помощь в кризисных и чрезвычайных ситуациях: учебное пособие / Р. Р. Попова. Казань: Изд-во Казанского ун-та, 2013. 135 с.
2. Иванова Е. В., Сабитов А. У., Баньков В. И. Опыт применения диагностического комплекса «ЛИРА-100» в педиатрии // Системная интеграция в здравоохранении: электронный научный журнал. 2008. № 2(2). URL: <https://sys-int.ru/sites/default/files/sysint16222008.pdf> (дата обращения: 12.04.2024).
3. Патрушев А. Как психологу поможет майнд машина. Опыт профессионала. 2018. URL: https://www.b17.ru/article/mind_machine_for_psychologist (дата обращения: 12.04.2024).
4. Пантелеева В. В. Психология кризисных состояний личности: учеб. пособие / В.В. Пантелеева, О. И. Арбузенко. Тольятти: Изд-во ТГУ, 2011. 194 с.

MODERN TECHNOLOGY OF PSYCHOLOGICAL DIAGNOSTICS AND PERSONALITY CORRECTION IN A LIFE CRISIS SITUATION

Kvanchiani Irina Yuryevna
Master Student,
Kherson State Pedagogical University
27 Universitetskaya St., 273003 Kherson, Russia
AnufrievaIY31@gmail.com

Shevtsova Yana Viktorovna
Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,
Kherson State Pedagogical University
27 Universitetskaya St., 273003 Kherson, Russia
AnufrievaIY31@gmail.com

Abstract. Our research considers the problems of crisis and ways of prevention of complex psycho-emotional consequences of labor everyday life of a modern person. There are a lot of such unpleasant conditions in human life, such as economic events, conflicts, difficult life situations, inner feelings, all this causes the necessity of using technologies not only for diagnostics of psycho-emotional state, but also for quick psychological reset of stressful state by applying various technologies. As an example, we were based on the devices: "LIRA-100" and Audio-visual stimulation.

Keywords: crisis, stress, crisis situation, psychological trauma, stimulation.

Научная статья
УДК 159.955

**Стрессоустойчивость старшеклассников
в период подготовки к ЕГЭ**

© *Леушина Виктория Алексеевна*

студент,

Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова

Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а

Vika2001vika01@yandex.ru

© *Климентьева Наталья Николаевна*

кандидат психологических наук, доцент,

Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова

Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а

Vika2001vika01@yandex.ru

Аннотация. В статье рассматривается вопрос об уровне развития стрессоустойчивости старшеклассников в период подготовки к единому государственному экзамену. Раскрываются проблемы развития стрессоустойчивости старшеклассников, рассматриваются факторы, влияющие на повышение и снижение стрессоустойчивости. Описывается экспериментальное исследование уровня стрессоустойчивости старшеклассников.

Ключевые слова: стрессоустойчивость, старшеклассники, единый государственный экзамен.

Современное образование ставит перед собой важную задачу – это развитие всесторонне развитой личности. Чтобы войти во взрослый мир, нынешние школьники должны обладать социальными и психологическими качествами. Поэтому образовательная среда ставит перед собой такую задачу, как сформировать психологически здоровых, творческих, успешных людей.

В процессе обучения бывают моменты, когда уровень стресса учащихся достигает пика: поступление в ВУЗ, колледж, адаптация в пятом классе и экзаменационные периоды. Но одна из острых проблем является стресс, связанный с экзаменом. В мире существует различные виды аттестации, но именно ОГЭ и ЕГЭ становятся серьезным испытанием для выпускников, что приводит к негативным изменениям в их физическом и психическом состоянии.

Исследователи считают, что единый государственный экзамен – это острый стресс, который затрагивает всех участников образовательного процесса (старшеклассников, учителей, родителей).

В наше время понятие «стресс» имеет различные трактовки. Стресс – это психическое напряжение, которое вызвано действиями человека в сложных ситуациях (2, с. 479), но в более широком смысле – реакция организма на воздействие вредных факторов.

Г. Селье, изучая стресс, писал: «стресс – это состояние общего напряжения в организме в результате воздействия чрезвычайных раздражителей (стрессоров)» [3, с. 27]. Стрессор же: «это чрезвычайный или патологический раздражитель, значительный по силе и продолжительности, действующий неблагоприятно, вызывающие стресс. Раздражители становятся стрессором, когда человек придает стрессору значение (когнитивная интерпретация), будь то через определенную эмоциональную реакцию или через низшие мозговые сенсорные механизмы, через механизмы физиологических функций организма» [3, с. 29].

Так же Г. Селье выделил стадии развития стресса:

- 1) стадия тревоги – это ответ организма на опасность или угрозу;
- 2) стадия адаптации – активное сопротивление организма;
- 3) стадия истощения – снижение сопротивляемости организма.

Эустресс – положительный стресс; дистресс – отрицательный стресс. Именно такие два вида выделяет в своей работе Г. Селье. Польза эустресса заключается в том, что он важен для повышения производительности труда, закаливания и мобилизации организма, развития творческих способностей и самосовершенствования, обучения выживанию в чрезвычайных ситуациях и приобретения полезного опыта. Дистресс же предполагает дезориентацию, страх неудачи и приступы паники. Некоторые учащиеся даже теряют способность адекватно реагировать.

Многие авторы, изучая проблему подготовки к единому государственному экзамену, отмечают, что трудности у выпускников возникают из-за индивидуального восприятия ситуаций, низким уровнем стрессоустойчивости, неумением контролировать и регулировать ситуации и свои действия.

Выделяя такие компоненты как интеллектуальный, мотивационный, волевой, психофизиологический, эмоциональный опыт личности, профессиональная подготовка, Н. И. Бережная раскрывает сущность понятия стрессоустойчивости [1, с. 455].

Е. А. Серегина выделяет факторы, способствующие повышению стрессоустойчивости [4, с. 95]:

- а) предыдущий опыт и положительный взгляд в будущее;
- б) одобрение действий ближайшим социумом;
- в) чувства удовлетворенности от собственной деятельности;
- г) индивидуально-психологические особенности;
- д) положительный эмоциональный фон (чувства спокойствия, уверенности, низкий уровень тревожности).

Но есть факторы, которые отрицательно влияют на уровень стрессоустойчивости [5, с. 33]:

- а) эмоционально-когнитивные (отрицательный взгляд в будущее и на ситуацию; отсутствие нужной информации; незнание, что делать в ситуации);
- б) чрезмерное воздействие фактором, которые приводят к истощению организма и дезадаптации;
- в) индивидуально-психологические особенности (неуверенность, чувство не спокойствия, высокий уровень тревожности, раздражительности).

Многие ученые сходятся во мнении, что во время стресса происходит мобилизация ресурсов организма, поэтому человек может совершить необдуманные и совершать несвойственные для него поступки.

Стрессоустойчивость старшеклассников в период подготовки к ЕГЭ – одна из важных тем современного общества, она затрагивает вопросы, которые требуют решения проблемы: насколько сформирована стрессоустойчивость у старшеклассников, чтобы противостоять стрессу во время единого государственного экзамена.

С целью определения уровня стрессоустойчивости старшеклассников в период подготовки к ЕГЭ нами был проведен эксперимент. Исследование проводилось на базе МАОУ СОШ №51 г. Улан-Удэ. В эксперименте участвовали учащиеся 11 «А» класса в количестве 20 человек, 11 «Б» класса в количестве 20 человек. Эксперимент включает в себя диагностику стрессоустойчивости старшеклассников. Нами были определены критерии и показатели (табл. 1).

Результаты проведенной диагностики в двух классах говорят, что у большинства учащихся в двух классах преобладает средний уровень стрессоустойчивости, они могут сохранять равновесие во время стрессовой ситуации, но им требуется время, чтобы отпустить эту ситуацию (рис. 1). В 11 «Б» классе средний уровень стрессоустойчивости выше на 10%, чем в 11 «А». В 11 «А» классе выявлены учащиеся с низким уровнем стрессоустойчивости, они оценивают стрессовую ситуацию, как что-то страшное, нерешаемое, часто испытывают тревожность, нервозность. Им требуется много времени, чтобы решить или забыть стрессовую ситуацию. И все это может отрицательно сказаться на едином государственном экзамене.

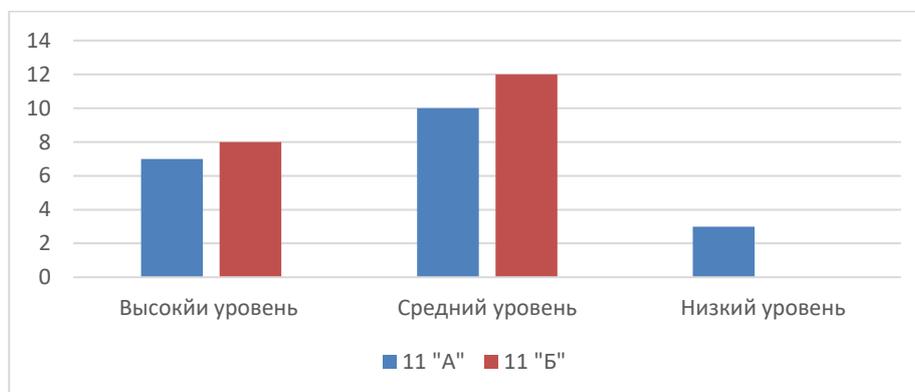


Рис. 1. Результаты диагностики стрессоустойчивости старшеклассников

Экзаменационный стресс – это вид стресса, который проявляется на разных уровнях жизни человека (физическом и психическом), причиной выступают опасные ситуации в виде экзамена. Данный стресс часто выступает как психотравмирующий фактор, негативно влияющий на системы организма.

Подростковый возраст характеризуется тем, что в нем происходят резкие изменения в различных сферах. Они проявляются в низкой самооценки, агрессии, тревожности, неуверенности в себе и собственных силах и др. Поэтому старшие подростки более подвержены стрессу при подготовке к единому государственному экзамену.

Анализ литературы и диагностики показал, что у старшеклассников недостаточно сформирован высокий уровень стрессоустойчивости. Старшеклассники способны противостоять проблемам и неприятностям, но им требуется гораздо больше времени, чтобы отпустить критическую ситуацию. Они не могут мгновенно принять решение в стрессовых ситуациях, не могут отвлечься от тех факторов, которые отрицательно на них влияют. Поэтому формирование навыков стрессоустойчивости должно начинаться раньше, чтобы к 11 классу старшеклассники уже знали, как справляться со стрессовыми ситуациями во время экзаменов.

Литература

1. Бережная Н. И. Стрессоустойчивость оперативных сотрудников таможенных органов / Н.И. Бережная // Ежегодник Российского психологического общества: материалы 3-го всероссийского съезда психологов (25–28 июня 2003 г.). Санкт-Петербург: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2003. С. 453–457.
2. Большой психологический словарь / под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. 4-е изд., дораб. Москва: Прайм-Еврознак, 2008. 868 с.
3. Селье Г. Стресс без дистресса: монография / Г. Селье; общ. ред. Е. М. Крепса. Москва: Прогресс, 1982. 126 с.
4. Серегина Е. А. Педагогические условия здоровьесбережения старшеклассников в период подготовки и сдачи ЕГЭ / Е. А. Серегина, И. А. Кувшинова // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2011. № 9(87). С. 74–91.
5. Чибисова М. Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями: монография / М. Ю. Чибисова. Москва: Генезис, 2009. 184 с.

STRESS RESISTANCE OF HIGH SCHOOL STUDENTS DURING PREPARATION FOR THE UNIFIED STATE EXAM

Leushina Victoria Alekseevna

Student,

Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
Vika2001vika01@yandex.ru

Klimentyeva Natalya Nikolaevna

Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,

Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
Vika2001vika01@yandex.ru

Abstract. The article examines the level of development of stress resistance of high school students during the preparation for the Unified State Exam. The problems of development of stress resistance of high school students are revealed, the factors influencing the increase and decrease of stress resistance are considered. An experimental study of the level of stress resistance of high school students is described.

Keywords: stress resistance, high school students, Unified State Exam.

Научная статья
УДК 149.9.072

О становлении практической психологии в Бурятии

© *Миронова Татьяна Львовна*

доктор психологических наук, профессор,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
mironouvat@yandex.ru

Аннотация. В статье представлены вопросы истории кафедры психологии Бурятского государственного университета имени Доржи Банзарова. Раскрыт существенный вклад заведующих кафедрой психологии В.П. Битуева, А.Д. Карнышева, Т.Л. Мироновой, Т.Ц. Тудуповой в становление кафедры, развитие у профессорско-преподавательского состава профессионального мастерства, компетентности. Показана роль кафедры, сотрудников кафедры в профессиональной переподготовке психологов, в становлении практической психологии в Республике Бурятия. Раскрыты основные профессиональные функции практических психологов в сфере образования, здравоохранения.

Ключевые слова: история кафедры психологии; заведующие кафедрой психологии; компетентность; профессиональная переподготовка психологов; судебно-психологическая экспертиза; преподавательская, научно-исследовательская, психодиагностическая, консультативная, психокоррекционная работа.

В 2022 году мы встречаем две знаменательные даты – 90-летие БГПИ-БГУ и 45-летие кафедры психологии, а ныне кафедры общей и социальной психологии. В связи с этим мы вспомним историю нашего вуза, его прошлое, настоящее, его воспитанников, преподавателей психологии, внесших большой вклад в профессиональную подготовку будущих профессионалов, в становление практической психологии в Бурятии.

Со дня основания Бурятского педагогического института в 1932 г. до 1977 года педагоги и психологи трудились на одной кафедре педагогики и психологии БГПИ [1, с. 7]. Одним из первых преподавателей психологии был Н.П. Егунов, окончивший в 1929 году Московскую академию коммунистического воспитания имени Н.К. Крупской, он учился у выдающихся отечественных психологов – П.П. Блонского, Л.С. Выготского. Вел занятия по педологии и психологии, занимался пропагандой психолого-педагогических и педологических знаний среди учителей, работников сферы образования. Никифор Петрович Егунов оказывал учителям помощь в изучении индивидуально-психологических особенностей учащихся, выяснял влияние макро- и микросреды на формирование психики детей. Активная психолого-педагогическая деятельность Н.П. Егунова была прервана в связи с выходом в 1936 году постановления ЦК ВКП (б) «О педологических извращениях в системе Наркомпроса». В СССР занялись ликвидацией педологии как комплексной науки, направленной на изучение ребенка, и, соответственно, упразднили преподавание педологии в педагогических вузах и техникумах. В 30-ых годах XX в. его необоснованно исключили из партии, уволили из института, но он продолжил заниматься педагогической деятельностью в школах родного края, воевал на фронте во время Великой Отечественной войны, дошел до Берлина. После войны он возвратился в родной институт, работать преподавателем истории на историческом факультете, а в 1967 году первым в БГПИ защитил докторскую диссертацию, стал доктором исторических наук, профессором. Свою любовь и интерес к психологии он привил своему внуку Виктору Егунову, который получил два высших образования – медицинское и психологическое. Он трудился как психолог в МВД РБ. После ухода на пенсию занимался медицинской практикой как врач-психиатр в Республиканском психоневрологическом диспансере, занимался патопсиходиагностическим обследованием больных шизофренией, эпилепсией, маниакально-депрессивным психозом, личностными расстройствами, а также старался осуществлять синтез знаний и специальных компетенций на стыке наук – медицины и клинической психологии при диагностике и лечении, реабилитации больных с психиатрической патологией.

В послевоенные годы (1949-1955 гг.) была преподавателем психологии Л.Л. Гурова (1923 г. рожд.) [1]. Лидия Леонтьевна приехала в Бурятию после окончания психологического отделения философского факультета МГУ им. М.В. Ломоносова. Она является первым кандидатом психологических наук

в БГПИ, защитившей диссертацию в 1953 году. С 1956г. работает в НИИ общей и педагогической психологии АПН СССР (г. Москва) в должности старшего научного сотрудника. Ею активно изучаются проблемы психологии мышления, вопросы взаимоотношения образных и логических, формальных и семантических компонентов в мыслительной деятельности, а также формирование эвристических (творческих) процессов. В конце семидесятых годов XX века она успешно защитила докторскую диссертацию, стала доктором психологических наук.

В шестидесятые годы прошлого столетия начали работать преподавателями психологии Э.К. Хадаханэ, Г.Б. Батоев. Г.Б. Батоев в годы Великой Отечественной войны в подростковом возрасте трудился в колхозе Агинского Бурятского автономного округа, практически занимался на своем трудовом посту обеспечением продовольственной безопасности. В шестидесятых годах работал над кандидатской диссертацией по проблеме воображения, ее развития в детском возрасте, обучаясь в аспирантуре МГПИ имени В.И. Ленина, успешно ее защитил. Он был старейшим доцентом в БГУ, преподавал на физико-математическом факультете.

Эрдэни Карпович Хадаханэ до прихода в вуз работал учителем истории, директором Ново-Ильинской средней школы. Учился в аспирантуре МГПИ имени В.И. Ленина, исследовал проблемы рационализаторской деятельности у будущих рабочих – учащихся профессионально-технических училищ, защитил кандидатскую диссертацию по психологии. Был прекрасным лектором, отличался эрудированностью, воспитанностью, доброжелательностью по отношению к людям, требовательным и критичным отношением к студентам. Один год (1969-1970 гг.) был деканом биолого-химического факультета, но в связи с состоянием своего здоровья ушел с этой должности. В последние годы вел занятия на факультете начальных классов. Его дочь Марина Эрдэниевна Хадаханэ (Найманова) пошла по его стопам, стала преподавателем дефектологических дисциплин в институте усовершенствования учителей в г. Новосибирске, а у нас в Бурятии она была руководителем курсов по профессиональной переподготовке учителей специальной школы третьего вида. Педагоги, работающие с детьми с нарушениями слуха (глухими и слабослышащими), занимались на данных курсах повышения квалификации, получали дефектологическое образование.

Осенью 1977 года произошло разделение кафедры педагогики и психологии на две самостоятельные кафедры – педагогики, психологии. Первым заведующим кафедрой психологии БГПИ назначили кандидата психологических наук, доцента Битуева Валерия Петровича. На кафедре работали 6 преподавателей, из них 3 кандидата психологических наук: Битуев В.П., Батоев Г.Б., Хадаханэ Э.К. Большое внимание кафедра уделяла организации и содержанию психолого-педагогической практики. Заведующей педагогической практикой БГПИ работала Мэри Андреевна Мантаханова, квалифицированный, требовательный педагог, обладающий высоким уровнем организаторских способностей. Она привлекала к руководству педагогической практикой практических работников образования. Руководителями психолого-педагогической практики на кафедре были не только преподаватели кафедры, но и учителя, имеющие большой педагогический опыт, которые тесно сотрудничали с обучающимися в процессе освоения ими на практике тонкостей педагогического труда, общения с учащимися и с другими педагогами. Много лет занималась руководством студенческих групп по психолого-педагогической практике Галина Афанасьевна Дуринова, ветеран педагогического труда БГПИ-БГУ, Мария Будаевна Цыбикова, бывший директор школы №16, Ацагатской средней школы. Студенты БГПИ на первом и втором курсах проходили непрерывную педагогическую практику. На кафедре были разработаны задания, выполняемые во время практики: программа наблюдения за проявлениями внимания, памяти у учащихся на уроке. На третьем, четвертом, пятом курсах обучающиеся проходили педагогическую практику несколько недель в школах города и республики, выполняли следующие задания: изучение личности ученика и написание обоснованной психолого-педагогической характеристики (3 курс); изучение классного коллектива и написание социально-психологического портрета на классный коллектив (4 курс); исследование личности педагога и его педагогической деятельности (5 курс). Помимо вышеуказанных заданий студенты проводили уроки, занимались воспитательной работой, осуществляли психолого-педагогический анализ урока, воспитательного мероприятия. На кафедре были разработаны программы изучения личности школьника, классного коллектива, личности и педагогической деятельности учителя, которыми руководствовались обучающиеся. Ветеран педагогического труда Мария Будаевна передавала практикантам свой богатый педагогический опыт, помогала им погружаться в специфику педагогического труда учителя, конструировать урок, осваивать на практике

активные методы обучения, методы и приемы воспитания, основные направления воспитания учащихся, выстраивать педагогические цели и достигать их на занятии, осуществлять анализ проведенного урока, воспитательного мероприятия. Еще, трудясь ранее завучем и директором школы, она являлась руководителем педагогической практики студентов не только БГПИ, но и других вузов страны от школы (Иркутской области, Краснодарского края). Многие педагоги, проходившие практику на старших курсах, помнят ее как прекрасного наставника, который непосредственно занимался «вхождением их в педагогическую профессию».

Валерий Петрович Битуев (1929-1986 гг.) после окончания исторического факультета Иркутского государственного педагогического института трудился учителем, директором средней общеобразовательной школы, заведующим окружным отделом народного образования в Усть-Ордынском национальном округе Иркутской области. Он был награжден орденом «Знак Почета», нагрудным знаком «Отличник народного просвещения РСФСР». Был приглашен на должность старшего преподавателя кафедры педагогики и психологии, в короткий срок смог подготовить и успешно защитить в 1970 году кандидатскую диссертацию в институте общей и педагогической психологии АПН СССР (г. Москва) – «Психологические аспекты взаимоотношений учителя и учащихся [2].

Кафедра занималась проведением судебно – психологической экспертизы. Старший преподаватель Лилия Ошировна Константинова совместно со старшим преподавателем Софьей Владимировной Смирновой часто проводила экспертизы, оказывала действенную помощь молодым преподавателям кафедры Санжаевой Римме Дугаровне, Мироновой Татьяне Львовне, Дымпиловой Татьяне Чагдуровне в освоении нового для них направления их профессиональной деятельности - судебно-психологической экспертизы. Следовательно, кафедра психологии БГПИ первой в нашей республике стала заниматься в связи с запросами практики судебно-психологической экспертизой.

После окончания целевой аспирантуры в 1983 году пришли на кафедру молодые преподаватели, являвшимися воспитанниками В.П. Битуева – Р.Д. Санжаева, А.Д. Карнышев, а также Т.Л. Миронова, воспитанница Е.А. Климова, доктора психологических наук, академика РАО, декана психологического факультета МГУ имени М.В. Ломоносова. А.Д. Карнышев в 1991 году защитил докторскую диссертацию по социальной психологии в Ленинградском государственном университете. Он стал вторым заведующим кафедрой психологии (1987-1999 гг.). В апреле 1999 году Александр Дмитриевич был приглашен на должность заведующего кафедрой психологии в Байкальский государственный университет экономики и права. Он стоит у истоков становления новой области социальной психологии – этнической экономической психологии. Александр Дмитриевич ежегодно проводил международные конференции по экономической психологии, работая в г. Иркутске Байкальском государственном университете экономики и права (БГУЭП). Сотрудники нашей кафедры, студенты и аспиранты принимали активное участие в работе конференции, доклады и статьи были опубликованы в материалах конференции. В настоящее время он работает профессором кафедры культурологии и управления социальными процессами Института социальных наук Иркутского государственного университета, заведующий лабораторией психолого-экономических и кросс-культурных исследований.

С 1990 г. по 2006 г. работала на кафедре психологии БГПИ-БГУ доцент Юлия Федоровна Малинина. Вела психологические дисциплины на факультете иностранных языков. Придя на кафедру, с 90-ых годов XX века стала заниматься практической судебной психологией, совместно с молодыми преподавателями Трескиной Саяной Прокопьевной, Тудуповой Туяной Цибановной, Степановой Ольгой Константиновной проводила судебно-психологические экспертизы, подготавливала обоснованные экспертные заключения. Наряду с преподавательской работой, она работала медицинским психологом с 1998 по 2001 гг. в Республиканском психоневрологическом диспансере (г. Улан-Удэ) в отделении судебно-психологической экспертизы. Юлия Федоровна глубоко заинтересовалась данным направлением психологической работы и посвятила свою профессиональную деятельность судебно-психологической практике, стала работать после ухода из БГУ судебным экспертом-психологом в лаборатории при прокуратуре РБ.

Третьей заведующей кафедрой психологии БГПИ стала работать Т.Л. Миронова (1993-1996; 1998-2014). С марта 1996 по август 1998 она активно работала над докторской диссертацией по проблеме становления профессионального самосознания будущих рабочих – учащихся профтехучилищ, врачей хирургического профиля на психологическом факультете МГУ имени М.В. Ломоносова, через 1 год (1999 г.) успешно защитила докторскую диссертацию. Диссертация Мироновой Т.Л. посвящена актуальной проблеме становления самосознания профессионального самосознания у будущих рабочих –

учащихся ПТУ, а также врачей – хирургов, находящихся на разных этапах профессионального развития. В исследовании решались задачи выявления особенностей содержания знаний о себе как физическом и социальном существе у юношей и девушек – учащихся ПТУ разных лет обучения, а также особенности структуры Я-концепции как субъекта учебно-профессиональной у учащихся, овладевающих различными профессиями на различных этапах обучения. В исследовании выявлена психологическая структура осознания себя учащимися ПТУ, будущими токарями и поварами судовыми, как субъектами учебно-производственной деятельности. В научном исследовании достаточно успешно был реализован структурный подход к изучению профессионального самосознания. Итогом этого явилось разностороннее качественное и количественное описание этого явления.

В ходе диссертационного исследования были получены многие интересные результаты, имеющие как теоретическое, так и практическое значение. Так, в ходе исследования выяснилось, что в ходе овладения рабочей профессией идет процесс осознания учащимися профтехучилищ требований деятельности и развивающихся у них профессионально важных качеств. Раскрыты при этом возрастные изменения самосознания, независимо от осваиваемой ими профессии. Очень важно для процесса обучения то, что учащиеся осознают в определенной степени профессиональные качества, способствующие успеху их деятельности. Так же интересен факт, обнаруженный на конкретном материале в исследовании, что профессионализация влияет на все уровни самосознания. Ее влияние сказывается не только при характеристике себя как субъекта деятельности, но и при характеристике себя как индивида и личности. Выбранные автором две профессии для сравнительного изучения: повара и токаря, дали возможность выделить как общее, так и особенное в развитии самосознания учащихся профтехучилищ. Этот факт дает возможность утверждать как о теоретическом значении диссертации, так и о практическом – в применении к конкретно рассматриваемым профессиям. Автор разработал рекомендации, которые могут быть использованы в процессе профессионального обучения педагогическими работниками профессионально – технических училищ. В частности, приводятся рекомендации об особенностях формирования самосознания, о профессионально важных качествах, о способах устранения отрицательных качеств.

Т. Л. Миронова на протяжении 17 лет проработала в должности заведующего кафедрой общей и социальной психологии БГУ внесла значительный вклад становление высшего психологического образования в университете и практической психологии РБ. В сентябре 2022 года ей присвоено почетное звание «Заслуженный работник Бурятского государственного университета».

Туяной Цибановной Тудуповой, кандидатом психологических наук, доцентом проводилась большая организационная работа по открытию отделения психологии в 1999 году. Она работала в должности заведующей отделения психологии. На первый курс в 1999 году было принято 45 студентов, из них 15 первокурсников окончили среднюю школу с золотой и серебряной медалью, а также с отличием колледжи. В 2004 году вуз окончили 27 человек, из них 14 получили дипломы с отличием. Многие из наших выпускников работают практическими психологами в образовательных, медицинских, учреждениях, МВД, МЧС, УИН и т.д. С 2014 года и по настоящее время четвертым заведующим кафедрой психологии работает доцент Т.Ц. Тудупова.

Профессорско-преподавательский состав кафедры психологии уделяет большое внимание подготовке студентов к Всероссийским олимпиадам по психологии, конкурсам. В 2020 году наш выпускник (бакалавриата и магистратуры) Михаил Алагуев занял первое место в открытом конкурсе педагогов-психологов, проводимом Министерством образования РФ. В 2022 году студентка четвертого курса Александра Рубба заняла второе место на национальном конкурсе Абилимпикс (г. Москва) для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Мы испытываем гордость за студентов, которые проявляют на Всероссийских олимпиадах, конкурсах высокий уровень профессиональных достижений.

В последнее время кафедра обращает большое внимание на связь высшего психологического образования с практикой в образовательных и медицинских и других учреждениях.

Заведующая кафедрой научных основ управления школой (НОУШ) Р. Д. Санжаева, проф. А. Д. Карнышев, проф. Т. Л. Миронова внесли значительный вклад в становление и развитие дополнительного психологического образования, начиная с 1991 года. В последние годы руководителем курсов профессиональной переподготовки психологов по программе «Практическая психология», «Клиническая психология» является доцент Т.Ц. Тудупова. Сотрудники кафедры и практические психологи г. Улан-Удэ ведут занятия со слушателями, вносят большой вклад в подготовку будущих психологов. За

период с 1991 по 2022 гг. было обучено более 1200 практических психологов на курсах профессиональной переподготовки. Выпускники курсов работают не только в РБ, но и в других регионах РФ. Татьяна Львовна стояла у истоков открытия курсов профессиональной переподготовки психологов по «Клинической психологии», как ее руководитель. За период 2018 по 2019 гг. было подготовлено 15 клинических психологов для сферы здравоохранения из Республики Бурятия и Иркутской области, из них 5 сотрудников социально-психологического факультета БГУ получили квалификацию «Клинический психолог», что позволит открыть в нашем университете специальность «Клиническая психология». Свыше тридцати выпускников курсов психологов защитили кандидатские диссертации, а три – докторские диссертации. Наши выпускники курсов профессиональной переподготовки психологов используют сформированные во время учебы психологические компетенции на своем трудовом посту, способны интегрировать знания в области своей профессии и психологические знания, умения, навыки, тем самым обогащать собственную трудовую деятельность, видеть и осознавать ее психологические аспекты.

Профессорско-преподавательский состав кафедры общей и социальной психологии БГУ оказывает значительную научно-методическую и консультативную помощь Центру диагностики и консультирования при ГУО г. Улан-Удэ. Доцент нашей кафедры Наталья Цыденовна Бадмаева, канд. психол. наук, руководила с 1990 по 2016 г. МБОУ «Центр диагностики и консультирования» г. Улан-Удэ и является его основателем. Ею была выстроена система психологической службы в образовании в г. Улан-Удэ, в которой работали разные специалисты: врач-психиатр, учитель-дефектолог, специалист по социальной работе, педагоги-психологи и др. Работники Центра занимались не только психодиагностической, консультативной, психокоррекционной работой, но и школьной медиацией, выезжали в школы, разбирались в конфликтных ситуациях, помогали локализовать, «гасить» конфликты, конфликтные переживания у детей и у взрослых при общении с детьми.

Со времени открытия отделения психологии сотрудники кафедры занимались не только преподавательской деятельностью в вузе, но и стали работать, как совместители, медицинскими психологами в ГАУЗ «Республиканский психоневрологический диспансер». Это Малинина Ю.Ф., Корытова Г.С., Миронова Т.Л., Дугарова Т.Ц., Тудупова Т.Ц., Анонова С.И., Дубанова В.А. Благодаря чему, студенты-психологи могли проходить производственную и научно-исследовательскую практику в вышеуказанном учреждении, а сами преподаватели обогащали свой практический опыт как практические психологи в сфере медицины. В настоящее время три сотрудника нашей кафедры работают медицинскими психологами – проф. Т.Л. Миронова в ГАУЗ «Республиканская клиническая больница скорой медицинской помощи им. В.В. Ангапова» в первичном сосудистом отделении для оказания помощи больным с острым нарушением мозгового кровообращения, доц. Л.И. Очирова в ГАУЗ «Городская детская поликлиника № 2», преп. В.В. Смолянкин в ГБУЗ «Республиканский психоневрологический диспансер», а доц. Н.Г. Батуева – врачом психиатром в вышеуказанном диспансере. Ветеран кафедры Анонова Светлана Иннокентьевна с 2018 г. и по настоящее время трудится в должности медицинского психолога в поликлинике №2 г. Улан-Удэ, занимается оказанием психологической помощи паллиативным пациентам.

Таким образом, профессорско-преподавательский состав кафедры занимается не только преподавательской, воспитательной, научно-исследовательской деятельностью в университете, но и трудятся как практические психологи в учреждениях здравоохранения, выполняя многогранные функции и виды психологической деятельности (психодиагностическую, психообразовательную, психокоррекционную, психореабилитационную, консультативную, психотерапевтическую), оказывают нуждающимся людям действенную помощь и психологическую поддержку, и в этом заключается социальный и гуманистический смысл нашей профессиональной деятельности как психолога.

Литература

1. Елаев Н. К., Намсараев С. Д. Центр научно-педагогической мысли Бурятии (к 70-летию кафедры педагогики БГПИ – БГУ). Улан-Удэ: Бэлиг, 2002.
2. Миронова Т. Л. 75-летний юбилей БГПИ – БГУ и 30-летие кафедры общей и социальной психологии // Вестник Бурятского государственного университета. Вып. 4. Психология. Социальная работа. 2007. С. 3–15.

ON THE DEVELOPMENT OF PRACTICAL PSYCHOLOGY
IN BURYATIA

Mironova Tatyana Lvovna

Dr. Sci. (Psychology), Prof.,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
mironouvat@yandex.ru

Abstract. The article presents the questions of the history of the Department of Psychology of Buryat State University named after Dorzhi Banzarov. The significant contribution of the heads of the Department of Psychology V.P. Bitueva, A.D. Karnysheva, T.L. Mironova, T.Ts. Tudupova in the formation of the department, the development of professional skills and competence among the teaching staff. The role of the department, employees of the department in the professional retraining of psychologists, in the development of practical psychology in the Republic of Buryatia is shown. The main professional functions of practical psychologists in the field of education and healthcare are revealed.

Keywords: history of the Department of Psychology; heads of the Department of Psychology; competence; professional retraining of psychologists; forensic psychological examination; teaching, research, psychodiagnostic, advisory, psychocorrective work.

Научная статья
УДК 159.9.072

О профессиональном общении врача

© *Миронова Татьяна Львовна*

доктор психологических наук, профессор,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
mironouvat@yandex.ru

Аннотация. В статье рассматриваются три аспекта общения, их своеобразие в деятельности врача: коммуникативная, интерактивная и социально-перцептивная. Описывается опыт работы автора в составе Мультидисциплинарной реабилитационной команды (МДРК) ранней реабилитации больных с острым нарушением мозгового кровообращения (ОНМК) в первичном сосудистом отделении Республиканской клинической больницы скорой медицинской помощи г. Улан-Удэ. Выделяется предмет труда врача – человек как биосоциальное существо. Раскрываются понятия компетентности, коммуникативной компетентности врача, ее основные психологические параметры. Отмечается, что профессиональное общение врача должно протекать с учетом этических норм.

Ключевые слова: этические нормы, ценности, профессиональное общение врача, стороны общения, компетентность, коммуникативная компетентность, потребностно-мотивационная сфера личности, коммуникативные способности, умения, личностные качества.

Важным фактором труда врача является профессиональное общение в системе «врач – больной», «врач – родственники больного», «врач – коллеги». Молодые специалисты, окончившие медицинский вуз, в торжественной обстановке ают клятву врача, в которой представлены этико-деонтологические отношения врача и пациента, должное поведение современного врача.

Медицинский работник в своей работе должен руководствоваться следующими четырьмя принципами, которые представлены в биомедицинской этике [6, с. 38-39]: принципом «не навреди»; милосердия («делай благо»); уважения, автономии пациента; справедливости. В процессе социализации медицинского работника интериоризируются этические нормы, ценности, они постепенно включаются в потребностно-мотивационную сферу личности и становятся побудительной силой поведения и трудовой деятельности профессионала.

В едином процессе общения можно выделить в целях анализа три аспекта: коммуникативная, интерактивная, социально-перцептивная [1, с. 64-106; 7, с. 127-156]. Коммуникативная сторона заключается в обмене информацией между партнерами по общению. В общении могут возникать коммуникативные барьеры, которые могут возникать вследствие объективных социальных причин, например, из-за различной принадлежности партнеров к социальным группам, в частности, к этнической, а также из-за их индивидуально-психологических характеристик: неуверенности в себе, недоверчивости, подозрительности, не общительности, агрессивности, своеобразия когнитивной сферы общающихся. Среди инсультных больных встречаются индивидуумы с нарушениями сознания, когнитивных функций: речи, памяти, мышления, внимания, а также с нарушениями эмоционально-волевой сферы, с высоким уровнем агрессивности, эмоционально возбудимые, у которых снижены саморегулятивные умения, поэтому возникают трудности в общении профессионалов с ними.

Общение происходит посредством знаковых систем, как вербальных, так и невербальных средств. При общении врач использует устную речь и письменную речь. От профессионала требуется хороший уровень развития письменной и устной речи. Врач использует письменную речь при ведении истории болезни, написании докладов, выступлений на врачебной конференции, медицинских заключений, поэтому от пишущего требуется логичность, последовательность, соблюдение правил грамматики и синтаксиса при изложении письменного текста. Невербальные средства речи используются человеком для регулирования процесса коммуникации, создания психологического контакта между участниками общения, обогащения значений, передаваемых словами, а также выражения собственных эмоций. Невербальные средства не поддаются полностью контролю со стороны субъекта общения. К ним относятся, в частности, жесты, мимика, пантомимика, особенности голоса и вокализации и т.д. Таким образом, врачу в деловом общении следует использовать вышеуказанные компоненты знаков невербальной коммуникации и овладеть соответствующими техническими способами и приемами.

Второй аспект общения – интерактивная сторона общения или общение как межличностное взаимодействие. Согласно В.Н. Куницыной [3, с. 99-101], при анализе общения здесь следует обращать внимание на субъектов совместной деятельности и общения, на то, как действующие люди соотносят свои цели, организуют общее дело, выстраивают позиции, необходимые для эффективного общения, направляют усилия на достижение поставленных целей и реализуют их на практике. В зависимости от степени личностной вовлеченности в преобразование отношений выделяются следующие уровни общения [3, с.102-103]: социально-ролевой (или кратковременное социально-ситуативное общение); деловой; интимно-личностный. На социально-ролевом уровне контакты людей ограничиваются социальной необходимостью: на улице, в транспорте. Основным принципом взаимодействия на этом уровне является знание норм и требований социальной среды участниками взаимодействия. Деловой уровень предполагает объединение людей на базе деловых мотивов и совместной деятельности.

Поделемся нашим опытом работы в Мультидисциплинарной реабилитационной команды (МДРК) ранней реабилитации инсультных пациентов в первичном сосудистом отделении (ПСО) для больных с острым нарушением мозгового кровоизлияния (ОНМК) Республиканской клинической больницы скорой медицинской помощи г. Улан-Удэ. В составе МДРК ранней реабилитации работают следующие профессионалы: заведующий отделением неврологии, лечащий врач-невролог, врач-реабилитолог, медицинский психолог, логопед, специалист по социальной работе, медицинская сестра. Члены МДРК раз в неделю совершают обход всех пациентов, а также проводят ежедневный первичный осмотр новых больных в первичном сосудистом отделении (ПСО) и в неврологической реанимации (ОРИТ 1), оценивают неврологический, психический статус, состояние речевой функции, уровень социальной адаптации, реабилитационный потенциал каждого пациента, вырабатываются цели в совместной деятельности МДРК по реабилитации больных с ОНМК, в итоге данной деятельности составляется обстоятельное заключение Мультидисциплинарной реабилитационной бригады. Эти цели реализуются в практической деятельности специалистов [5]. Например, 09.11.22 проходил обход больных ПСО членами МДРК, выяснено, что у больной С.Л. (1952 г.р.) диагноз: Ишемический атеротромботический инсульт в вертебрально-базиллярном бассейне. Парез отводящего нерва слева. Вестибуло-координаторный синдром. У нее имеется нарушение зрительного восприятия, видит двойственные изображения предметов из-за сходящегося косоглазия, у нее имеется прозопарез. МДРК наметила цель – коррекцию зрительного восприятия, развитие глазодвигательных мышц. С больной стали заниматься врачи-реабилитологи с целью развития глазодвигательных мышц. Наряду с этим, для реализации данной цели потребовалась коррекционная работа медицинского психолога с помощью Программы RehoCom по методике «Саккады» и «Эксплорация».

Медицинский психолог поставил следующие коррекционные цели: Развитие зрительного восприятия; развитие способности замечать пациентом вещи, символы, находящиеся в поле зрения. Проведено три занятия, длительность их – 30 минут. Медицинский пациент познакомил пациента с инструкцией к выполнению задания. В начале психокоррекции пациентка по методике «Эксплорация» просмотрела только 12 рядов заданий, стараясь найти определенный зрительный стимул – символ, выполняя глазодвигательные упражнения, сделала при этом три ошибки, неправильно прореагировала на символы нажатием кнопки «ОК» На последнем занятии она просмотрела все 21 ряда, среди которых был искомый символ и сделала две ошибки: первая ошибка – прореагировала на искомый символ раньше времени, вторая – отреагировала неправильно на «двойственные изображения символа». То есть эффективность зрительной работы больной повысилась почти в три раза, это свидетельствует о том, что совместная работа разных специалистов оказывает большое влияние на реабилитацию нарушенных психических функций, в данном случае зрительной функции. В процессе коррекционной работы и консультации медицинского психолога с пациентом происходило деловое общение.

Для интимно-личностного уровня общения характерны психологическая близость, сопереживание, стремление понять духовный мир партнеров по коммуникации. Общающиеся должны обладать коммуникативным качеством – эмпатией, которое способствует лучшему проникновению во внутренний мир другого человека и эмоциональному пониманию [3]. Врач в деловом общении руководствуется социальными нормами (этическими, локальными нормами), регламентирующими взаимодействия и взаимоотношения между ним и пациентами. От врача требуется по отношению к больным проявлять внимательное, уважительное доброжелательное отношение, наряду с этим он должен быть критичным и требовательным.

Третья сторона общения - это социально-перцептивная или восприятие и понимание человека человеком. В процессе общения важно понять внутренний мир другого человека, его индивидуально-психологические особенности. Медицинскому работнику важно понять партнеров по общению – своего коллегу, пациента, а также разобраться в том, как он воспринимается партнерами по деловому общению. А.В. Петровский выделяет следующие механизмы межличностного восприятия: идентификация, стереотипизация, рефлексия [7, с. 144].

Предмет труда врача – человек как биосоциальное существо. Медицинский работник рассматривает пациента не только как индивида, т.е. как биологическое существо, но и как личность, которая развивается и формируется под влиянием социальных условий, обучения, воспитания, общения, то есть включения в систему общественных отношений. Важнейший фактор эффективности труда медика – профессиональное общение. Врач должен уметь общаться не только с пациентами, но и родственниками больного, коллегами, медицинскими сестрами, младшим медицинским персоналом для того, чтобы достигнуть поставленных им врачебных целей: диагностических, лечебно-тактических, оперативно-технических, профилактических. По мере развития врача как субъекта врачебной деятельности происходит становление и формирование профессионального самосознания, профессионально важных свойств, компетентности, в том числе коммуникативной компетентности, в частности, коммуникативных способностей и умений.

Согласно А.К. Марковой, компетентность определяют как сочетание психологических качеств, как психическое состояние, позволяющее личности действовать самостоятельно и ответственно (это действенная компетентность), как обладание человеком способностью и умением выполнять определенные трудовые функции [4, с. 31]. Можно судить о компетентности профессионала по результатам его труда. Компетентность противостоит некомпетентности и сверхкомпетентности, под последней понимается знание способа выполнить свою работу лучше, чем принято. Выделяют различные виды профессиональной компетентности: специальная, социальная компетентность. Специальная компетентность – владение профессиональной деятельностью на достаточно высоком уровне, способность проектировать свое дальнейшее профессиональное развитие. Социальная компетентность – это «владение совместной (групповой, кооперативной) профессиональной деятельностью, сотрудничеством, а также принятыми в данной профессии приемами профессионального общения; социальная ответственность за результаты своего профессионального труда» [4, с. 34-35)]. В социальную компетентность врача включается и коммуникативная компетентность.

Под коммуникативной компетентностью врача понимается система коммуникативной культуры, состоящая из следующих компонентов:

1) Своеобразие потребностно-мотивационной сферы врача. К ним могут относиться: любовь и интерес к профессии, увлеченность менталитетом, смыслом профессии врача во благо других людей, гуманистические ориентации, альтруистическая направленность, потребность в профессиональном самосовершенствовании и др.

2) Эмоционально-положительное отношение к пациенту.

3) Коммуникативные способности, умения и навыки, необходимые для медицинского взаимодействия.

Под коммуникативными способностями понимается комплекс личностных свойств, способствующих эффективности ее общения с другими людьми и психологической совместимости в совместной деятельности.

Г. В. Васильев раскрывает структуру коммуникативных способностей. Выделяет три основные подструктуры и одну наложенную на них, фундаментальную для всех трех подструктур. Данная фундаментальная подструктура коммуникативных способностей включает, согласно автору, следующие личностные характеристики как элементы: идейность, коллективизм, профессиональность, стремление к общению, доброжелательность, скромность, требовательность к себе, опыт общественной деятельности, стеничность эмоций, активность, самообладание, сообразительность, организованность [2].

1) В основную подструктуру коммуникативных способностей входит гностическая способность, представляющая способность человека к пониманию других людей. Ее элементами являются стремление к пониманию других людей, умение слушать партнера по общению, наблюдательность.

2) Экспрессивная способность как способность к самовыражению своей личности. Ее элементами являются стремление быть понятым другими, правдивость, культура речи, доверие к партнерам.

3) Интеракционная способность как способность адекватно влиять на партнера по общению. Ее элементами являются требовательность, вежливость, такт дисциплинированность, решительность.

Выделяются следующие параметры коммуникативной компетентности субъекта профессиональной деятельности [5]:

1) профессиональное самосознание врача, в содержательную структуру которого входят как компоненты осознание себя как субъекта профессиональной деятельности и общения, осознание личностных и индивидуальных характеристик пациентов;

2) умения правильно воспринимать, понимать и оценивать коллег; строить психологически грамотные взаимоотношения с пациентами, их родственниками, коллегами; гибко и адекватно реагировать на сложные клинические ситуации;

3) личностные качества врача, проявляющиеся в деловом общении с людьми (пациентами, их родственниками, коллегами): доброжелательное, внимательное отношение к партнерам по общению, эмпатия, тактичность, терпение, выдержка, а также саморегулятивные умения, проявляющиеся в процессе коммуникации, в частности, умение регулировать психические состояния.

4) владение различными способами и приемами общения, средний и высокий уровень речевого развития, хорошая словесно-логическая память, абстрактно-логическое мышление, владение на хорошем уровне невербальными средствами общения, в частности, экспрессивно-динамическими навыками.

Таким образом, при достаточном уровне развития у врача вышеуказанных характеристик коммуникативной компетентности возможно эффективное его общение с партнерами, протекающее с учетом этических норм.

Литература

1. Андреева Г. М. Социальная психология. Москва: Просвещение, 2001. 384 с.
2. Васильев Г. С. Коммуникативные способности и их диагностика. Москва, 1974.
3. Куницына В. Н., Казаринова Н. В., Погольша В. М. Межличностное общение. Санкт-Петербург: Питер, 2001. 544 с.
4. Маркова А. К. Психология профессионализма. Москва: Знание, 1995. 308 с.
5. Миронова Т. Л. Профессиональное общение врача с пациентом // Социальная безопасность и социальная защита населения в современных условиях: материалы международной научно-практической конференции, посвященной 90-летию Бурятского государственного университета имени Доржи Банзарова (Улан-Удэ, 10 июня 2022 г.). Улан-Удэ: Изд-во Бурят. гос. ун-та, 2022. С. 117–122.
6. Михайлова Е. П., Бартко А. Н. Биомедицинская этика: теория, принципы и проблемы. Москва: Изд-во ММСИ, 1995. 239 с.
7. Общая психология / под редакцией А. В. Петровского. Москва: Просвещение, 1986. 464 с.

ABOUT THE DOCTOR'S PROFESSIONAL COMMUNICATION

Mironova Tatyana Lvovna

Dr. Sci. (Psychology), A/Prof.,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
mironouvat@yandex.ru

Abstract. The article discusses three aspects of communication, their originality in the activities of a doctor: communicative, interactive and social-perceptual. The experience of the author's work as part of the Multidisciplinary Rehabilitation Team (MDRT) of early rehabilitation of patients with acute cerebrovascular accident (ACV) in the primary vascular department of the Republican Clinical Emergency Hospital in Ulan-Ude is described. The subject of the doctor's work is singled out - a person as a biosocial being. The concepts of competence, communicative competence of a doctor, its main psychological parameters are revealed. It is noted that professional communication of a doctor should take into account ethical standards.

Keywords: ethical norms, values, professional communication of a doctor, aspects of communication, competence, communicative competence, need-motivational sphere of personality, communication skills, skills, personal qualities.

Научная статья
УДК 37.016: 159.9(571.54)

**К 25-летию открытия специальности «Психология»
в Бурятском государственном университете**

© *Миронова Татьяна Львовна*

доктор психологических наук, профессор,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
mironouvat@yandex.ru

Аннотация. В статье описывается история кафедры психологии БГУ. Представлен вклад заведующих кафедрой психологии в становление и развитие кафедры. Представлены психологические портреты сотрудников кафедры их роль в становление практической психологии в Бурятии. Раскрыты актуальные проблемы практической психологии в Республике Бурятия.

Ключевые слова: история кафедры психологии; заведующие кафедрой психологии; программы профессиональной переподготовки по психологии; психологическая служба университета; связь психологического образования в вузе с практической деятельностью психологов; ученые – психологи; активные методы обучения; коммуникативные и организаторские способности; личность; преподаватели психологии.

В 2024 году наш Вуз отмечает знаменательную дату 25-летие открытия отделения психологии и специальности «Психология» в Бурятском государственном университете имени Доржи Банзарова. В связи с этим мы вспомним историю кафедры психологии БГПИ-БГУ, ее прошлое, настоящее, преподавателей психологии, внесших весомый вклад в открытие специальности «Психология», профессиональную подготовку будущих профессионалов, в становление практической психологии.

Бурятский педагогический институт был основан в 1932 году, преподаватели педагогики и психологии работали на одной кафедре педагогики и психологии до 18 октября 1977 года, когда произошло разделение на две самостоятельные кафедры: кафедру педагогики и кафедру психологии. Первым заведующим кафедрой был назначен с 1 октября с 1977 г. доцент, кандидат психологических наук Битуев Валерий Петрович (1929-1986 гг.). После окончания Иркутского государственного педагогического института работал учителем, директором школы, заведующим окружного отдела образования Усть-Ордынского национального округа Иркутской области. Он защитил диссертацию «Психологические аспекты взаимоотношений учителя и учащихся» на соискание ученой степени кандидата психологических наук в институте общей и педагогической психологии АПН СССР под руководством д-ра психологических наук, ныне академика РАО Артура Владимировича Петровского. В.П. Битуев был прекрасным лектором и педагогом-психологом, обладал организаторскими и коммуникативными способностями. Он прививал интерес и любовь к психологии у своих воспитанников – студентов историко-филологического факультета, организовав работу предметного кружка по психологии. Его учениками являются ныне известные ученые – психологи Александр Дмитриевич Карнышев, Римма Дугаровна Санжаева, а также старший преподаватель кафедры общей психологии Соктоева Галина Нимаевна. К сожалению В.П. Битуев в 56 лет ушел из жизни в 1986 году.

В вузе занимались профессиональной подготовкой будущих учителей. Преподаватели кафедры психологии вели только две дисциплины на всех факультетах БГПИ: общую психологию, возрастную и педагогическую психологию, занимались руководством психологической практики во время прохождения студентами педагогической практики на старших курсах, а также непрерывной педагогической практикой студентов на младших курсах. Преподаватели БГПИ ставили в своей педагогической деятельности такие задачи: формирование и развитие у обучающихся профессионально значимых качеств, знаний, умений, навыков как предметников (будущих учителей математики, физики, русского языка и литературы, биологии, химии, истории, иностранных языков и т. д.), как методистов и как психологов. В то время тесно сотрудничали преподаватели кафедры педагогики, психологии, а также методисты. Наша кафедра психологии большое внимание уделяла проведению психолого-педагогической практики. С этой целью мы привлекали для руководства педагогической практикой практических работников образования, имеющих значительный педагогический опыт, обладающих умениями и навыками как предметников, как методистов и как психологов.

Много лет руководила психолого-педагогической практикой студентов ветеран педагогического труда Дуринова Галина Афанасьевна, родилась в 1924 году, общий ее стаж в БГПИ-БГУ составлял 41 лет (1953 – 1994). Окончила исторический факультет БГПИ, получила квалификацию учитель истории, работала на кафедре педагогики ассистентом, старшим преподавателем. Галина Афанасьевна была высококвалифицированным методистом по воспитательной работе с учащимися, она изучала историю пионерской организации Бурятии. Она большое внимание уделяла формированию у студентов умений по развитию и формированию личности учащихся через организацию и осуществление общественно-полезной деятельности.

Успешно занималась руководством психолого-педагогической практикой ветеран труда Цыбикова Мария Будаевна (род. 1928 – 2002 гг.), окончила исторический факультет БГПИ, получила квалификацию учитель истории. Ее педагогический стаж – 42 года, она прошла все ступени педагогического труда – учитель истории и географии, завуч по воспитательной работе, директор Ацагатской средней общеобразовательной школы, директор школы № 16 г. Улан-Удэ. Мария Будаевна Цыбикова была прекрасным педагогом, учителем с большой буквы, занималась педагогическим сотрудничеством с учащимися, еще с начала своей педагогической деятельности исповедовала идеи гуманистического обучения и на практике их реализовывала на своем трудовом посту. Она с 1967 по 1999 гг. являлась руководителем педагогической практики от школы не только БГПИ-БГУ, но и других вузов нашей страны (Иркутской области, Краснодарского края). Мария Будаевна являлась наставником для студентов-практикантов, консультировала обучающихся по вопросам исследования личности учителя и его педагогической деятельности, делового общения, конструирования урока, воспитательного мероприятия, осуществляла психолого-педагогический анализ урока, педагогических мероприятий, проводимых студентами. Помогала им в освоении активных методов обучения и воспитания, знакомила на практике с основными направлениями воспитания: идейно-политического, умственного, нравственного, трудового, эстетического. Мария Будаевна помогала студентам синтезировать профессиональные знания на стыке наук: педагогики, психологии и методики преподавания. Будущие учителя, проходившие у нее психолого-педагогическую практику, вспоминали ее как мудрого педагога-наставника, который оказывал непосредственную помощь и психологическую поддержку в период вхождения их в педагогическую профессию во время обучения в Вузе.

С 1984 по 1986 гг. и.о. заведующего кафедрой назначили проректора по учебной работе БГПИ, кандидата педагогических наук, доцента кафедры педагогики Авиону Бадмаевну Цыремпилову (1936-2019 гг.), заместителем заведующего кафедрой была старший преподаватель Лилия Ошировна Константинова (1931-2015 гг.). Авиона Бадмаевна обладала организаторскими способностями и умениями, глубокими и широкими знаниями, специальной компетентностью в области педагогики и психологии, создавала условия для обеспечения преподавания психолого-педагогических дисциплин в соответствии с современными требованиями высшего образования, внедрения активных методов обучения и технических средств в учебный процесс в вузе. Занималась руководством общеинститутской комплексной темы «Совершенствование профессиональной направленности учебно-воспитательного процесса в педагогическом вузе», в разработке которой активно участвовали и члены кафедры психологии. После выхода на заслуженный отдых она работала на курсах повышения квалификации по педагогике высшей школы аспирантов в БГУ, руководила написанием выпускных квалификационных работ.

Ветераном труда кафедры психологии является Лилия Ошировна Константинова, стаж работы в БГПИ-БГУ – 43 года. Показала себя как эрудированный, талантливый преподаватель психологии, занималась организационно-педагогической деятельностью, руководитель методического объединения на кафедре. Много времени она отводила методической работе по преподаванию психологических дисциплин, методическому обеспечению психолого-педагогической практики, давала рекомендации по проведению психологического анализа уроков студентам-практикантам, по изучению личности учащегося с целью написания психолого-педагогической характеристики.

Кафедра психологии БГПИ имени Доржи Банзарова первой в Бурятии начала проводить судебно-психологическую экспертизу в связи с запросами судебной практики, у ее истоков стояла Л.О. Константинова. Она по поручению заведующего кафедрой В. П. Битуева занималась проведением судебно-психологической экспертизы и написанием обоснованных заключений. С 1980-ых гг. совместно с молодыми коллегами Софьей Владимировной Смирновой, Риммой Дугаровной Санжаевой, Татьяной Львовной Мироновой, Татьяной Чагдуровной Дымпиловой осуществляла экспертную деятельность по новому направлению работы кафедры психологии в области судебно-психологической экспертизы.

Сотрудники кафедры коллегиально решали сложнейшие вопросы в сфере судебно-психологической экспертизы, по два человека занимались конкретной экспертизой, что способствовало развитию и формированию у них умений, навыков, компетенций в данной сфере деятельности. На кафедре к 1990 году был собран большой арсенал написанных сотрудниками заключений по судебно-психологическим экспертизам. Но, к сожалению, с приходом новых сотрудников на кафедру папка с этими «ценными бумагами» исчезла, что свидетельствует о нечистоплотности в нравственном плане отдельных лиц, которые совершили такое неприглядное деяние.

В начале 80-ых годов прошлого века кафедра пополнилась молодыми перспективными преподавателями психологии, окончившими целевую аспирантуру в ведущих педагогических вузах СССР, в г. Москва, Ленинграде, Иркутске – Р. Д. Санжаевой, А. Д. Карнышевым. Т. Л. Мироновой. В 90-ые годы XX века они защитили докторские диссертации в ведущих диссертационных советах вузов РФ по следующим специальностям: А. Д. Карнышев в Ленинградском государственном университете – 19.00.05 «Социальная психология, Р. Д. Санжаева в г. Новосибирском государственном педагогическом университете – 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии», Т. Л. Миронова в Московском государственном университете имени М. В. Ломоносова - 19.00.03 «Психология труда; инженерная психология».

А. Д. Карнышев с 1983 года работал старшим преподавателем, затем в 1983 года его назначили секретарем партийного комитета БГПИ имени Д. Банзарова, а в 1987 году стал вторым заведующим кафедрой психологии. В начале 90-ых годов, в 1991 г. А.Д. Карнышев стал основателем первых курсов профессиональной подготовки практических психологов, педагогов-психологов (с 1991 по апрель 1999 г.). Он совместно с факультетом повышения педагогических кадров (ФППК), кафедрой научных основ управления школой (НОУШ), где заведующим кафедрой была назначена Р. Д. Санжаева, проводил организационную работу на курсах. Слушатели из восточных регионов страны Республики Бурятия, Тыва, Саха-Якутии, Агинского Бурятского автономного округа, Усть-Ордынского автономного округа обучались 2 года, они наряду с педагогическими, управленческими дисциплинами, осваивали цикл психологических дисциплин. По завершению программы профессиональной переподготовки они сдавали государственный экзамен, защищали выпускную квалификационную работу по психологии, получали диплом о профессиональной переподготовке по психологии. Сотрудники кафедры психологии активно трудились на курсах психологов БГПИ-БГУ, что позволило подготовить психологические кадры еще в то время, когда была еще не начата профессиональная подготовка психологов по специальности «Психология» по пятилетней программе обучения. Работа на годичных курсах, полугодовых курсах психологов способствовала созданию условий для развития и формирования профессиональной компетентности, повышения педагогического мастерства и профессионализма у профессорско-преподавательского состава кафедры, а также позволило им реально подготовиться к открытию специальности «Психология» в вузе.

В 1993 г. А. Д. Карнышева назначили проректором по научной работе, а 1994 году он был избран депутатом в законодательное собрание Республики Бурятия – Народный хурал, на первой сессии его на альтернативной основе депутаты избрали его заместителем председателя Народного хурала. Александр Дмитриевич стал активно заниматься законотворческой деятельностью. Он явился инициатором открытия в Народном хурале социально-психологической лаборатории, сотрудником которой стала аспирантка нашей кафедры Корытова Галина Степановна. Под руководством А. Д. Карнышева проводились социально-психологические исследования по проблемным вопросам, связанным с подготовкой поправок к законам РБ, в частности о Байкале, о местном самоуправлении, национальной политике и т. д. Социально-психологические исследования позволяют учитывать мнения различных групп людей, учет которых важен был при принятии эффективных региональных законов.

В период с 1993 по 1999 г. на должности методиста курсов профессиональной подготовки психологов была выпускница курсов, сотрудник социально-психологической лаборатории БГПИ-БГУ, открытой в 1993 году, Вера Ивановна Стенькова, выпускница историко-филологического факультета, отделения филологии (1975), педагог-психолог. Она проводила значительную работу, направленную на развитие и формирование коллектива слушателей на начальных этапах их профессионального обучения на курсах, а также организационно-методическую работу с преподавателями психологических дисциплин. В этот период она заинтересовалась проблемой формирования профессиональной компетентности будущих психологов, преподавателей психологии и под руководством профессора Мироно-

вой Т. Л. подготовила и защитила в 2007 году в БГУ диссертацию «Педагогическая практика как фактор развития профессиональной компетентности будущих психологов, преподавателей психологии» на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.01 - Общая педагогика, история педагогики и образования.

В 1998 году А. Д. Карнышев возвратился в родной вуз, стал работать заведующим кафедрой психологии, явился инициатором открытия специальности «Психология» в БГУ, поручил заняться подготовкой документов для получения лицензии на вышеуказанную специальность двум преподавателям, доценту Мироновой Татьяне Львовне, старшему преподавателю, кандидату психологических наук Тудуповой Туяне Цибановне, лаборанту Аноновой Светлане Иннокентьевне. Большую помощь в консультировании при подготовке документов для лицензирования оказала нам методист по психологии Учебно-методического управления (УМУ) университетов России Хрусталева Антонина Гавриловна, непосредственно в БГУ действенную и консультативную помощь и поддержку мы получали от доцента кафедры педагогики, заведующей сектором психолого-педагогических дисциплин при учебно-методическом центре БГУ Танхасаевой Аюны Семеновны. Она тщательно и кропотливо проверяла подготовленные нами документы: учебный план, программы дисциплин, программы практик, программу Государственного экзамена, различные справки и выписки. Нам приходилось работать и ночами, чтобы суметь уложиться в ограниченные сроки для представления документов в УМУ университетов РФ по психологии. Весной 1999 года была выдана лицензия для открытия новой, перспективной для Республики Бурятия специальности «Психология», а в июле-августе 1999 года мы осуществили первый набор студентов-психологов – 45 человек. Этот набор оказался ярким и удивительным, из них 15 человек окончили среднюю общеобразовательную школу с золотой и серебряной медалью, а также с отличием колледжи.

Куратором студенческой группы психологов, в которой обучались студенты первого набора была назначена старший преподаватель Аюрова Эльвира Бальжинимаевна. Трудовой стаж в БГПИ-БГУ – 32 года (1973–2005). В БГПИ стала работать на должности лаборанта кафедры анатомии и физиологии человека и животных с 1973 г. С 1980 по 1984 гг. обучалась в целевой аспирантуре Ленинградского государственного педагогического института имени А.И. Герцена по специальности «возрастная физиология» при кафедре анатомии и физиологии. После окончания аспирантуры возвратилась на родную кафедру в должности ассистента. Она работала в конце восьмидесятых начале девяностых годов прошлого века заместителем декана биолого-химического факультета по воспитательной работе, была организатором различных видов общественно-полезной деятельности, способствующих формированию и развитию личности своих воспитанников. Большое внимание она уделяла организации художественно-эстетической деятельности студентов на факультете.

В 1990 году прошла по конкурсу старшим преподавателем кафедры психологии БГПИ-БГУ. Эльвира Бальжинимаевна обладает такими личностными свойствами: внимательным, доброжелательным отношением к людям, к студентам, организаторскими и коммуникативными умениями и способностями, развитыми художественными способностями. Эти личностные качества ярко проявлялись у нее во время работы как заместителя декана по воспитательной работе и позволяли ей эффективно руководить различными видами общественно-полезной деятельности студентов, в том числе трудовой, художественной деятельности, самоподготовкой. Она могла устанавливать со студентами и преподавателями теплые, не формальные отношения, в то же время как педагог была строгой и требовательной по отношению к студентам. Ею опубликовано 30 научных работ по физиологии и возрастной психологии, а также 7 учебно-методических пособий. Имеет звание «Почетный работник высшего профессионального образования». Как куратор группы она уделяла большое внимание вопросам формирования студенческого коллектива, создания благоприятного психологического климата в группе, развития и формирования профессиональной мотивации, профессионально важных качеств у обучающихся.

Первый выпуск по специальности «Психология» состоялся в июне 2004 года, окончили вуз 37 психологов, преподавателей психологии, из них 14 выпускников получили дипломы с отличием. Четыре выпускника окончили аспирантуру и стали кандидатами психологических наук: Махакова Л., Табхарова С., Бадиев И., Федоров А. Выпускница Анна Владимировна Комарова подготовила и защитила в БГУ кандидатскую диссертацию по методике физического воспитания, стала кандидатом педагогических наук, в настоящее время работает заведующей кафедрой теоретических основ физического воспитания в Альма – матер, работает над докторской диссертацией. Мы, преподаватели психологии гордимся своими воспитанниками, которые состоялись как хорошие профессионалы.

В 2002 году кафедра психологии БГУ в связи с производственными задачами по обеспечению учебно-воспитательного процесса была разделена на две кафедры: кафедру общей и социальной психологии и кафедру возрастной и педагогической психологии. Первая занималась руководством учебного процесса на социально-психологическом факультете по блоку общепсихологических дисциплин и двум специализациям – «Социальная психология», «Клиническая психология», а также преподаватели вели психологические дисциплины, руководили курсовыми и дипломными работами на отделении социальной работы СПФ. Вторая (заведующая кафедрой – доцент, канд. психол. наук Коротова Г. С. (2002 г.), позднее доцент, канд. психол. н. Дугарова Т. Ц. (2004–2010 г.), доцент, канд. психол. н. Тудупова Т. Ц. (2011–2013 г.) обеспечивала учебный процесс по психологическим дисциплинам на факультетах БГУ, а также по дисциплинам педагогическая психология, возрастная психология и дисциплинам специализации «Педагогическая психология» на отделении психологии СПФ.

В апреле 1999 года А.Д. Карнышев по семейным обстоятельствам переехал в г. Иркутск, его пригласили на должность заведующего кафедрой психологии в Байкальский государственный университет экономики и права (БГУЭП). Но он не терял связи с родным Бурятским госуниверситетом и как совместитель долгое время работал на родной кафедре, читал лекции, руководил аспирантами. Он является одним из основателей новой области социальной психологии – этнической экономической психологии. Сотрудники кафедры психологии БГУ, студенты и аспиранты активно участвовали в работе научно-практических конференций различного уровня, читали доклады, публиковали статьи, доклады в сборниках материалов конференций БГУЭП. С недавних пор он трудится в должности профессора кафедры культурологи и управления социальными процессами Института социальных наук Иркутского государственного университета.

Третья заведующая кафедрой психологии БГПИ-БГУ — Миронова Татьяна Львовна (1993–1996; май 1998–2014 г.). Общий трудовой стаж 54 года, из них в БГПИ-БГУ – 41 год. Внесла весомый вклад в становление и развитие высшего профессионального психологического образования в БГУ и практической психологии в Республике Бурятия. Татьяна Львовна удостоена звания «Почетный работник высшего профессионального образования Российской Федерации» (2003). В связи с 90-летием БГПИ-БГУ ей присвоено почетное звание «Заслуженный работник Бурятского государственного университета». 5 июня 2024 г. награждена Почетной грамотой Министерства социальной защиты населения Республики Бурятия за плодотворное сотрудничество в подготовке квалифицированных кадров социальной сферы и развитие волонтерского движения в системе социальной защиты населения РБ.

Занималась с 2000 по 2023 гг. практической, клинической психологией. Трудовой стаж в должности медицинского (клинического) психолога составляет 23 года, из них она 15 лет работала в Республиканском психоневрологическом диспансере с 2000 по 2015 гг., 10 лет трудилась в Республиканской клинической больнице имени В.В. Ангапова в отделении неврологии для оказания помощи больным с острым нарушением мозгового кровообращения с 2013 г. по август 2023 г. Она занималась следующими направлениями психологической деятельности: нейропсихологической и патопсихологической диагностикой пациентов, психологическим консультированием больных и их родственников, психотерапевтической, психокоррекционной и психореабилитационной деятельностью с пациентами, а также психообразованием, психологическим консультированием медицинского персонала – врачей и медицинских сестер. В этом заключается социальный и гуманистический смысл ее работы как медицинского психолога.

В 2021 году окончила Автономную некоммерческую организацию дополнительного профессионального образования «Волгоградская гуманитарная академия профессиональной подготовки специалистов социальной сферы» (АНО ДПО «ВГАШПССС») по программе «Нейропсихология взрослых. Диагностика и реабилитация лиц, имеющих нарушения высших психических функций различного генеза» с присвоением квалификации НЕЙРОПСИХОЛОГ, что позволяет ей вести профессиональную деятельность в сфере нейропсихологической диагностики и реабилитации.

В настоящее время работает в Институте педагогики и психологии БГУ, профессором кафедры общей и социальной психологии, является руководителем магистратуры по направлению «Психология», по профилю «Психология личности», читает лекции и проводит практические занятия по общей психологии для студентов бакалавриата, по методологическим проблемам психологии для студентов магистратуры. Руководит дипломными работами студентов магистратуры и бакалавриата. На высоком научном и методическом уровне проводит все виды учебных занятий. Под ее руководством защищено

более 100 выпускных квалификационных работ. На высоком научном и методическом уровне она выполняет все виды учебных поручений.

С 1999 года по 2019 г. Миронова Т. Л. была руководителем курсов по профессиональной подготовке психологов, методистами на курсах работали сначала доцент Корытова Г. С., а позднее старший преподаватель Анонова С. И. Они занимались организацией учебного процесса на курсах и разработкой и обеспечением учебно-методическими пособиями и рекомендациями слушателей и преподавателей психологии. Татьяной Львовной была разработана программа по профессиональной переподготовке психологов по «Клинической психологии» и впервые под ее руководством открыты курсы в 2018–2019 гг., завершили профессиональное обучение 15 клинических психологов для сферы здравоохранения из Республики Бурятия, Иркутской области, г. Москва. Пять преподавателей психологических кафедр БГУ получили квалификацию «Клинический психолог»: профессор Дугарова Т. Ц., доц. Тудупова Т. Ц., доц. Доржиева М. Н., доц. Дарижапова М. Н., старший преп. Халудорова А. В. Подготовка преподавателей по специальности «Клиническая психология» позволила начать работу по открытию в БГУ специальности «Клиническая психология». Весь 2023–2024 гг. был направлен на разработку образовательной программы по вышеуказанной специальности, программы всех дисциплин, практики студентов под руководством заведующего кафедрой Т. Ц. Тудуповой. Документы для лицензирования по данной специальности направлены в соответствующие инстанции. Мы ожидаем положительного решения по лицензированию новой для университета специальности. Запросы практики здравоохранения в Республике Бурятия требуют подготовки высоко квалифицированных клинических психологов для оказания психологической помощи воинам СВО на Украине, которые так нуждаются психореабилитационной работе.

В настоящее время два сотрудника кафедры работают в медицинских учреждениях – преподаватель Смолянкин В. В. в ГАУЗ «Республиканский психоневрологический диспансер», доцент, канд. медицинских наук Батуева Н. Г. – врачом психиатром в том же диспансере.

Главное направление научно-исследовательской деятельности Мироновой Т. Л. как ученого психолога – изучение самосознания различных групп профессионалов: врачей хирургического профиля, психологов, специалистов по социальной работе, а также представителей рабочих профессий, находящихся на этапе профессиональной подготовки: токарей, поваров. Ее научный интерес вызывают актуальные для современной России социально-психологические проблемы: взаимосвязь социально-психологической адаптации и личностных свойств у безработных людей (женщин, молодежи); этнического самосознания и толерантности народов, проживающих в Байкальской Азии.

Ею опубликовано свыше 200 научных и учебно-методических работ, из них 3 монографии, 3 коллективные монографии, 1 учебное пособие. Ответственный редактор 7 научных сборников по психологии. Заместитель главного редактора журнала «Вестник Бурятского государственного университета. – Вып. 5. Психология. Социальная работа» (2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013), включенного в список реферируемых ВАК изданий, в которых публикуются основные научные результаты диссертаций на соискание ученой степени доктора, кандидата психологических наук. Являлась руководителем аспирантуры по педагогической психологии, два ее аспиранта и два соискателя защитили кандидатские диссертации: Н. Н. Климентьева, канд. психол. н., Н. В. Кондратьева, канд. психол. н., В. И. Стенькова, канд. пед. н., Л. Д. Шагдурова канд. психол. н.

В 2008–2011 гг. – руководитель исследовательского проекта РГНФ № 09 – 06 – 62601 а/г «Социально-психологические факторы формирования самосознания личности, склонной к перфекционизму», исполнителем являлась ассистент Жебрун Я. О. В рамках выполнения проекта были посещены две страны Республика Казахстан (2009 г), КНР (2010). В Национальном университете имени Л. Н. Гумилева (г. Астана) были проведены психологические исследования, направленные на изучение самосознания, самоотношения студентов-казахов и уровня их перфекционизма, а также личностных свойств. Результаты исследования авторы представили в журнале «Вестник БГУ» (Серия Психология. Социальная работа) (2011 г.). В Международной академии бизнеса (г. Пекин. КНР) Т. Л. Миронова и Я. О. Жебрун познакомились с работой Психологической службы вуза, китайские психологи рассказали о том, что одним из направлений их работы является выявление лиц, склонных к суициду, к высокой тревожности, депрессивности, а также оказание психологической помощи студентам, на начальных этапах адаптации к обучению в вузе. Татьяна Львовна и Яна Олеговна представили научные

доклады по результатам исследования по гранту РГНФ на IX Азиатско-Тихоокеанском международном конгрессе психологов (г. Харбин, Китай 13–18 декабря 2010 г.), которые были признаны лучшими и награждены дипломом конгресса.

На кафедре психологии с 2005 года работает доцентом, кандидат психологических наук Бадмаева Наталья Цыденовна, окончила Томский государственный университет, химический факультет в 1975 году, в течение 20 лет трудилась научным сотрудником в области физической химии в НИИ вышеуказанного университета, Башкирского НИИ нефтепереработки, занималась высокомолекулярными соединениями посредством электронного парамагнитного резонанса (ЭПР), ультрафиолетовой и инфракрасной спектроскопии и т.д. В 1994 г. окончила Санкт-Петербургский государственный университет по специальности «Социальный психолог в системе образования». В 1997 г. защитила диссертацию на соискание ученой степени кандидата психологических наук (научный руководитель, д-р психол. наук, профессор В. Г. Леонтьев, а 2006 г. защитила докторскую диссертацию «Мотивационная основа развития общих умственных способностей» в Новосибирском государственном педагогическом университете (научный консультант – В. Г. Леонтьев). Адаптированную ею методику для диагностики мотивации школьников включили в 2016 в перечень психодиагностических методик, рекомендованных Министерством образования Российской Федерации для практических психологов в сфере образования.

В 1993 г. в г. Улан-Удэ был открыт Центр психологической службы при Комитете по образованию (ныне Центр диагностики и консультирования), первым директором которого назначили Н. Ц. Бадмаеву (1993–2016 г.). Ею была выстроена система Психологической службы в г. Улан-Удэ. В Центре работали специалисты: психологи, врачи неврологи, психиатры, логопеды, педагоги. Была создана консультативная служба для детей, подростков и их родителей, а также населения города Улан-Удэ. При Центре работал 10 лет стационар для трудных подростков. С 1997 г. стал функционировать круглосуточный телефон доверия. Специалисты уже тогда активно работали с лицами, находящимися в кризисных состояниях, выполняли такие функции, как психодиагностика, психологическое консультирование, психологическая коррекция и психопрофилактика. Занимались школьной медиацией, выезжали в образовательные учреждения, разбирались в причинах конфликтных ситуаций, помогали «гасить» конфликты. В 2007 году Центр диагностики и консультирования занял второе место за профессиональное оказание психологической помощи детям и подросткам образовательных учреждений во Всероссийском конкурсе психологических Центров (г. Анапа). Студенты-психологи БГУ проходили различные виды практик в вышеуказанном учреждении.

В настоящее время Бадмаева Н. Ц. читает лекции, проводит практические занятия по таким дисциплинам: математические методы в психологии, современные методы психокоррекции, психологическое консультирование, психодиагностика, психоанализ, спецпрактикум по психодиагностике. Руководит выпускными квалификационными работами студентов бакалавриата и магистратуры, а также является руководителем аспирантов по специальности «Общая психология, психология личности, история психологии». На высоком научном и методическом уровне проводит все виды занятий. Занимается наставничеством, проводит со студентами занятия по вопросам математико-статистической обработки полученного ими эмпирического материала и их психологической интерпретации.

Имеет награды: «Почетный работник системы образования Республики Бурятия», «Заслуженный работник образования Российской Федерации».

Четвертый заведующий кафедрой общей и социальной психологии с 2014 года и по настоящее время кандидат психологических наук, доцент Тудупова Туяна Цибановна. Трудовой стаж в БГПИ – БГУ – 30 лет. С 1991 года прошла трудовой от лаборанта кафедры психологии, ассистента, старшего преподавателя, доцента. Окончила целевую аспирантуру в Московском государственном областном университете, по специальности 19.00.07 «Возрастная, педагогическая психология» и защитила в 1998 году диссертацию на соискание ученой степени кандидата психологических наук «Этнопсихологический фактор в структуре направленности личности современного подростка» (научный руководитель: доктор психологических наук, профессор Виль Эммануилович Чудновский).

Занимала должность заведующего отделением психологии с 1999 года, много сил отдавала организации учебно-воспитательного процесса, его методического обеспечения, создания материально-технических условий для оптимального обучения студентов на отделении психологии. Туяна Цибановна проявила себя как компетентный преподаватель психологии, для нее характерен высокий уровень продуктивности в научно-исследовательской работы, лауреат конкурса «Лучший доцент БГУ»

(2009, 2011, 2014). Она обладает такими качествами: гуманистической направленностью, целеустремленностью, принципиальностью, тактичностью, высоким уровнем организаторских и коммуникативных, педагогических способностей. Имеет звание «Почетный работник высшего образования Российской Федерации». Ею подготовлено два кандидата психологических наук - Худякова И., Е. М. Калмыкова.

В последние годы руководством курсов профессиональной подготовки психологов по программам «Практическая психология», «Клиническая психология» занимается доц. Тудупова Т. Ц., методист курсов старший преподаватель Халудорова А. В. Преподаватели кафедры, практические психологи проводят занятия со слушателями, формируют у обучающихся на занятиях и в период психологической практики профессионально-значимые качества и психические процессы, имеющие профессиональную специфику, а также профессиональные компетенции.

За 33 года со времени начала функционирования курсов психологов было подготовлено кафедрами психологии БГПИ-БГУ около 1500 практических психологов для сферы образования, здравоохранения. Наши выпускники успешно трудятся профессиональными психологами в различных сферах практики и оказывают людям психологическую помощь: МВД, в системе железнодорожного транспорта, МЧС, УИН, в образовании, здравоохранении, в банковской деле, Российской армии и т.д.

В 2022 году была открыта Психологическая служба в БГУ, руководитель ее Наталья Николаевна Перфильева. Два психолога занимаются психологической деятельностью в вузе – Рудакова Елена Николаевна, Белоусов Анатолий Валерьевич. Основной целью вузовских психологов является обеспечение психологического сопровождения студентов очного, очно-заочного отделений, а также преподавателей и сотрудников университета. Студенты обращаются к психологу за психологической консультацией по различным вопросам, которые их волнуют. Так, первокурсники испытывают нервно-психическое напряжение в связи с трудностями социальной адаптации в вузе. Молодежь волнуют вопросы межличностного общения с другими студентами, детско-родительские отношения в семье, педагогического общения с преподавателями и т.д. Сотрудники Психологической службы встречаются со школьниками во время дней открытых дверей, которые проводят институты БГУ. Они занимаются консультативной деятельностью, проводят психологические тренинги, направленные на актуализацию различных психических и личностных образований, осуществляют профориентационную работу: занимаются психодиагностикой, профконсультированием старшеклассников.

Таким образом, профессорско-преподавательский состав кафедры психологии занимается многогранной работой, они трудятся как преподаватели психологии, как ученые – психологи, как практические психологи, занимаются судебно-психологической экспертизой и другими важными видами психологической деятельности, проявляют в общении, в поведении гуманистическую, деловую направленность своей личности, стараются раскрыть свой личностный потенциал, экстерииоризовать способности, расширять эйкумену, внести значимые «вклады» в других людей, тем самым обрести собственное бессмертие.

Литература

1. Миронова Т. Л. 75-летний юбилей БГПИ-БГУ и 30-летие кафедры общей и социальной психологии // Вестник Бурятского государственного университета. Вып. 4. Психология. Социальная работа. 2007. С. 3–15.

ON THE 25TH ANNIVERSARY OF THE OPENING OF THE SPECIALTY "PSYCHOLOGY" AT THE BURYAT STATE UNIVERSITY

Mironova Tatyana Lvovna

Dr. Sci. (Psychology), A/Prof.,

Dorzhi Banzarov Buryat State University

24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia

mironouvat@yandex.ru

Abstract. The article describes the history of the Department of Psychology at BSU. The contribution of the heads of the Department of Psychology to the formation and development of the department is presented. Psychological portraits of the department staff and their role in the formation of practical psychology in Buryatia are presented. Current problems of practical psychology in the Republic of Buryatia are revealed.

Keywords: history of the Department of Psychology; heads of the Department of Psychology; professional retraining programs in psychology; psychological service of the university; the relationship between psychological education at the university and the practical activities of psychologists; scientists-psychologists; active teaching methods; communicative and organizational skills; personality; psychology teachers.

Научная статья
УДК 159.955

**Техническая связанность и эмоциональная атомизация современного общества
как факторы, способствующие развитию вторичного посттравматического
стрессового расстройства: обзор подходов**

© *Москалева Юлия Олеговна*

магистрант,
Херсонский государственный педагогический университет
Россия, 273003, г. Херсон, ул. Университетская, 27
psychologyHGPU@yandex.ru

© *Олейник Нармина Оруджовна*

кандидат психологических наук, доцент,
заведующая кафедрой общей и социальной психологии,
Херсонский государственный педагогический университет
Россия, 273003, г. Херсон, ул. Университетская, 27
psychologyHGPU@yandex.ru

Аннотация. В статье представлен аспект изучения вторичного посттравматического расстройства в современном обществе, в том числе вследствие воздействия шокирующих материалов. Приводится анализ противоположных тенденций: увеличение структурной и информационной связанности и атомизации, которые способствуют распространению негативной информации, и эмоциональной изоляции индивида. Выявляются условия приоритетного распространения негативной и травмирующей информации. В результате анализа ряда исследований прослеживаются как качественное изменение оценки исследователями актуальности проблемы медиатравмирования, так и количественный рост числа индивидов, подвергающихся воздействию шокирующих материалов.

Ключевые слова: вторичное посттравматическое расстройство, медиатравма, социальные сети, атомизация.

Со времен заключения в 1496 г. до н. э. Амфикионова трактата, считающегося первым упоминанием мирного договора, по 1861 г. приходится всего 227 лет мира против 3130 лет войны [1]. Первые же свидетельства массовых вооруженных конфликтов среди представителей вида *Homo Sapiens* имеют возраст порядка 13 000 лет [9]. И если термин посттравматическое стрессовое расстройство и был официально введен в 80-х годах 20 века, то само состояние, по-видимому, существует столько, сколько существуют травмы [5]. Войны и вооруженные конфликты неразрывно связаны с травмирующим опытом больших масс людей, и по сей день, они являются основным каналом приобретения этого состояния [7].

И хотя с момента окончания второй мировой войны наблюдается (см. рис. 1) [4] очевидная и стойкая тенденция к снижению числа жертв в войнах и различных конфликтах в процентном отношении, а так же и сам их масштаб, впервые человечество находится в беспрецедентной структурной связанности.

При этом, наряду с увеличением связанности информационной, имеется тенденция к атомизации [8] и снижению связанности социальной, иными словами, каждый индивид в среднем знает больше, но более одинок и более несчастен [3].

Плохие новости, шокирующий контент, зачастую, распространяются быстрее [6], и затрагивают большее число людей. Можно согласиться с тем, что в среднем, каждый индивид имеет все меньшую вероятность стать жертвой вооруженного конфликта, но при этом у него практически нет шансов не узнать о нем, не быть вовлеченным эмоционально. Что наряду с упомянутой социальной атомизацией приводит к тому, что человек остается фактически один на один с негативным информационным фоном.

При этом, наряду с увеличением связанности информационной, имеется тенденция к атомизации [8] и снижению связанности социальной, иными словами, каждый индивид в среднем знает больше, но более одинок и более несчастен [3].

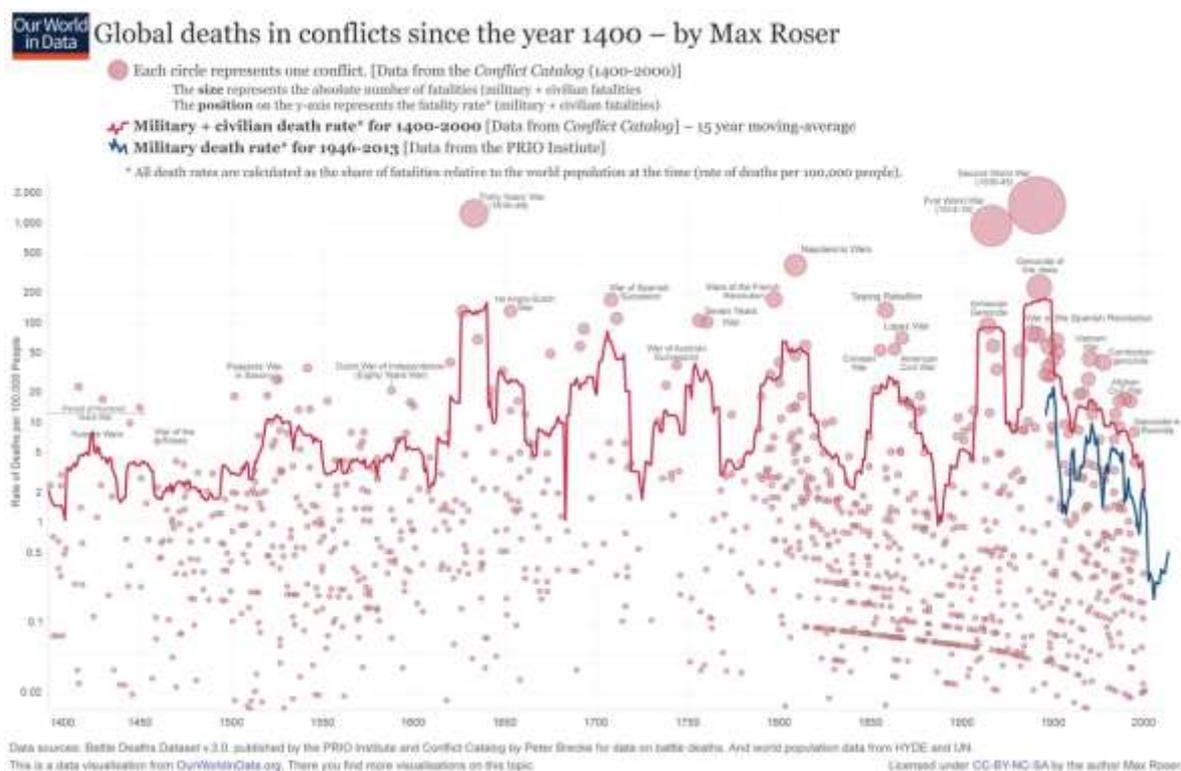


Рис. 1. Количество смертей в военных конфликтах в период с 1400 по 2000 гг. [4]

Плохие новости, шокирующий контент, зачастую, распространяются быстрее [6], и затрагивают большее число людей. Можно согласиться с тем, что в среднем, каждый индивид имеет все меньшую вероятность стать жертвой вооруженного конфликта, но при этом у него практически нет шансов не узнать о нем, не быть вовлеченным эмоционально. Что, наряду с упомянутой социальной атомизацией, приводит к тому, что человек остается фактически один на один с негативным информационным фоном.

Учитывая вышесказанное, мы определяем исходные условия такими, что парадоксальным образом, влияние войн и конфликтов, являющихся мрачными спутниками человечества всю его историю, при снижении их числа и масштаба, при снижении количества жертв не только не отходят на второй план в информационной повестке, а наоборот, становятся ближе и возможно, в среднем оказывают гораздо большее травмирующее влияние на отдельного индивида. Иными словами, войн меньше, но мы видим их больше.

Другим следствием увеличения информационной, или, что более точно «технической» связанности общества, т. е. когда существует техническая возможность обмениваться информацией с большим числом индивидов наряду с социальной атомизацией, является более обширное влияние людей с ПТСР, приобретенным вследствие участия в вооруженном конфликте (опять же, как наиболее вероятном и массовом канале приобретения состояния [7]), не только на свою семью и ближайшее окружение [10]; [15], но и на общество [13]. И так же, как и в случае с медиатравмой [17] и эмоциональной вовлеченностью в негативную новостную повестку, для индивидов с ПТСР, информационная связанность и атомизация играют роль некоего клапана, не позволяющего получить поддержку от общества, но пропускающего негативное влияние во вне.

Иными словами, сложно рассчитывать на помощь от общества, но можно быть уверенным в его информированности.

Такое положение позволило говорить о феномене вторичного ПТСР [12], например, среди врачей-педиатров [18], или среди новостных журналистов [2]. В частности, в тематике вторичного ПТСР среди журналистов особый интерес представляет более раннее исследование, проведенное в 2010 году А. Weidmann и J. Papsdorf. Оно озаглавлено как «Witnessing Trauma in the Newsroom Posttraumatic Symptoms in Television Journalists Exposed to Violent News Clips» [20]. Т. е. в данной работе речь идет

не о журналистах съемочной группы, которые могут непосредственно находиться под воздействием травмирующих факторов, а о персонале, работающем с первичным видеоматериалом. В упомянутом исследовании делается вывод о том, что хотя и более 80% опрошенных из 81 одного человека, принявшего участие в исследовании, и сталкиваются с навязчивыми негативными воспоминаниями, связанными с просмотренным видеоматериалом, в целом долгосрочный риск для психического здоровья признается несущественным. Напомним, что исследование проводилось в 2010 году, когда развитие социальных сетей и использование их в качестве новостных агрегаторов и источников было на существенно меньшем уровне нежели на данный момент. В данном случае примечателен сам факт рассмотрения исследователями возможного воздействия на персонал просмотра шокирующего фото- и видеоматериала.

В другой работе того же периода, выполненной японскими исследователями Hatanaka, Matui, Ando, Inoue, Fukuoka, Yoshiharu, Koshiro и Itamura [14] посредством детальных опросов на группе из 270 новостных журналистов было выявлено, что 6% наблюдаемых соответствовали критерию потенциального посттравматического стрессового расстройства. Более того, посттравматические стрессовые реакции на момент опроса были тесно связаны с симптомами стресса, испытанного во время стрессового задания.

В более позднем же исследовании воздействия шокирующих медиаматериалов на журналистов, проведенным уже в 2014 году А. Feinstein, В. Audet и Е. Waknine [11] и включавшего опрос и оценку воздействия просмотра шокирующего контента по нескольким параметрам (включая общий уровень тревожности) указывается, что именно частое (т. е. ежедневное) воздействие изображений насилия и другого травмирующего контента вызывает максимальный уровень эмоционального дискомфорта и тревожности. В этой работе исследователи уже обращают внимание на необходимость принятия каких-либо мер для снижения рисков для эмоционального состояния журналистов. В частности, одной из мер называется снижение частоты воздействия шокирующего контента.

В новейших работах, фактически, уже не ставится вопрос о возможном влиянии, а предлагаются конкретные меры и технические решения для предупреждения развития ПТСР среди индивидов. Например, речь идет об автоматическом цензурировании контента при помощи искусственного интеллекта [19] и корректировке правил алгоритма рекомендательной системы социальных сетей для уменьшения потока травмирующей информации [16]. В настоящее время не имеет смысла выделять журналистов в отдельную группу, имеющую повышенный риск медиатравмирования, в виду развития социальных сетей [21], когда каждый индивид может подвергнуться воздействию шокирующего контента в большей степени чем журналист в 2010 или даже в 2014 годах. Можно констатировать, что вторичный ПТСР, вызванный медиатравмированием переходит в разряд глобальных вызовов.

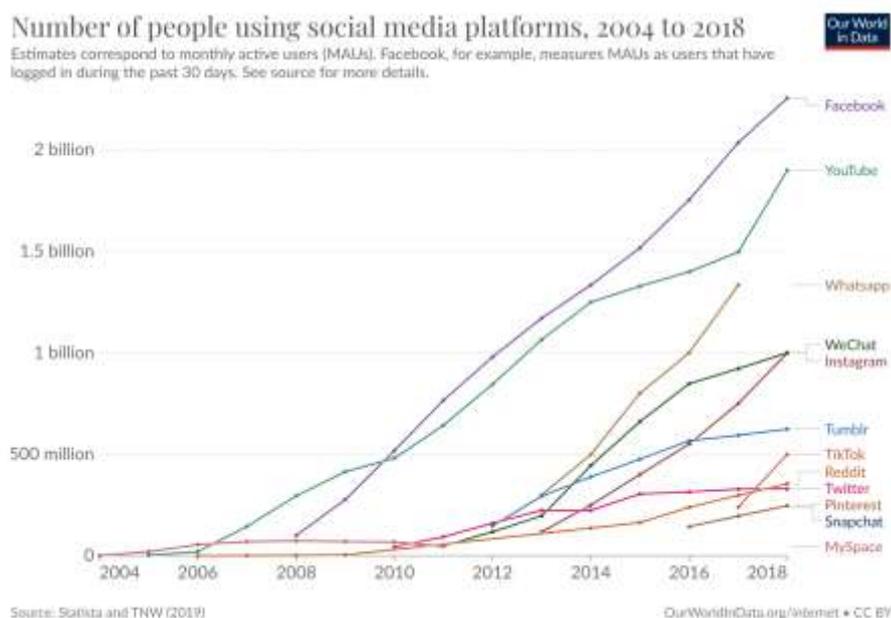


Рис. 2. Количество активных пользовательских аккаунтов в социальных сетях в период с 2004 по 2018 гг. [21]

Здесь напрашивается своего рода неявная диалектическая аналогия, когда тезис состоит в том, что технический прогресс способствует прогрессу социальному, снижая общее число жертв в вооруженных конфликтах, антитезисом к данному явлению выступает наша большая осведомленность и доступность травмирующей информации наряду с эмоциональной атомизацией, а синтезом выступает автоматическое цензурирование контента и настройка рекомендательных алгоритмов социальных сетей со стороны искусственного интеллекта.

Итак, анализ исследований подтверждает актуальность данной темы, как и самого феномена вторичного ПТСР, вызванного медиатравмированием, так и различных методов его диагностирования и лечения. Масштаб явления, обуславливающийся информационной связанностью современного общества, позволяет говорить о нем, как о социально значимой проблеме.

Примечательна эволюция взглядов исследователей на риск вторичного ПТСР вследствие медиатравмирования в период становления социальных сетей с 2010 по настоящее время: от явления, вызывающего опасения для узкопрофессиональных групп, до глобального вызова обществу. И здесь важно подчеркнуть, что рост социальных сетей не ограничивается лишь количественной составляющей: во многом изменяется то, как мы используем социальные сети, и основная тенденция здесь состоит в том, что сообществ «по интересам» любая социальная сеть и мессенджер трансформируется в высокоэффективное средство распространения контента, в том числе и в наибольшей степени шокирующего.

Ответ на этот глобальный вызов, очевидно, должен быть комплексным и содержать в себе широкий диапазон как технических средств, например, для автоматической премодерации и цензурирования, фиксации возрастных ограничений, индивидуального подсчета времени и частоты воздействия шокирующих материалов, так и мер, направленных на диагностирование предрасположенности к ПТСР и медиатравмированию, и в том числе различных терапевтических методов преодоления последствий ПТСР.

Литература

1. Великая Отечественная война 1941–1945 годов: в 12 томах / М-во обороны Российской Федерации; главная ред. А. Э. Сердюков (пред.) [и др.]. Москва: Кучково поле, 2011–2014.
2. Backholm, Klas & Björkqvist, Kaj. (2012). The mediating effect of depression between exposure to potentially traumatic events and PTSD in news journalists. *European journal of psychotraumatology*. 3. 10.3402/ejpt.v3i0.18388.
3. Bartolini, Stefano & Bilancini, Ennio & Pugno, Maurizio & Battinelli, Andrea & Bianchi, Marina & Boncinelli, Leonardo & Bordandini, Paola & Cartocci, Roberto & Currarini, Sergio & Clark, Andrew & Antoni, Massimo & Destefanis, Sergio & De, Massimo & Drago, Francesco & Federici, Daniela & Ferrante, Francesco & Kurita, Kyosuke & Lavezzi, Mario & Micucka, Malgorzata & Zanella, Giulio. (2013). Did the Decline in Social Connections Depress Americans' Happiness? *Social Indicators Research*. 110. 10.1007/s11205-011-9971-x.
4. Bastian Herre, Lucas Rodés-Guirao, Max Roser, Joe Hasell and Bobbie Macdonald (2024) - "War and Peace" Published online at OurWorldInData.org. Retrieved from: <https://ourworldindata.org/war-and-peace>
5. Birnes P. J., & Bui, E. (2015). PTSD in History: From Uruk to Baghdad. *Comprehensive Guide to Post-Traumatic Stress Disorder*, 1–14.
6. Buhl Florian & Günther, Elisabeth & Quandt, Thorsten. (2019). Bad News Travels Fastest: A Computational Approach to Predictors of Immediacy in Digital Journalism Ecosystems. *Digital Journalism*. 7. 1-22. 10.1080/21670811.2019.1631706.
7. Chen Xiya. (2023). The Causes and Effects of Post-traumatic Stress Disorder. *SHS Web of Conferences*. 157. 10.1051/shsconf/202315704029
8. Chen Yidan. (2021). The Influence of Social Atomization. 10.1007/978-981-16-2566-4_10.
9. Crevecoeur, Isabelle; Marie-He'le'ne Dias-Meirinho, Antoine Zazzo, Daniel Antoine & François Bon (2021) *Newinsights on interpersonal violence in the Late Pleistocene based on the Nile valley cemetery of Jebel Sahaba*. *Scientific Reports* 11(9991)
10. Dorrington Sarah & Zavos, Helena & Ball, Harriet & Mcguffin, Peter & Sumathipala, Athula & Siribaddana, Sisira & Rijdsdijk, Frühling & Hatch, Stephani & Hotopf, Matthew. (2018). Family functioning, trauma exposure and PTSD: A cross sectional study. *Journal of Affective Disorders*. 245. 10.1016/j.jad.2018.11.056.
11. Feinstein Anthony & Audet, Blair & Waknine, Elizabeth. (2014). Witnessing images of extreme violence: a psychological study of journalists in the newsroom. *JRSM open*. 5. 2054270414533323. 10.1177/2054270414533323.
12. Figley Charles. (1995). Compassion fatigue as secondary traumatic stress disorder: An overview. *Compassion Fatigue*. 1.
13. Graves William. (2020). How Post-Traumatic Stress Disorder Impacts Society. 10.13140/RG.2.2.11310.66882.

14. Hatanaka Miho & Matsui, Yutaka & Ando, Kiyoshi & Inoue, Kako & Fukuoka, Yoshiharu & Koshiro, Eiko & Itamura, Hidenori. (2010). Traumatic stress in Japanese broadcast journalists. *Journal of traumatic stress*. 23. 173-7. 10.1002/jts.20496
15. Lambert Jessica & Holzer, Jessica & Hasbun, Amber. (2014). Association Between Parents' PTSD Severity and Children's Psychological Distress: A Meta-Analysis. *Journal of traumatic stress*. 27. 10.1002/jts.21891.
16. Li Kai & Li, Jie & Li, Yujuan. (2024). The effects of social media usage on vicarious traumatization and the mediation role of recommendation systems usage and peer communication in China after the aircraft flight accident. *European journal of psychotraumatology*. 15. 2337509. 10.1080/20008066.2024.2337509.
17. Naydonova Lyubov. (2019). Media Literacy Effect. The Context of War Media Trauma. *Mental Health: Global Challenges Journal*. 1. 63. 10.32437/mhgcj.v1i1.25.
18. Rigas Nikolaos & Soldatou, Alexandra & Daglas, Maria & Nanou, Christina & Antoniou, Evangelia. (2023). The Risk of the Development of Secondary Post-Traumatic Stress Disorder among Pediatric Health Care Providers: A Systematic Review. *Reports*. 6. 9. 10.3390/reports6010009.
19. Sarridis Ioannis & Spangenberg, Jochen & Papadopoulou, Olga & Papadopoulos, Symeon. (2023). Mitigating Viewer Impact from Disturbing Imagery using AI Filters: A User-Study.

TECHNOLOGICAL CONNECTEDNESS AND EMOTIONAL ATOMIZATION
OF MODERN SOCIETY AS FACTORS CONTRIBUTING TO THE DEVELOPMENT
OF SECONDARY POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER: A REVIEW OF APPROACHES

Moskalyova Yuliya Olegovna
Master Student,
Kherson State Pedagogical University
27 Universitetskaya St., 273003 Kherson, Russia
psychologyHGPU@yandex.ru

Oleynik Narmina Orudzhovna
Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,
Kherson State Pedagogical University
27 Universitetskaya St., 273003 Kherson, Russia
psychologyHGPU@yandex.ru

Abstract. The article discusses the study of secondary post-traumatic stress disorder in today's society, particularly as a result of exposure to disturbing materials. It analyzes the opposing trends of increased structural and information connectivity, as well as atomization, which contribute to the dissemination of negative information and the emotional isolation of individuals. The conditions that facilitate the prior dissemination of negative and traumatizing information are identified. Through a review of several studies, the article traces a qualitative shift in researchers' perceptions of the significance of media-induced trauma, as well as a quantitative increase in individuals exposed to disturbing content.

Keywords: secondary post-traumatic stress disorder, media-induced trauma, social media, social atomization.

Научная статья
УДК 159.9.07

**Копинг-стратегии женщин,
переживших насилие в семье**

© *Павлова Светлана Алексеевна*
магистрант,
Иркутский государственный университет
Россия, 664003, г. Иркутск, ул. Карла Маркса, 1
svetlana2795@bk.ru

© *Ярославцева Ирина Владиленовна*
доктор психологических наук, профессор,
Иркутский государственный университет
Россия, 664003, г. Иркутск, ул. Карла Маркса, 1
svetlana2795@bk.ru

Аннотация. В статье приведены данные психологического исследования копинг-стратегий женщин, переживших домашнее насилие. Результаты, полученные с применением психодиагностической методики опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкмана позволяют говорить о том, что женщины, пережившие насилие в семье, выбирают дезадаптивные копинг-стратегии, такие как: дистанцирование, самоконтроль и бегство-избегание. Реже встречаются адаптивные способы совладающего поведения - положительная переоценка, планирование решения проблем и дистанцирование.

Ключевые слова: копинг-стратегии, способы совладающего поведения, жертвы домашнего насилия.

В настоящее время в Российской Федерации проблема жестокости и насилия в семье остается одной из наиболее злободневных. В семьях происходит 40% тяжких насильственных преступлений. От насилия в семье в 75% случаев страдают женщины [3, с. 193]. До 91% этот показатель возрастает в браке. Согласно данным Консорциума женских неправительственных объединений, в 2021–2022 году более 70% всех убийств женщин в России было совершено их партнерами и родственниками. В России насилие в семьях, часто остается неприметным из-за скрытости и страха жертв. Часто пострадавшие не сообщают о случившемся из-за страха, стыда или надежды на улучшение ситуации.

В связи с распространенностью семейного насилия основным направлением государственной семейной политики сейчас по праву является проблема снижения насилия в семье и оказания помощи его жертвам [4, с. 128].

Цель исследования состояла в выявлении копинг-стратегий у женщин, переживших насилие в семье.

Копинг-стратегии (или стратегии совладания) — это методы и техники, которые люди используют для справления с трудными, стрессовыми или кризисными ситуациями. Они помогают адаптироваться к стрессу, уменьшить его влияние на психическое и физическое здоровье, а также улучшить общее самочувствие. Копинг-стратегии могут быть как положительными, так и отрицательными.

Основные типы копинг-стратегий:

- **Проблемно-ориентированные:** направлены на решение проблемы или уменьшение стресса. Это может включать в себя планирование действий, поиск информации, обсуждение проблемы с другими и т.д.
- **Эмоционально-ориентированные:** нацелены на управление эмоциями и стрессом, связанными с ситуацией. Это может включать в себя практики релаксации, физическую активность, разговоры с друзьями или ведение дневника.
- **Избегание:** включает в себя уклонение от ситуации или подавление эмоций. Это может быть временной стратегией, но в долгосрочной перспективе она может негативно сказаться на психическом здоровье.
- **Социальное взаимодействие:** обращение за поддержкой к другим людям, что может помочь уменьшить чувство одиночества и предоставить новые перспективы.

Важно выявлять дезадаптивные проявления копинг-стратегий для дальнейшего психологического сопровождения женщин, пострадавших от семейного насилия.

Использование копинг-стратегий может варьироваться в зависимости от человека, ситуации и контекста. Важно, чтобы люди находили те стратегии, которые работают для них и способствуют их благополучию.

Копинг-стратегии женщин, оказавшихся в ситуации насилия, могут варьироваться в зависимости от индивидуальных обстоятельств, культурного контекста и личного опыта. Вот несколько часто встречающихся стратегий. Поиск поддержки: многие женщины обращаются за помощью к друзьям, семьям, кризисным центрам или специализированным организациям, которые помогают жертвам насилия. Разработка безопасного плана: это может включать в себя планирование того, как покинуть опасную ситуацию, какие вещи взять с собой и куда обратиться за помощью. Психологическая поддержка: консультации с психологом или участие в группах поддержки могут помочь женщинам справиться с эмоциональными последствиями насилия. Уклонение от конфликта: некоторые женщины могут пытаться избегать ситуаций, которые могут привести к насилию, ориентируясь на поведение партнера. Разработка навыков самозащиты: о физической самозащите или изучение техник управления конфликтами. Сохранение независимости: работа или образование могут помочь женщинам сохранить финансовую независимость и уверенность в себе. Участие в активизме или образовании: некоторые женщины становятся активистками, борющимися с насилием по отношению к женщинам, что может помочь им переработать собственный опыт. Документирование насилия: ведение записей о инцидентах насилия может помочь в будущем, если женщина решит обратиться в правоохранительные органы или в суд.

Результаты исследования показали, что женщины, пережившие насилие в семье, выбирают дезадаптивные копинг-стратегии.

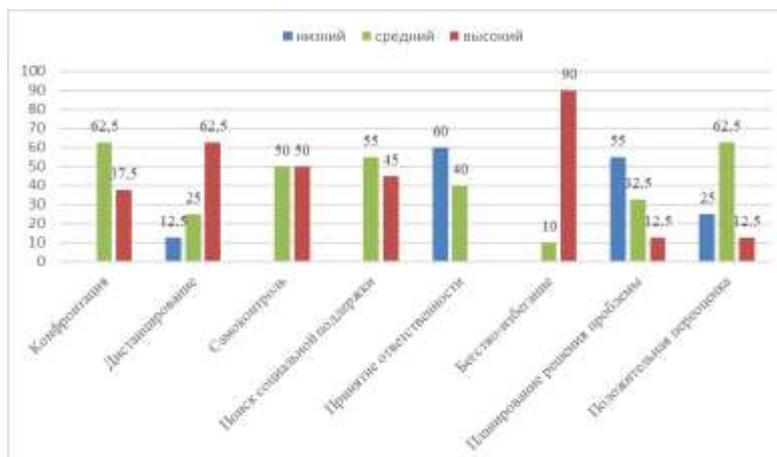


Рис.1. Сводные результаты по методике «Способы совладающего поведения» Лазурса, в разрезе количества респондентов, в %

Условные обозначения: красный — высокий уровень, зеленый — средний уровень, голубой — низкий уровень.

Так, у 62,5% женщин выявлен высокий уровень стратегии «дистанцирование». Использование данного механизма совладания может свидетельствовать о стремлении женщин уменьшить субъективную значимость определенной ситуации с целью снижения эмоциональных переживаний, дистанцирования от негативных чувств и избегания решения проблемы.

У 45% женщин наблюдается высокий уровень по шкале «поиск социальной поддержки», у 55% женщин выражен средний уровень данного копинга. По шкале «планирование решения проблемы» низкий уровень наблюдается у 55% женщин, что свидетельствует о недостаточном стремлении жен-

щин к поиску выхода из сложной ситуации за счет анализа своих действий. Вероятно, показатель низкого уровня данного способа совладания связан с недостаточным количеством сил и ресурсов у женщин – жертв насилия.

По шкале «положительная переоценка» средний уровень наблюдается у 62,5% женщин, высокий у 12,5% женщин и низкий у 25%. Данная стратегия способствует изменению негативного отношения к проблеме, рассмотрению ее как возможности и мотива для личностного роста.

Таким образом, женщинам, пережившим насилие в семье, могут быть свойственны дезадаптивные копинг-стратегии. Отметим, что реакция на насилие может быть разнообразной. При этом важно, чтобы жертва знала о доступных ресурсах и поддержке.

Литература

1. Frydenberg E., Lewis R. Teaching coping to adolescents: when and to whom? / E. Frydenberg, R. Lewis / American Educational Research Journal. Т. 37. № 3. 2000. P. 727–745.
2. Крюкова Т. Л., Куфтяк Е. В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) / Журнал практического психолога. Москва: 2007. № 3. С. 93–112.
3. Склавинская Е. Н. Личностные особенности женщин, испытавших домашнее насилие / Комплексные исследования человека: психология: материалы VII Сибирского психологического форума. Томск, 2017. Ч. 1. Атрибуты и идентичности человека цифровой эпохи. Образование. Воспитание. Творчество. 2017. С. 193–196
4. Сланова А. Ю. Насилие в семье как социальная проблема в современной России // Дискуссия. 2015. № 10. С. 127–131
5. Тихомандрицкая О. А. Проблемы совладания в ситуации домашнего насилия // Психология стресса и совладающего поведения: материалы III Междунар. науч.-практ. конф. (Кострома, 26–28 сент. 2013 г.). Кострома, 2013. Т. 2. С. 63–64.
6. Ярославцева И. В., Горюнова А. А. Осознание смысло-жизненных ориентаций женщинами, пережившими домашнее насилие, в процессе психологического консультирования // Психология личностного и профессионального развития человека: материалы VII конференции психологов образования Сибири. Иркутск, 2022. С. 59–63.
7. Ярославцева И. В., Шахова И. С., Горюнова А. А. Переоценка смысло-жизненных ориентаций, как детерминанта посттравматического роста женщин – жертв семейного насилия // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2022. Т. 19, № 4. С. 93–99.
8. Ярославцева И. В., Шахова И. С., Антоненко З. А. Самоотношение женщин – жертв домашнего насилия и его трансформация в процессе группового психологического консультирования // Известия Иркутского государственного университета. Сер. Психология. 2023. Т. 45. С. 83–92.
9. Ярославцева И. В., Шахова И. С., Антоненко З. Я. Самоотношение женщин, переживших домашнее насилие // Молодежь и будущее: профессиональная и личностная самореализация: материалы XII Международной научно-практической конференции. Владимир, 2023. С. 305–308.

COPING STRATEGIES OF WOMEN WHO HAVE EXPERIENCED DOMESTIC VIOLENCE

Pavlova Svetlana Alekseevna
Master Student,
Irkutsk State University
1 Karl Marx St., 664003 Irkutsk, Russia
svetlana2795@bk.ru

Yaroslavtseva Irina Vladilenovna
Dr. Sci. (Psychology), Prof.,
Irkutsk State University
1 Karl Marx St., 664003 Irkutsk, Russia
svetlana2795@bk.ru

Abstract. The article presents data from a psychological study of coping strategies of women who have experienced domestic violence. The results obtained using the psychodiagnostic method questionnaire "Methods of Coping Behavior" by R. Lazarus and S. Folkman allow us to say that women who have experienced domestic violence choose maladaptive coping strategies, such as: distancing, self-control and escape-avoidance. Less common are adaptive methods of co-coping behavior - positive reassessment, problem-solving planning and distancing.

Keywords: coping strategies, methods of co-coping behavior, victims of domestic violence.

Научная статья
УДК 159.96

**Факторы, влияющие на психологические ресурсы женщин
в период беременности и после родов**

© *Прокопенко Александра Ивановна*

магистрант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
skakonaest2.0@gmail.com

Аннотация. В статье рассматриваются психологические ресурсы женщин в период беременности и после родов, а также факторы, влияющие на их эмоциональное состояние и адаптацию к материнской роли. Особое внимание уделено биологическим, психологическим, социальным и экономическим аспектам, которые могут как способствовать укреплению внутренних ресурсов, так и создавать трудности в процессе адаптации.

Ключевые слова: психологические ресурсы, беременность, послеродовой период, адаптация к материнству, эмоциональная поддержка, стресс, социальные факторы, гормональные изменения, материнство, психическое здоровье.

В последние годы увеличилось внимание к психологическим аспектам, связанным с состоянием женщин в период беременности и после родов. Современные исследования концентрируются на изучении личностных характеристик, адаптации к новым ролям, а также на особенностях эмоциональной и смысловой сфер женщин. Процесс материнства требует значительных психологических усилий, что приводит к активизации внутренних ресурсов для адаптации к новым условиям жизни. Беременность влечет за собой масштабную перестройку привычной социальной системы женщины.

Как отмечает Болзан, происходит изменение внутренней системы ценностей и социального статуса, что требует мобилизации психологических ресурсов для адаптации к материнской роли [2, с. 250].

В. И. Брутман рассматривает материнство как процесс выстраивания смысловых границ между матерью и ребенком, что сопровождается перестройкой смысловой сферы и трансформацией социальной иерархии ролей [3, с. 198]. Взаимоотношения матери и ребенка формируют основу для внутренней трансформации в самосознании женщины, что напрямую влияет на ее эмоциональные и физиологические состояния.

Филиппова подчеркивает, что материнство – это опыт, который сопровождается сложными психосоматическими изменениями [8, с. 310]. Эмоции, страхи, связанные с предстоящими родами, возможными осложнениями и изменениями в теле женщины, формируют как положительный, так и отрицательный фон восприятия беременности.

Первая беременность особенно сложна для женщин, которые не обладают достаточным опытом материнства и могут испытывать значительные трудности с адаптацией к новой роли. Психологическое напряжение в этот период может быть вызвано не только телесными изменениями, но и необходимостью совмещения новых обязанностей с существующими личными и социальными ролями.

Значительным фактором в формировании психологических ресурсов является работа с подавленными эмоциями, которые могут активизироваться в период беременности [11, с. 312]. Это время становится не только этапом физической подготовки к материнству, но и периодом эмоциональной перестройки, в процессе которой женщина развивает устойчивость к стрессу, усиливает личностную зрелость и вырабатывает стратегии для преодоления внутренних конфликтов. Принятие новой роли и изменение системы значимых социальных отношений, требуют от женщины пересмотра жизненных приоритетов и формирования новых смыслов и ценностей, связанных с материнством.

Психологические ресурсы женщин в послеродовом периоде также подвергаются влиянию различных биологических, психологических, социальных и экономических факторов. Например, гормональные изменения, связанные с резким падением уровня эстрогена и прогестерона, могут оказывать существенное влияние на эмоциональное состояние.

Кроме того, физическое восстановление после родов, наличие хронических заболеваний или возможные осложнения также играют важную роль в процессе адаптации к материнству.

Помимо биологических факторов, психологические ресурсы женщин зависят от уровня стресса, связанного с новыми обязанностями, нехваткой сна и изменениями в привычном ритме жизни. Способы преодоления стресса и качество значимых для женщины отношений, являются важными элементами в формировании устойчивости к новым жизненным требованиям.

Социальные факторы, такие как поддержка со стороны партнера и семьи, оказывают значительное влияние на успешность адаптации к роли матери. Социальная поддержка может выражаться как в эмоциональной, так и в практической помощи, что позволяет женщине легче справляться с новыми обязанностями. В то же время культурные ожидания относительно роли матери могут усиливать давление на женщину, что приводит к усилению стресса и затруднению процесса адаптации.

Финансовая стабильность и наличие материальных ресурсов также играют важную роль в процессе адаптации к материнству. Недостаток средств может увеличивать уровень тревожности, что негативно влияет на психологические ресурсы женщин. Решение о возвращении на работу или уходе в декрет также связано с эмоциональной нагрузкой и необходимостью совмещения профессиональных и материнских обязанностей [7, с. 234].

Личностные особенности и когнитивные установки женщин оказывают значительное влияние на их восприятие новой социальной роли. Ожидания, сложившиеся на основе общественных норм или личного опыта, могут как облегчить, так и затруднить процесс адаптации к материнству. Например, женщины с реалистичными ожиданиями относительно трудностей материнства легче справляются с новыми обязанностями, тогда как завышенные ожидания могут приводить к стрессу и неудовлетворенности.

Одним из ключевых факторов, влияющих на психологические ресурсы, является эмоциональная связь между матерью и ребенком. Формирование этой связи играет важную роль в успешной адаптации к новой роли. В случаях, когда эмоциональная привязанность к ребенку не формируется, процесс адаптации может затрудняться, что в свою очередь приводит к снижению психологической устойчивости женщины.

Подготовка к материнству через обучение и информирование также может способствовать повышению психологических ресурсов. Женщины, которые проходят специальные курсы или самостоятельно изучают литературу о материнстве, часто легче адаптируются к изменениям после рождения ребенка. Информированность о возможных трудностях и реалистичные ожидания помогают женщинам лучше справляться с возникающими трудностями, снижая уровень стресса и тревожности.

Психологические ресурсы женщин в период беременности и после родов определяются множеством факторов, включая биологические, психологические, социальные и экономические аспекты. Понимание этих факторов и их влияния на состояние женщин помогает разрабатывать эффективные стратегии поддержки и профилактики психических расстройств, связанных с материнством.

Литература

1. Василенко Т. Д., Дремина Т. Ф. Анализ взаимосвязей индивидуально-психологических особенностей беременных женщин и показателей психологической адаптации к беременности // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. 2020. Т. 11, № 1. С. 57–65.

FACTORS AFFECTING WOMEN'S PSYCHOLOGICAL RESOURCES DURING PREGNANCY AND POSTPARTUM

Prokopenko Alexandra Ivanovna
Master Student,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
skakonaest2.0@gmail.com

Abstract. This article examines the psychological resources of women during pregnancy and postpartum, as well as the factors affecting their emotional state and adaptation to motherhood. Special attention is given to biological, psychological, social, and economic aspects that can either strengthen internal resources or create difficulties in the adaptation process.

Keywords: psychological resources, pregnancy, postpartum period, adaptation to motherhood, emotional support, stress, social factors, hormonal changes, motherhood, mental health.

Научная статья
УДК 159.98

**К вопросу об изучении навыков развития пейсинга
в спортивной психологии**

© *Смолянкин Вадим Вадимович*

преподаватель,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
smol.vv.18@mail.ru

Аннотация. В статье представлен теоретический обзор научных исследований и практического опыта, описывающих исследования навыков развития пейсинга в рамках спортивной психологии. Исследования специфики формирования навыка пейсинга имеет в настоящее время значимость как для психологии спорта, так и для практической психологии. Самоконтроль физического и психического состояния спортсмена, способность принимать решения, как и когда прикладывать свои силы во время спортивных состязаний остается одним из наиболее важных навыков не только в условиях спортивной деятельности, однако в рамках отечественной психологии данному феномену уделяется довольно мало внимания, зачастую рассматривая его в рамках предстартовых состояний на этапе планирования.

Ключевые слова: спортивная психология, пейсинг, самоанализ, самоконтроль в спорте.

На протяжении довольно продолжительного периода проблема стресса в отечественной психологии рассматривалась сугубо в отрицательном ключе, фокусируясь в основном на негативных детерминантах. Активное исследование стрессового состояния рассматривалось, в основном, в рамках общей психологии и психологии экстремальных ситуаций. Однако, исследования, проводимые за последние три десятилетия в рамках спортивной психологии, позволили изучить и позитивное влияние стрессового состояния на выполняемую деятельность, в том числе благодаря использованию эффективных методик самоконтроля [10, с. 267].

Для того, чтобы показывать хорошие результаты в видах спорта, требующих выносливости, требуется интеграция нескольких физиологических и психологических систем, а также способность к самоконтролю и планированию своих действия. Исследование самоконтроля в спорте в рамках отечественной психологической школы зачастую рассматривается с позиции предстартовых и предсоревновательных состояний, то есть еще до момента выполнения спортивных действий, в силу возможности объективного исследования посредством психологических и физиологических методов.

В настоящий момент принято рассматривать предстартовые состояния, как условно-рефлекторную психологическую и физиологическую преднастройку человека и его организма на предстоящую соревновательную деятельность [9, с. 11]. По мнению Я. Быстровой предстартовые состояния являются приспособительными реакциями организма, которые направлены на повышение физиологического тонуса и повышение эффективности двигательной активности для выполнения какой-либо (в т.ч. спортивной) деятельности [8, с. 13].

В зарубежной же научной литературе, все чаще возникают идеи исследования процесса саморегуляции не только до самого соревнования, но и в сам момент выступления. И если копинг-стратегии реагирования в процессе выступления уже довольно изучены, то способы самоконтроля физического применения своих сил и распределения нагрузки на этапах спортивного соревнования (в конкретной гонке), остаются довольно слабоизученными в рамках отечественной психологической науки.

В настоящий момент, в зарубежной литературе термин «пейсинг» характеризуется как многосторонний, целенаправленный процесс принятия решений, в ходе которого спортсмены решают, как и когда прикладывать свои силы во время состязаний. Данный процесс является необходимым для достижения оптимального результата, ведь даже правильный психологический настрой и хорошая натренированность могут быть нивелированы ошибкой в области тактики выступления, в т.ч. и тактики распределения собственных сил. Феномен развития навыков пейсинга изучался в циклических видах спорта (велосипедные гонки, бег, плавание, конькобежный спорт), в которых спортсменам нужно распределить свою энергию на протяжении гонки таким образом, чтобы найти оптимальный баланс между

быстрым стартом и предотвращением негативных изменений спортивной техники позднее на дистанции вследствие раннего утомления. [1]. Например, в работах С. Фостер, описано, что в конькобежном спорте технически и биомеханически предпочтительно согнутое положение спортсмена, при котором колено и туловище находятся под углом, что позволяет с большей эффективностью реализовать толчки, но при этом данное положение спортсмена является достаточно невыгодным для организма (сгибание колена под углом увеличивает дезоксигенацию рабочих мышц, что заметно усиливает усталость) [3]. И именно данная проблематика выбора между эффективностью и выносливостью делает пейсинг одним из весьма важных навыков.

В зарубежной литературе, установилось мнение, что для спортсменов элитного уровня характерно использование традиционной U-стратегии саморегуляции пейсинга [2]. Данная точка зрения основана на переносе закона Йеркса-Додсона с мотивационной детерминанты на детерминанту применения силовых приемов, влияющих на выносливость. Согласно указанному закону, наиболее эффективным для выполнения деятельности является средний уровень мотивации, тогда как повышение или понижение уровня мотивации приводят к снижению эффективности выполняемой деятельности [6]. Так, частое использование спортивных движений и техник, требующих физического напряжения (повышение скорости выполнения, применение силовых приемов) приводят к снижению выносливости, что в свою очередь ведет к потере самоконтроля и снижению эффективности выполняемой деятельности, тогда как низкий уровень дает положительные результаты, однако не сравнимые по эффективности со сбалансированным уровнем применения таких спортивных техник. Исходя из этого, средний, сбалансированный индивидуальный уровень частоты применения спортивных движений и техник, требующих физического напряжения, является наиболее оптимальным для повышения эффективности выступления на спортивных соревнованиях.

В рамках зарубежной научной литературы, мы можем часто встретить мнение о том, что физиологические и психологические характеристики, связанные с удовлетворительными пейсингом и результатами, развиваются в процессе взросления и закладываются на первых двух этапах спортивной подготовки. (Rubia, Russell, Overmeyer, Brammer, McCabe, Cunnington и др.) Так, по мнению Эфферик-Гемпшер и Хэттинга (Elferink-Gemser & Hettinga), связь навыка пейсинга с физическими способностями спортсмена, позволяет предположить, что рост и созревание играют важную роль в юношеском спорте [1]. Ни для кого не секрет, что наступление пубертата ведет к физическим изменениям, таким как увеличение роста, мышечной массы тела и потенциальной выносливости, что требует включения молодых людей в спортивную деятельность на ранних этапах подросткового возраста, а то и в детском возрасте, если конечно молодой человек хочет заниматься спортом профессионально. Научно доказано, что обычный человек достигает пика своих физических способностей в возрасте около 30 лет, однако для большинства спортсменов пик выносливости достигается гораздо раньше [4].

Взрослеющим спортсменам в период физических изменений необходимо постоянно адаптировать свои стратегии пейсинга к изменениям своего тела и способностей, что требует не только индивидуального подхода к нагрузкам, но и правильной психологической подготовки, ведь сильный спортсмен, который не умеет использовать свои сильные стороны, скорее всего, проиграет менее развитому спортсмену, который выложил на максимум своих возможностей. Так, в последнее время в рамках отечественной психологии все чаще встает вопрос о важности индивидуального комплексного подхода к тренировочному процессу на втором этапе спортивной подготовки. Так, по мнению Е.А. Бобровского, важно не только подходить к подготовке молодых спортсменов с позиции спортивной педагогики, физиологии и психологии, но и активно интегрировать информационные технологии, что в свою очередь позволит повысить эффективность при подборе индивидуальных методик подготовки спортсмена [7, с. 31].

К сожалению, на данный момент даже в зарубежной литературе исследование навыков пейсинга у молодых спортсменов было изучено только в рамках конькобежного спорта. Так, в исследованиях Виршма (Wiersma) было выяснено, что у юных спортсменов в возрастном промежутке 13–18 лет, стратегии пейсинга младших и старших спортсменов заметно отличались [5]. Формирование навыка пейсинга также предполагает высокие стрессовые нагрузки и закрепляется вследствие использования наиболее эффективных способов саморегуляции [1]. Само противоречие желания спортсмена эффективно выступить с физическими ограничениями его собственного тела выступают как отдельный стресс-фактор. Как только уровень субъективного стресса в момент соревнования переступает через

определенную границу (индивидуальную для каждого спортсмена), результаты резко «падают» и могут быть ниже, чем показанные на тренировках. Таким образом, недостаточное развитие самосознания спортсмена, вкупе с неэффективно развитым навыком пейсинга могут привести к тому, что спортсмен станет заложником собственного спортивного стиля. Данная проблема может коснуться и высокоуровневых спортсменов на этапе старения, когда на определенном этапе спортсмен перестанет эффективно выступать на соревнованиях, т.к. в силу физических возможностей его психологические способы саморегуляции и навык пейсинга не будут переработаны в соответствии с физическими изменениями его организма. Именно поэтому важным аспектом, который должен учитывать тренер в своей работе, является поддержка и своевременная коррекция психологических стратегий и навыка пейсинга на разных этапах спортивной подготовки спортсмена с учетом поддержания допустимого, для конкретного спортсмена, уровня стресса.

В заключении еще раз отметим, что проведенный анализ зарубежных источников позволяет нам говорить о необходимости интегрировать зарубежные практические наработки в области изучения методик развития навыков пейсинга в отечественную спортивную психологию. На наш взгляд, комплексный системный подход к организации психологического сопровождения процесса подготовки спортсмена, гарантирующий высокую спортивную результативность, предполагает разработку и внедрение методик подготовки на основании существующих результатов исследований, не только в области предстартовых состояний, но и состояний в момент самого выступления спортсмена, в том числе и навыков пейсинга, а также их дальнейшее изучение и развитие.

Литература

1. Elferink-Gemser Marije. Pacing and Self-Regulation: Important Skills for Talent Development in Endurance Sports / Marije & Hettinga Elferink-Gemser // International Journal of Sports Physiology and Performance. Florentina. URL: https://www.researchgate.net/publication/317553787_Pacing_and_Self-Regulation_Important_Skills_for_Talent_Development_in_Endurance_Sports (дата обращения : 11.11.2021).
2. Ericsson K. A. Development of elite performance and deliberate practice. An update from 368 the perspective of the expert performance approach. In: Starkes JL, Ericsson KA, eds. Expert 369 performance in sports / K. A. Ericsson // Advances in research expertise. URL : https://www.researchgate.net/publication/312796753_The_development_of_elite_performance_and_deliberate_practice_An_update_from_the_perspective_of_the_expert-performance_approach (дата обращения : 11.11.2021).
3. Foster C. Evidence for restricted muscle blood flow during speed skating. / C. Foster, K. W. Rundell, A. C. Snyder [и др.]; Med. Sci. 304 Sports Exerc. URL : https://journals.lww.com/acsm-msse/fulltext/1999/10000/evidence_for_restricted_muscle_blood_flow_during.12.aspx (дата обращения : 11.11.2021).
4. Malina R. M. Growth, Maturation and physical activity / R. M. Malina, C. Bouchard, O. Bar-Or. Champaign: Human Kinetics, 2004. 323 p.
5. Wiersma R. Development of 1500 m pacing behaviour in junior speed skaters: a longitudinal study / R. Wiersma, I. K. Stoter, C. Visscher [и др.]; Int. J. Sport Phys. Perf. 2017; Mar 2:1-20. doi: 10.1123/ijsp.2016-0517. 307 [Epub ahead of print]. PMID:28253043. URL: https://www.researchgate.net/publication/314197603_Development_of_1500m_Pacing_Behavior_in_Junior_Speed_Skaters_A_Longitudinal_Study (дата обращения: 11.11.2021).
6. Yerkes R. M. The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation / R. M. Yerkes, J. D. Dodson // J. Comp. Neurol. Psychol., 18: 459-482. URL: <https://doi.org/10.1002/cne.920180503> (дата обращения: 11.11.2021).
7. Бобровский Е. А. Методики и технологии подготовки спортсменов в контексте научно-технического прогресса / Е. А. Бобровский // Балтийский гуманитарный журнал. 2021. Т. 10, № 1(34). С. 29–32.
8. Быстрова Я. А. Сущностная характеристика понятия предстартового состояния / Я. А. Быстрова // Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. 2016. № 6. С. 136.
9. Вайнер Э. Н. Краткий энциклопедический словарь: Адаптивная физическая культура / Э. Н. Вайнер, С. А. Кастюнин. 2-е изд., стер. Москва: Флинта, 2012. 144 с.
10. Ильин Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин [и др.]. Москва: Питер, 2008. 351 с.
11. Психология спорта: хрестоматия / составитель А. Е. Тарас. Минск: АСТ, 2005. 352 с.

ON THE ISSUE OF STUDYING THE SKILLS
OF DEVELOPING PACING IN SPORTS PSYCHOLOGY

Smolyankin Vadim Vadimovich

Lecturer,

Dorzhi Banzarov Buryat State University

24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia

smol.vv.18@mail.ru

Abstract. The article presents a theoretical review of scientific research and practical experience describing the study of the skills of developing pacing in the framework of sports psychology. Research into the specifics of the formation of the pacing skill is currently important for both sports psychology and practical psychology. Self-control of the physical and mental state of an athlete, the ability to make decisions on how and when to apply their strength during sports competitions remains one of the most important skills not only in the context of sports activities, but in the framework of domestic psychology this phenomenon is given rather little attention, often considering it within the framework of pre-start conditions at the planning stage.

Keywords: sports psychology, pacing, self-analysis, self-control in sports.

Научная статья
УДК 159.99

**Психоэмоциональное состояние лиц пожилого возраста
в условиях кризиса (из опыта работы)**

© *Сорокина Дарья Борисовна*

и. о. заведующего отделением экстренной психологической помощи
гражданам пожилого возраста
Комплексного центра социального обслуживания населения Красносельского района
Россия, 98332, г. Санкт-Петербург, пр. Маршала Жукова, 37, корп. 3, литера А
oerppgv2007@mail.ru

© *Прохоренкова Елизавета Алексеевна*

психолог отделения экстренной психологической помощи
гражданам пожилого возраста
Комплексного центра социального обслуживания населения Красносельского района
Россия, 98332, г. Санкт-Петербург, пр. Маршала Жукова, 37, корп. 3, литера А
oerppgv2007@mail.ru

Аннотация. В данной статье рассматривается опыт применения проективных методик с целью улучшения психоэмоционального состояния пожилых людей, принимавших участие в тренинговых занятиях. Проективные методики зарекомендовали себя как средства мягкого воздействия на человека, что немаловажно при работе с пожилыми людьми. Влияние на психоэмоциональное состояние измерялось до и после проведения программы посредством применения опросника «САН». Сравнение результатов психоэмоционального состояния до и после проведения тренинговых занятий при помощи опросника «САН» показало нам положительную динамику.

Ключевые слова: тренинг, пожилые люди, старость, проекция, психологические защиты.

Санкт-Петербург относится к городам «демографической старости». Таким образом, проблема помощи гражданам пожилого возраста является одной из насущных проблем социального обслуживания населения Санкт-Петербурга. На современном этапе организация помощи пожилым людям, наряду с решением традиционных социальных проблем, предполагает разработку социальных технологий, внедрение которых будет способствовать решению вопросов, связанных с психологическими трудностями, возникающими у престарелых людей в процессе общения или ввиду одиночества, а также социально-психологическими проблемами. Огромное значение психологическая помощь и поддержка приобретает для людей пожилого возраста. Изменение социального статуса человека в старости, вызванное, прежде всего, прекращением или ограничением его трудовой деятельности, изменениями ценностных ориентиров, образа жизни и общения, требует необходимости выработки особых подходов, форм и методов социально-психологической работы с пожилыми людьми.

Отделение экстренной психологической помощи гражданам пожилого возраста Комплексного центра социального обслуживания населения Красносельского района было создано в середине 2007 г. с целью снижения психологического дискомфорта, уровня агрессии у людей, включая аутоагрессию и суицид, а также формирования психологической культуры, укрепления психического здоровья и создания атмосферы психологической защищенности граждан. Психологами отделения регулярно проводятся психологические тренинги, направленные на гармонизацию психоэмоционального состояния граждан. В последнее время актуальность подобных мероприятий возросла, в связи с нестабильностью современного мира. Люди, посещающие занятия, ищут и ждут психологическую поддержку, принятие и помощь в это непростое время. Хорошо себя зарекомендовала программа тренинговых занятий, включающих в себя разнообразные проективные методики (см. таблицу 1). Такой выбор материала обусловлен тем, что в основе действия данных методик лежит механизм проекции. То есть это процесс приписывания своих чувств, желаний объекту, находящемуся во вне. Проекция носит неосознаваемый характер и выполняет защитную функцию, смягчая противоречия между истинными (неосознаваемыми) стремлениями человека и социальными нормами, оценками, сознательными убеждениями. Таким образом на занятии можно проработать глубинные, нередко болезненные, воспоминания и переживания, мягко и безопасно, что немаловажно при работе с пожилыми людьми.

Программа социально-психологического тренинга

№	Тема занятия	Краткое описание	Цель
11	Проективная методика «Пустыня»	Участникам зачитывается текст с определенными событиями и героями и предлагается представить образы, которые появляются в ходе просушивания. Затем, участники делятся своими чувствами и ощущениями, интерпретируя образы, которые им пришли в данный момент.	Знакомство со своим внутренним миром. Осознание и принятие уникальности каждого из участников и себя. Настрой группы на совместную будущую работу.
22	Мандала - терапия	Знакомство участников с понятием «Мандала». Обучение плетению мандал. Презентация готового изделия и обратная связь	Овладение новой техникой релаксации. Поиск ресурсного состояния. Снятие эмоционального и физического напряжения.
33	Кинотерапия	Участникам предлагается рассказать об одном фильме на выбор. Каким образом он их поразило, заинтересовало, какие чувства и эмоции вызвал. Чем запомнился и почему отозвался в душе. Остальные участники составляют список из фильмов, которые они хотели бы посмотреть исходя из рассказов других.	Поиск ресурса, гармонизация состояния, расширение кругозора.
44	Визуализация (релаксация) «Прогулка в лесу»	Участники принимают удобное положение и визуализируют текст тренера. Постепенно все больше погружаясь в представленные образы, расслабляясь физически и отстраняясь от суеты и тревожных мыслей.	Снятие эмоционального напряжения, снижение общего уровня тревоги, вхождение в новое ресурсное состояние
55	Арт-терапия «Из негативных чувств в ресурс»	Работа проводится с пластилином. Первый этап: выбор цвета, который ассоциируется с негативом и создание из него любой фигуры. Затем, Подключение более ярких цветов, которые откликаются участнику и дополнение фигуры до позитивного цельного образа	Проработка негативных эмоций и чувств.
66	Сказкотерапия	Участник придумывает сказку, к которой отражена его проблема, описывает ее, а конец сказки придумывает вся группа вместе. Находятся пути выхода из сложной ситуации главного героя с благоприятной развязкой.	Отработка навыков выхода из сложных ситуаций и проработка внутренних проблем в безопасном формате.
77	Проективный рисунок «Дерево»	Участники рисуют дерево, которое отражает их внутреннее состояние. Обсуждают свои рисунки в группе.	Актуализация бессознательного, поиск ресурсного состояния, повышение общего фона настроения
88	Метафорические карты	Участники должны выбрать одну тему, актуальную для них на данный момент. Сформулировать вопрос для себя. Затем вытаскивают карту из МАК колоды «Судьбоносные решения» и интерпретируют ее исходя из собственной ситуации	Решение межличностных проблем и проработка внутриличностных конфликтов.

Для осуществления исследования с целью выявления психоэмоционального состояния до и после посещения тренинга нами были сформированы две группы экспериментальная и контрольная. Общая группа составляла пятьдесят четыре человека, статистические данные по группе будут представлены ниже. В экспериментальную группу вошли девятнадцать человек, которые проходили программу тренинга на протяжении месяца два раза в неделю, занятия длились по часу. Контрольная группа не проходила тренинговую программу, психологические занятия с этой группой не проводились.

Средний возраст участников составляет 70 лет, младшему участнику на момент проведения исследования исполнилось 58 лет, возраст самого старшего участника составил 81 год.

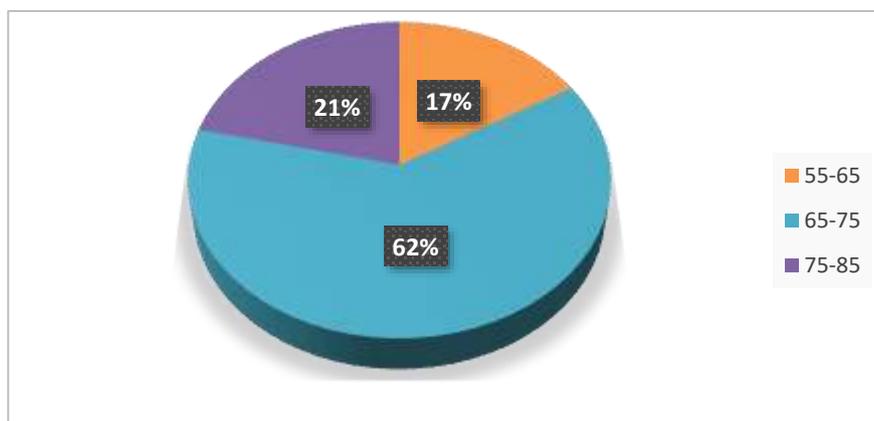


Рис. 1. Возраст участников

Участники с группой инвалидности составили 25 человек, процентное распределение по группам инвалидности представлено ниже, на рис. 2.

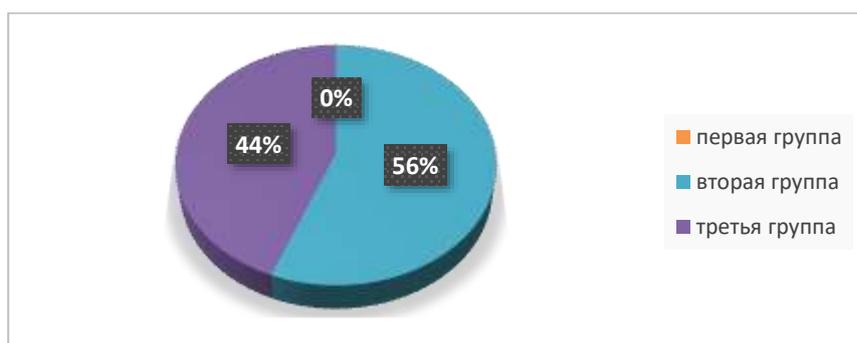


Рис. 2. Группа инвалидности

Семейное положение в общей группе распределилось следующим образом.

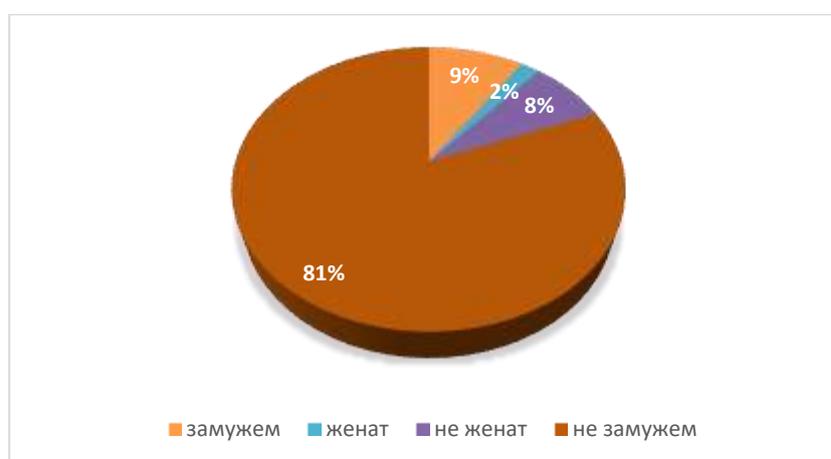


Рис. 3. Семейное положение

План проведения исследования был следующим:

1. Отбор кандидатов в тренинговую группу для проведения исследования.
2. Получение первичных данных до начала тренинговой программы с помощью опросника САН.
3. Проведение тренинговых занятий, направленных на стабилизацию психоэмоционального состояния с применением проективных методик.
4. Выявление изменений через повторное тестирование при помощи опросника САН после проведения тренинговой работы.
5. Обработка полученных данных и их интерпретация.

Для проведения исследования психоэмоционального состояния, мы выбрали опросник «САН». Выбор данного опросника был обоснован его простотой в использовании, понятной структурой вопроса для исследуемых. Также опросник не имеет каких-либо ограничений в применении, его могут проходить люди любых возрастов. Опросник «САН» - это экспресс методика, которая определяет психоэмоциональное состояние человека по принципу «здесь и сейчас». Опросник включает в себя всего 30 вопросов со шкалами ответов в диапазоне (3-2-1-0-1-2-3), результаты опроса распределяются между шкалами «Самочувствие», «Активность», «Настроение».

Проанализировав данные, мы получили следующие результаты. Рассмотрим следующие результаты по шкале «Самочувствие».

Таблица 2

Результаты по шкале «Самочувствие»

Испытуемые №	До программы		После программы	
	Результат	Выраженность показателя	Результат	Выраженность показателя
1	5	выше среднего	4	средний
2	4	средний	4	средний
3	4,5	выше среднего	4,5	выше среднего
4	5	выше среднего	6	высокий
5	4,5	выше среднего	4,5	выше среднего
6	4,5	выше среднего	4,5	выше среднего
7	3,8	низкий	4	средний
8	5	выше среднего	5	выше среднего
9	4,5	выше среднего	4,5	выше среднего
10	5	выше среднего	4	средний
11	4	средний	4	средний
12	3	низкий	4	средний
13	4	средний	4	средний
14	4,8	выше среднего	4,8	выше среднего
15	5	выше среднего	5	выше среднего
16	4,8	выше среднего	4,8	выше среднего
17	4	средний	4	средний
18	4	средний	4	средний
19	4	средний	4	средний
Среднее значение	4,3		4,4	

Из полученных данных по шкале «Самочувствие», мы можем сделать вывод о том, что есть улучшение самочувствия у испытуемых с разницей на 0,1, это стабильный прирост положительной динамики. Возможно, для более высоких показателей в по шкале «Самочувствие» необходимо более долгое посещение тренинговых занятий. Однако стоит отметить участников под № 4, 12, показатели самочувствия которых выше, чем у всех остальных участников.

Таблица 3

Результаты по шкале «Активность»

Испытуемые №	До программы		После программы	
	Результат	Выраженность показателя	Результат	Выраженность показателя
1	6	высокий	6	высокий
2	4	средний	4	средний
3	3	низкий	4	средний
4	3,7	низкий	4	средний
5	4,1	средний	4,1	средний
6	4,1	средний	4,1	средний
7	5	выше среднего	5	выше среднего
8	6	высокий	5	выше среднего
9	4,1	средний	4,1	средний
10	4	средний	4,2	средний
11	5	выше среднего	5	выше среднего
12	3,5	низкий	4,1	средний
13	4,5	выше среднего	4,5	средний
14	4,5	выше среднего	4,5	средний
15	5	выше среднего	5,5	выше среднего
16	4,9	выше среднего	4,9	выше среднего
17	3,8	низкий	4	средний
18	4	средний	4	средний
19	4	средний	4,5	средний
Среднее значение	4,3		4,4	

Показатель по шкале «Активность» после проведенных занятий тоже вырос на 0,1, такое значение говорит нам о положительной динамике при посещении занятий, хотя отдельные испытуемые показали и более низкие результаты после проведения тренингов. Однако если рассматривать средние показатели по группе, то мы можем наблюдать положительную динамику на увеличение. Как правило, после тренинговых занятий испытуемые указывали на прирост активности и бодрости.

Таблица 4

Результаты по шкале «Настроение»

Испытуемые №	До программы		После программы	
	Результат	Выраженность показателя	Результат	Выраженность показателя
1	4,60	выше среднего	5,00	выше среднего
2	4,00	средний	4,00	средний
3	4,70	выше среднего	4,70	выше среднего
4	4,00	средний	4,00	средний
5	4,00	средний	4,00	средний
6	3,80	низкий	4,00	средний
7	4,70	выше среднего	6,00	высокий
8	4,20	средний	4,20	средний
9	4,00	средний	4,90	выше среднего
10	3,80	низкий	4,00	средний

ПСИХОЛОГИЯ КАК ОСНОВА РАЗВИТИЯ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА:
ВЗГЛЯД МОЛОДЫХ ИССЛЕДОВАТЕЛЕЙ

11	5,00	выше среднего	6,00	высокий
12	3,90	низкий	4,00	средний
13	3,90	низкий	4,90	выше среднего
14	4,80	выше среднего	4,80	выше среднего
15	6,00	высокий	6,00	высокий
16	4,00	средний	4,00	средний
17	3,80	низкий	4,00	средний
18	4,00	средний	4,00	средний
19	4,00	средний	5,00	выше среднего
Среднее значение	4,27		4,61	

Представленные результаты по шкале «Настроение», увеличились в среднем на 0,34 единицы. Для группы в целом показатель незначительный, но если брать во внимание предыдущие шкалы, то, надо отметить, что это самый высокий показатель по всем трем шкалам. Проведение тренинговых занятий наибольшее влияние оказало на испытуемых под № 7, 11, 13, 19, у них данный показатель вырос значительно, из чего можно сделать вывод, что посещение тренингов оказало на их психоэмоциональное состояние значительный эффект.

Если рассматривать в целом влияние проведенных тренингов на психоэмоциональный фон, то картина будет выглядеть следующим образом.

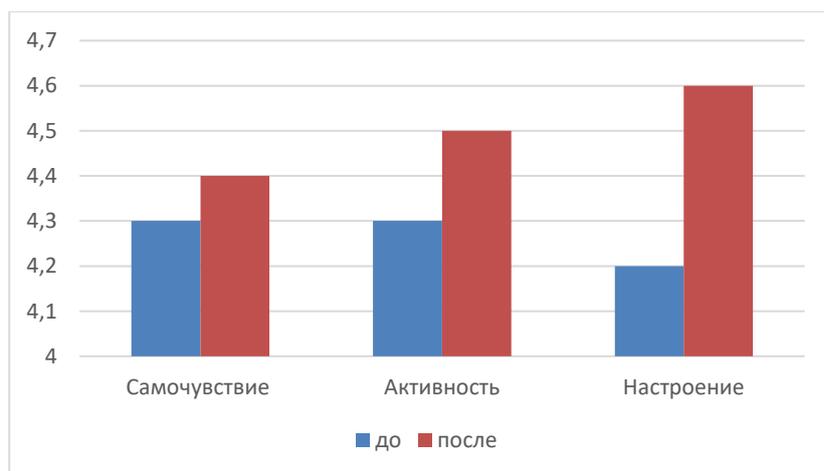


Рис. 4. Результаты до и после прохождения программы тренинговых занятий

Таким образом, мы видим улучшение психоэмоционального состояния происходит после посещения тренинговых занятий. На основании полученных данным можно заключить следующее. Применение проективных методов в работе с пожилыми людьми дало положительный результат, у них улучшается психоэмоциональный фон, снижается тревожность, повышается активность. Сравнение результатов психоэмоционального состояния до и после проведения тренинговых занятий при помощи опросника «САН», показывает нам положительную динамику, хотя разница в показателях и не столь большая, но, тем не менее, она отражает изменения, которые произошли благодаря использованию проективных методов работы с пожилыми людьми в тренинговой группе. Для закрепления полученного результата есть необходимость в пролонгации таких занятий для пожилых людей с большой временной продолжительностью по времени.

Литература

1. Барканова О. В. Методики диагностики эмоциональной сферы: психологический практикум/ О.В. Барканова. Серия: Библиотека актуальной психологии. Красноярск: Литера-принт, 2009. Вып. 2. 237 с.
2. Большая энциклопедия психологических тестов/ сост. А. Карелин. Москва: Эксмо, 2006. 416 с.
3. Кузьмина С. И., Голубь М. С. Проективные методики и особенности применения рисуночного метода диагностики // Символ науки. 2016. № 3–4. С. 159–161.
4. Бурлакова Н. С. О новых возможностях и перспективах развития проективного исследования // Вестник Московского университета. Сер.14. Психология. 2008. № 4. С. 3–19.
5. Демидова Л. И. Современные методы исследования личности // Вестник Сибирского государственного университета путей сообщения. 2012. № 27. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennyye-metody-issledovaniya-lichnosti> (дата обращения: 22.08.2022).
6. Хаяйнен Е. В. Особенности использования проективной методики «Эмоциональное переживание себя и свое окружение» // Russian Journal of Education and Psychology. 2010. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-ispolzovaniya-proektivnoy-metodiki-emotsionalnoe-perezhivanie-sebya-i-svooyo-okruzhenie-2> (дата обращения: 23.08.2022).
7. Капустина Т. В. Экспресс-методы в психологическом консультировании // Психолог. 2018. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ekspress-metody-v-psihologicheskom-konsultirovanii> (дата обращения: 21.08.2022).

PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF THE ELDERLY IN CRISIS CONDITIONS
(FROM WORK EXPERIENCE)

Sorokina Darya Borisovna

Acting Head of the Department of emergency psychological assistance to elderly citizens,
Comprehensive Center of social services for the population of Krasnoselsky District
37 Marshal Zhukov Ave., bldg. 3, litera A, 98332 St. Petersburg, Russia
oeppgpv2007@mail.ru

Prokhorenkova Elizaveta Alekseevna

Psychologist of the Department of emergency psychological assistance to elderly citizens,
Comprehensive Center of social services for the population of Krasnoselsky District
37 Marshal Zhukov Ave., bldg. 3, litera A, 98332 St. Petersburg, Russia
oeppgpv2007@mail.ru

Abstract. This article examines the experience of using projective techniques to improve the psycho-emotional state of elderly people who took part in training sessions. Projective techniques have proven themselves as a means of gentle influence on a person, which is important when working with elderly people. The impact on the psycho-emotional state was measured before and after the program using the SAN questionnaire. Comparison of the results of the psycho-emotional state before and after the training sessions using the SAN questionnaire showed us positive dynamics.

Keywords: training, elderly people, old age, projection, psychological defenses.

Научная статья
УДК 159.99

Современные методы психологической помощи детям
в ситуации горя

© *Сыдыкова Евгения Станиславовна*

магистрант,

Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова

Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а

sydykovaevgenia@gmail.com

Аннотация. В статье рассмотрены современные методы психологической помощи детям, проживающим ситуацию горя. Описаны различные методы арт-терапии, такие как изотерапия, сказкотерапия, игровая терапия, песочная терапия, музыкальная терапия, фототерапия. Также авторами подчеркивается важность преодоления самих проявлений стресса с помощью включения методов работы с ретикулярной активирующей системой и блуждающим нервом. Сделан вывод о том, что комплексный подход, сочетающий в себе работу по проживанию ребенком чувств и эмоций и купирование стресса на основе физиологических механизмов – основа психологической помощи детям, проживающим состояние горя.

Ключевые слова: горе, горевание, психологическая помощь, арт-терапия, ретикулярная активирующая система, парасимпатическая нервная система, блуждающий нерв.

Жизнь человека многогранна. В ней есть место счастью, радости, наслаждению, кайфу и печали. Абсолютно каждый, проживая свой жизненный опыт, сталкивается с различными состояниями, в том числе и с состоянием горя. Согласно мнению Н. В. Нозиковой, горе представляет собой интенсивное эмоциональное состояние, сопутствующее потере объекта, с которым была глубокая эмоциональная связь [4, с. 80]. Процесс горевания сопровождается не только серьезными эмоциональными потрясениями, но и интенсивной работой гормональной системы, поэтому психологическая помощь человеку в ситуации горя должна быть оказана с позиции комплексного подхода.

Особенно сложной является проблема проживания горя в детском возрасте, так как именно детский возраст является основной формирования зрелой и осознанной личности. Полученные в детском возрасте психологические травмы без соответствующей поддержки, безусловно, окажут влияние на взрослую жизнь. Психиатр и специалист по утрате Джон Боулби выделил 3 основных фазы переживания горя у детей: фаза протеста, фаза дезорганизации, фаза реорганизации (Рисунок 1).



Рис. 1. Фазы переживания горя у детей
(Дж. Боулби)

На фазе протеста ребенок отвергает и сопротивляется идее смерти и потери. На фазе дезорганизации происходит осознание того, что умерший не вернется. Процесс принятия потери и окончательное прощание происходит на фазе реорганизации.

Особенности переживания горя в детском возрасте обусловлены, в первую очередь, отсутствием сформированных механизмов психологической защиты и опыта проживания тяжелого стресса. Безусловно, каждому этапу возрастного развития свойственны свои характеристики переживания горя, так, например, ребенок до 2 лет, находясь в неосознанном возрасте может даже не понять, что произошло что-то страшное, может лишь заметить изменения в поведении взрослых, а детей 9–12 лет будет сопровождать чувство беспомощности. В рамках настоящей статьи нами будут рассмотрены современные подходы к консультированию детей, подходящие к различным возрастным группам.

Согласно современным исследованиям, очень хорошо в консультировании детей зарекомендовал себя метод арт-терапии, так как ребенок проживает свое горе «проигрывая» его. Благодаря применению техник арт-терапии возможно создание благоприятной эмоционально-психологической среды, в которой ребенок будет чувствовать себя максимально комфортно и безопасно для того, чтобы найти способы выразить себя и свои эмоции.

Среди разновидностей арт-терапии наиболее популярными являются изотерапия, сказкотерапия, игровая терапия, песочная терапия, музыкальная терапия, фототерапия.

Используя изотерапию, ребенку предоставляется возможность выразить свои эмоции в самых ярких красках. Здесь может быть использовано 2 направления: использование уже существующих произведений изобразительного искусства с целью интерпретации их ребенком, либо создание собственного творческого произведения.

Благодаря фототерапии возможно помочь ребенку осознать и принять процесс утраты близкого человека. Актуализирующие свойства фотографии способны оживлять воспоминания и приводить к повторному проживанию событий. Несмотря на то, что в контексте потери близкого человека это может быть невероятно сложно, однако, необходимо для формирования четкого понимания утраты, а также воссоздания светлого образа в памяти.

Уникальными возможностями обладает сказкотерапия [3, с. 77]. Благодаря сказкотерапии возможно не только определить стадию горевания у ребенка, но и помочь в поиске ресурсов для построения своего будущего в метафорической форме.

Игровая терапия при консультировании детей в ситуации горя позволяет решить следующие основные задачи:

1. Провести диагностику текущего эмоционального состояния ребенка.
2. Развить способности в познании окружающей действительности.
3. Осуществить коррекцию последствий тяжелой психологической травмы.

В последнее время активно используется практическими психологами и психотерапевтами метод песочной терапии. Песочная терапия – это дополнение к другим видам терапии: визуализации, психодрамы, работы с телом и движением, гипноза и т. д.

Основная задача песочной терапии – соприкосновение с вытесненным и подавленным материалом личного бессознательного, его включение в сознание, что является важным элементом проживания горя в детском возрасте.

Музыкальная терапия также может стать эффективным инструментом помощи при проживании детьми горя. Музыкальная терапия позволяет решить ряд проблем: преодолеть психологическую защиту ребенка – успокоить, или наоборот, настроить, активизировать; может быть одной из форм работы с детьми с нарушением речи; поможет развить коммуникативные и творческие возможности ребенка.

Помимо применения методов арт-терапии необходимо предложить ребенку ведение дневника чувств (Таблица 1).

Таблица 1

Пример заполнения дневника чувств

Ситуация	Мысли	Физические ощущения в теле	Чувства
Когда моя сестра плакала по поводу смерти мамы	Что же теперь будет с ней и с нами всеми?	Я ощутила тяжесть в животе и покалывания в груди	Я почувствовала тревогу и жалость

Задача данного упражнения – развить способность идентифицировать (определять) свои ощущения и эмоции, развить устойчивую связь с эмоциональной сферой и собственным телом. Дело в том, что, когда ребенок понимает и прописывает свои чувства, он учится проживать их, а не копить и подавлять. Когда ребенок научится определять свои чувства, он сможет правильно их выражать и освобождаться от них. Таким образом, вырабатываются новые привычки мышления и поведения. Для начала можно предложить ребенку заполнения дневника чувств в кабинете психолога. Затем, после установления доверительных и эмоционально близких отношений со специалистом, дневник чувств должен заполняться ребенком в качестве домашнего задания (не менее 3 записей в дневнике в день). Важное правило – одна запись должна укладываться в одно предложение. Нужно научить ребенка не концентрироваться на подробном описании, а обращать внимание к собственным ощущениям и эмоциям.

Обязательно психолог должен дать ребенку памятку со списком чувств и эмоций. Задача «Дневника чувств» не заключается в том, чтобы проанализировать доминирующее эмоциональное состояние. Это второстепенная задача. Первая – научиться идентифицировать свои ощущения и эмоции, и научиться называть их. Важным моментом при сопровождении детей в ситуации горя является включение всех органов чувств в работу для активации ретикулярной активирующей системы.

Относительно недавно учеными была выявлена уникальная структура человеческого головного мозга – ретикулярная активирующая система, способная обрабатывать информацию, поступающую от основных репрезентативных систем организма: визуальной, аудиальной, тактильной, вкусовой и обонятельной [1, с. 214]. Ретикулярная активирующая система отвечает за формирование опыта человека, его поведенческих стратегий, интеллекта и достижения целей, благодаря способности к активации системы приоритизации.

В случае проживания горя ретикулярная активирующая система фокусируется на негативных впечатлениях и ощущениях, что может привести к патологическому затянувшемуся гореванию у ребенка. Очень важно «перенастроить» систему приоритизации для формирования новой, счастливой картины мира ребенка.

Для этого отлично подходит практика «Сенсорное планирование» [2]. Основа сенсорного планирования состоит в том, чтобы ежедневно задействовать все пять органов чувств в обмене и принятии потоковой информации (Таблица 2). Бессознательно в ситуации горя деактивируются некоторые из органов чувств и переключаются на процессы, угрожающие жизни.

Таблица 2

Органы чувств и виды воспринимаемой информации

Органы чувств	Виды информации
Глаза	Визуально-зрительная
Уши	Аудиально-слуховая
Кожа	Тактильная
Нос	Обонятельная
Язык	Вкусовая

Задачей данной практики является обучение ребенка осознанному управлению органами чувств, ЦНС, ретикулярной активирующей и гормональной системами [5, с. 91]. Ориентируясь на интересы и ценности ребенка, необходимо предложить ему спланировать свой день (Таблица 3).

Таблица 3

Пример сенсорного планирования

День недели	Понедельник
Визуально-зрительная информация	Видео про морских черепах
Аудиально-слуховая	Шум моря
Тактильная	Массаж рук
Обонятельная	Запах геля для душа с ароматом мандарина
Вкусовая	Кокосовое мороженое

Итак, необходимо вместе с ребенком спланировать 1 неделю. Последующие недели ребенку стоит предложить спланировать самостоятельно с целью включения в практику. Рекомендованное время выполнения практики «Сенсорное планирование» – 63 дня.

Цель сенсорного планирования не переключить ребенка из состояния горевания, а научить создавать радость и счастье в жизни опираясь только на собственные интересы и ценности, не зависящие от наличия других людей в жизни.

Также для купирования состояния тревоги и стресса у ребенка необходимо обязательно подключать работу с парасимпатической нервной системой, отвечающей за переключение организма в состояние спокойствия и расслабления. Для этого необходимо повысить тонус блуждающего нерва [1, с. 58]. Есть множество практик приведения в тонус блуждающего нерва, однако, на наш взгляд, необходимо использовать методику включающую:

1. Стимуляцию черед дыхание (удлинение выдоха, брюшное дыхание).
2. Работу с шейным сегментом.
3. Работу с нижней челюстью.

4. Работу с глазами.
5. Работу с мышцами лица.
6. Работу с ушами.
7. Работу с горловым сегментом.
8. Работу с зубами.
9. Употребление сладких фруктов и травяного чая.
10. Контрастный душ.
11. Правильная организация спального места и преимущественный сон на правом боку.

Работу с блуждающим нервом необходимо проводить не менее 3 раз в неделю для купирования стрессового состояния и улучшения сна ребенка в состоянии горя.

Таким образом, психологическая помощь детям в ситуации горя состоит из двух основных компонентов: проживание чувств и эмоций и купирование последствий стресса. Способы косвенного выражения и проработки горя становятся наиболее эффективными, а иногда – единственно приемлемыми вариантами психологической помощи горяющему ребенку. Для этого необходимо применять методы арт-терапии, различные комбинации, состоящие из изотерапии, сказкотерапии, игровой терапии, песочной терапии, музыкальной терапии, фототерапии. Для купирования последствий острого стресса ребенка необходимо подключать в работу органы чувств ребенка и парасимпатическую нервную систему, с помощью ничего ребенок сможет не только наиболее безопасно пережить процесс горевания, но и научиться переживать стрессы в будущем.

Безусловно, приведенные в рамках данной статьи методы психологической помощи детям в ситуации горя, далеко не единственные. Раскрыть все методы, которые могут быть в арсенале практикующего психолога, в рамках одной статьи не представляется возможным. Однако, комплексный подход, сочетающий в себе работу по проживанию ребенком чувств и эмоций и купирование стресса на основе физиологических механизмов – основа психологической помощи детям, проживающим состояние горя.

Литература

1. Астения при болезнях нервной системы / Д. Е. Дыскин, Д. А. Искра, М. А. Кошкарев [и др.] // Известия Российской военно-медицинской академии. 2020. Т. 39, № S3-2. С. 57–59.
2. Бартон М. В. «Сенсорное планирование изменит Вашу жизнь навсегда» URL: <https://zen.yandex.ru/media/markbarton/sensornoe-planirovanie-izmenit-vashu-jizn-navsegda-5faabc25d7c5a22315c4f2d6> (дата обращения: 23.08.2022).
3. Дашук К. В. Необходимость организации социально-педагогической помощи школьникам, переживающим горе утраты / К. В. Дашук, И. Н. Дашук // Образование и общество. 2019. № 1(114). С. 76–82.
4. Нозикова Н. В. Проблема психологических особенностей детей, переживших утрату одного из родителей / Н. В. Нозикова, Е. С. Колесник // Психология образования в поликультурном пространстве. 2015. № 2(30). С. 77–84.
5. Спортивное сердце (вопросы диагностики) (лекция для врачей) / О. А. Приколота, В. Б. Гнилицкая, А. Л. Христуленко [и др.] // Медико-социальные проблемы семьи. 2021. Т. 26, № 4. С. 86–92.

MODERN METHODS OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO CHILDREN IN A SITUATION OF GRIEF

Sydykova Evgenia Stanislavovna

Master Student,

Dorzhi Banzarov Buryat State University

24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia

sydykovaevgenia@gmail.com

Abstract. The article discusses modern methods of psychological assistance to children living in a situation of grief. Various methods of art therapy are described, such as isotherapy, fairy tale therapy, play therapy, sand therapy, music therapy, phototherapy. The authors also emphasize the importance of overcoming the manifestations of stress themselves by including methods of working with the reticular activating system and the vagus nerve. It is concluded that an integrated approach that combines the work on the child's experience of feelings and emotions and the relief of stress based on physiological mechanisms is the basis of psychological assistance to children living in a state of grief.

Keywords: grief, mourning, psychological help, art therapy, reticular activating system, parasympathetic nervous system, vagus nerve.

Научная статья
УДК 159.99

Факторы и причины развода у супружеских пар

© *Тудупова Туяна Цибановна*

кандидат психологических наук, доцент,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
tuyanatu@mail.ru

© *Аксенова Людмила Юрьевна*

магистрант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
aksenovamila54@gmail.com

Аннотация. Статья содержит результаты исследования наиболее часто встречающихся факторов развода супружеских пар. Рассмотрены исторические истоки развития института семьи и брака в России с древних времен. Понимание исторической эволюции развития брачных отношений позволяет объяснить современные проблемы в отношениях между супругами и искать пути к их решению. Определено место ревности в системе факторов развода. Ревность, отличающаяся от любви чувством владения и негативными эмоциями, является разрушительной силой в браке. Рассматриваемое чувство усиливает проблемы, отравляет отношения подозрениями, обвинениями и конфликтами, разрушая доверие и уважение. Ревность часто порождается личными проблемами, опытом и неуверенностью, поэтому ее преодоление требует работы над собой.

Ключевые слова: развод, супружеские пары, факторы развода, ревность, брак, семья, доверие, контроль, деструктивное поведение, конфликты.

По официальным данным Росстата, за 2022 год в России развелись 683 тысячи пар. За семь месяцев 2023 года было зафиксировано 400 тысяч разводов [8]. Россия входит в топ стран по числу разводов. В мире по частоте разводов страна занимает 4-е место, уступая только Португалии, Испании и Люксембургу. В связи с этим, изучение причин разводов современных супружеских пар – актуальная задача для современных гуманистических наук, в том числе и психологии [13].

В настоящее время к разводу может приводить множество факторов, одним из которых является ревность. Ревность представляет собой негативное чувство собственности, которое может привести к недоверию, сомнениям и конфликтам в отношениях. Она часто возникает в семьях и может принести страдания и разрушать доверие. Ревность может усугубляться изменениями в современном обществе, делая ее особенно опасной для семейных отношений. Чтобы лучше понять ее роль в динамике супружеских отношений, необходимо обратиться к истории развития и эволюции института семьи [10].

Первые социальные нормы, регулирующие отношения между полами, появились с запретом на инцест. Этот запрет привел к развитию группового, а затем и парного брака, способствуя объединению племен и возникновению брака как социального института. Ключевым фактором в этом процессе была экзогамия – запрет на браки внутри рода.

В доиндустриальную эпоху семья эволюционировала от рода к общине, а затем к хозяйственным объединениям родственников, основанным на парном браке и семье. Постепенно моногамия стала преобладающей формой сосуществования мужчины и женщины, а брак начал регулироваться моральными и правовыми нормами. В 9 веке церковь начала венчать пары, что признавалось государством. Письменные законы о браке появились с развитием письменности. Брак использовался также для экономической и политической выгоды, например, браки между братом и сестрой для сохранения наследства в семье [4].

В средние века браки заключались в основном по расчету, а в эпоху Возрождения важным фактором было деторождение женщины. На Руси изначально браки часто заключались без согласия невесты, но позже появились указы о добровольности вступления в брак. Эпоха Петра I ввела образовательный ценз для заключения брака. С развитием законодательства стали регулироваться личные права и обязанности супругов, а семейно-брачные отношения стали официально прописываться. Интересно, что у

раскольников брак формализовался и признавался полицейскими органами, предвосхищая появление Загса [4].

Таким образом, в российском дореволюционном праве браком считался союз, заключенный по нормам той или иной религии. Влияние родителей и их благословение являлось неотъемлемой частью.

В традиционном обществе семья выполняла множество функций (производство, обучение, отдых). Многодетность считалась важным показателем благополучия. Брак был прочным, с ранним вступлением в брак и отсутствием разводов. В индустриальном обществе роль семьи и брака изменилась: снизилась многодетность, регулирование репродуктивного поведения происходило через развитие интимной культуры, а функции семьи сузились [4].

Е.А. Соловьева отмечает, что брак трансформируется, и его изменения связаны не с утратой социальных функций, а с изменением глубоко личных мотивов, которые толкали людей к браку. В современном обществе, с уменьшением социокультурных норм, брак стал проблемой, поскольку утратил свою силу как двигатель отношений между людьми. Неустойчивость семьи связана с рядом проблем, решение которых зависит от индивидуальных качеств партнеров [11].

А.В. Рыкова отмечает, что мужчины чаще выбирают незарегистрированные браки для сохранения свободы, предпочитая богатый выбор партнера. Женщины стремятся к независимости и осознанному выбору партнера, в результате чего возраст вступления в брак увеличивается. Это положительно для индивида, но негативно для государства в связи со снижением рождаемости [10]. Е. А. Соловьева выделяет факторы устойчивости брака: однородность супругов, материальное благополучие, включенность в социальные круги, позитивное отношение к партнеру и внутрибрачное взаимодействие [11].

Удовлетворенность браком является ключевым фактором стабильности. Современные браки неустойчивы, и свобода в отношениях часто приводит к смене партнеров вместо решения проблем. Развод, как способ прекращения брака, регулируется Семейным Кодексом и становится более распространенным явлением, переставая быть исключительным событием. Развод – это юридическое установление факта нарушения и потери смысла брака [2].

Развод, существующий с 11 века, стал неотъемлемым атрибутом брака в современном мире. Право на развод изменилось со временем и зависит от законов, морали и влияния разных институтов на семью [12]. В 20–21 веках молодые люди часто проверяют отношения перед браком, что приводит к росту сожительства, гостевых браков и отложенного родительства. В обществе также наблюдается увеличение количества разводов и людей, выбирающих бездетность и одиночество [4].

По статистике, основные причины разводов в России включают: ранний брак, измены, сексуальную неудовлетворенность, психологическую несовместимость, злоупотребление алкоголем/наркотиками и интернет-зависимость [8]. Ранние браки, часто обусловленные негативными семейными отношениями или чрезмерной опекой, могут быть особенно проблематичными из-за неумения приспособиться к семейной жизни и объективных трудностей, усугубленных субъективными факторами [15].

Измены в браке часто являются следствием психологических проблем и противоречий между супругами, включая неудовлетворенность сексуальной жизнью и разочарования в браке [14]. Верность, как основополагающая ценность брака, может разрушаться из-за неудовлетворенных эмоциональных и психологических потребностей [1]. Хорошие отношения, позитивные чувства и взаимопонимание способствуют удовлетворению сексуальных потребностей и стабильности брака, а отсутствие этого приводит к отчуждению и изменам.

Психологическая несовместимость в браке часто обусловлена характером супругов (например, авторитарностью, деспотичностью). Негативные черты характера (безответственность, лживость) могут разрушить брак. Важно понимать, что проблемы в отношениях часто происходят из-за неспособности видеть собственные недостатки. Алкоголизм и наркомания являются серьезными проблемами, ведущими к распаду браков [3]. Хронический алкоголизм требует медицинского вмешательства, в то время как бытовой алкоголизм может быть преодолен с помощью общественного воздействия. Злоупотребление алкоголем в семье создает неблагоприятную атмосферу и ведет к конфликтам [6].

Несмотря на существующую классификацию, каждый случай уникален, так как причин у одного развода может быть сразу несколько и в разной комбинации. Каждая из этих причин часто усугубляется внешними факторами, такими как вмешательство в ситуацию развода родителей разводящихся, постоянным обсуждением, нагнетанием и так не легкой атмосферы [7].

Ревность является особо важным фактором разрушения брака. Она может усиливать другие проблемы в отношениях, отравляя атмосферу в семье постоянными подозрениями, обвинениями и конфликтами, разрушая доверие и уважение. Ревность отличается от любви чувством владения и негативными эмоциями, в отличие от любви, которая основана на доверии и поддержке.

Ревность может привести к деструктивным поступкам, таким как контроль партнера, просмотр его социальных сетей и сцены ревности, что усугубляет ситуацию и разрушает отношения [5]. Ревность порождает негативные эмоции и может привести к разрушительным действиям. В отличие от других причин развода, ревность часто имеет глубокие корни, связанные с личными особенностями, опытом и неуверенностью в себе. Преодоление ревности требует работы над собой и своими глубинными чувствами и убеждениями.

Осознавая опасность ревности, необходимо не только избегать ее разрушительного влияния на свою семью, но и развивать в себе доверие, уважение и безусловную любовь к партнеру [9].

Таким образом, ревность занимает значительное место в системе факторов развода супружеских пар, действуя как комплексный и многоуровневый фактор, способный усугублять другие проблемы в отношениях, подрывать доверие и уважение, а также негативно влиять на психологическое благополучие партнеров. Хроническая ревность, характеризующаяся длительными конфликтами и постоянным недоверием, может стать ключевым фактором, приводящим к разрушению брака.

Литература

1. Векилова С. А. Психология семьи: учебник и практикум для вузов / С. А. Векилова. Москва: Юрайт, 2024. 310 с.
2. Дьяков С. И. Факторы конфликтов в супружеских взаимоотношениях / С. И. Дьяков, Д. В. Скалдин // Перспективы развития науки в современном мире: сборник статей по материалам XVI Международной научно-практической конференции: в 2-х частях (Уфа, 5 апреля 2019 г.). Уфа: Дендра, 2019. Ч. 2. С. 105–112.
3. Еремина Т. Е. Психологические причины конфликтов в молодых семьях / Т. Е. Еремина, Т. И. Епонешникова, Н. Г. Брюхова // Весенние психолого-педагогические чтения: сборник материалов VI Всероссийской научно-практической конференции, посвященной памяти почетного профессора АГУ А. В. Буровой (Астрахань, 19 апреля 2022 г.). Астрахань: Изд-во Астрахан. гос. ун-та, 2022. С. 170–173.
4. Идзиковский Е. В. Социально-психологические детерминанты удовлетворенности браком в современной семье / Е. В. Идзиковский // International Journal of Medicine and Psychology. 2020. Т. 3, № 4. С. 68–78.
5. Кондратьева Е. П. Предупреждение и разрешение семейных конфликтов / Е. П. Кондратьева // Актуальные проблемы конфликто-разрешения в современном мире: от теории к практике: материалы всероссийской научно-практической конференции (Курск, 22 апреля 2021 г.). Курск: Изд-во Юго-Запад. гос. ун-та, 2021. С. 83–86.
6. Мартынюк О. Б. Психология семьи: учебное пособие для вузов / О. Б. Мартынюк. Москва: Юрайт, 2024. 380 с.
7. Прохорова О. Г. Основы психологии семьи и семейного консультирования: учебное пособие для вузов / О. Г. Прохорова. 2-е изд., испр. и доп. Москва: Юрайт, 2024. 234 с.
8. Росстат: официальный сайт. URL: <https://rosstat.gov.ru> (дата обращения: 10.10.2024).
9. Родь В. В. Конфликты в семье, как способ сохранения супружеских отношений / В. В. Родь // Человеческий фактор: социальный психолог. 2022. № 2(44). С. 145–152.
10. Рыкова А. В. Зависть и ревность: эволюционно-психологический подход / А. В. Рыкова, Р. А. Орлов, Т. В. Волкодав // Меридиан: научный электронный журнал. 2020. № 4(38). С. 180–182.
11. Соловьева Е. А. Психология семьи и семейное воспитание: учебное пособие для вузов / Е. А. Соловьева. Москва: Юрайт, 2024. 202 с.
12. Солоденко К. А. Феномен ревности: психологический Анализ / К. А. Солоденко, В. С. Черкашина, Т. В. Волкодав // Меридиан: научный электронный журнал. 2020. № 3(37). С. 396–398.
13. Сулова Т. Ф. Психология семьи с основами семейного консультирования: учебник и практикум для вузов / Т. Ф. Сулова, И. В. Шаповаленко. Москва: Юрайт, 2024. 343 с.
14. Ульянова А. А. Мотив ревности: проблема неосознанного / А. А. Ульянова, К. В. Деменева // Актуальные вопросы юридической науки и практики: материалы III Всероссийской научно-практической конференции со студенческим участием (Хабаровск, 30 мая 2022 г.). Хабаровск: Изд-во Тихоокеанск. гос. ун-та, 2022. С. 218–221.
15. Чижова К. И. Особенности супружеских конфликтов и удовлетворенность отношениями в паре / К. И. Чижова, Е. К. Безменова // Психолого-педагогические модели и технологии развития личности в цифровой среде: сборник научных трудов / под общей редакцией Л.А. Григорович. Москва: Изд-во Моск. ин-та психоанализа, 2020. С. 253–257.

FACTORS AND REASONS FOR DIVORCE OF MARRIED COUPLES

Tudupova Tuyana Tsibanovna
Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
tuyanatu@mail.ru

Aksenova Lyudmila Yurevna
Master Student,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
aksenovamila54@gmail.com

Abstract. The article contains the results of the study of the most common factors of divorce of married couples. The historical origins of the development of the institution of family and marriage in Russia since ancient times are considered. Understanding the historical evolution of the development of marital relations allows us to explain modern problems in relationships between spouses and to look for ways to solve them. The place of jealousy in the system of divorce factors is determined. Jealousy, which differs from love by a sense of ownership and negative emotions, is a destructive force in marriage. The feeling in question intensifies problems, poisons relationships with suspicions, accusations and conflicts, destroying trust and respect. Jealousy is often generated by personal problems, experience and insecurity, so overcoming it requires working on yourself.

Keywords: divorce, married couples, divorce factors, jealousy, marriage, family, trust, control, destructive behavior, conflicts.

Научная статья
УДК 159.9.07

**Сравнительный анализ отношения к болезни
в тибетской и современной европейской медицине**

© *Тудупова Туяна Цибановна*

кандидат психологических наук, доцент,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
tuyanatu@mail.ru

© *Дармаева Жаргалма Баторовна*

магистрант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
shargalma@mail.ru

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования особенностей отношения к болезни у пациентов тибетской и современной европейской медицины. Показано, что для пациентов тибетской медицины характерно более гармоничное и спокойное отношение к болезни, чем у пациентов современной европейской медицины, для которых характерно преимущественно тревожное и эгоцентрическое отношение к болезни.

Ключевые слова: отношение к болезни, тибетская медицина, современная европейская медицина, медицинская система, беседа, лечение, гармония, целостный подход, духовный подход, физиологические аспекты болезни.

Современный мир сталкивается с вызовом болезней, несмотря на прогресс в медицине и психологии. Важно изучать различные культурные подходы к болезни, так как восприятие и лечение могут различаться. Всемирная Организация Здравоохранения активно внедряет опыт народной и традиционной медицины, что актуально и для России. Среди восточных систем врачевания в России популярна тибетская медицина, использующаяся уже более 300 лет, в отличие от китайской игло-рефлексотерапии (появившейся в 50-х годах) и Аюрведы (популярной лишь в последние десятилетия) [3].

Актуальность изучения тибетской медицины в России связана с ее эффективностью, отсутствием побочных эффектов и растущей популярностью. Отличие тибетской медицины от европейской – в холистическом подходе, рассматривающем человека как единое целое (тело, ум и дух) [2]. Болезнь в тибетской традиции – нарушение гармонии этих компонентов. Особое внимание уделяется психологии: негативные эмоции могут вызывать дисбаланс и болезни [1]. В контексте исследования важно изучить отношение пациентов к болезни в разных медицинских подходах, так как состояние влияет на активность человека и процесс выздоровления [4].

Изучение отношения к болезни в разных медицинских системах, включая тибетскую и европейскую, важно для понимания культурных и психологических особенностей восприятия болезни [5]. Сравнение подходов позволит разработать более эффективные, индивидуализированные методы лечения, способствующие межкультурному диалогу в здравоохранении и обогащению современной медицины опытом традиционных систем.

В связи с актуальностью и особой значимостью рассмотрения особенностей отношения к болезни в тибетской и современной европейской медицине было организовано эмпирическое исследование.

Исследование проводилось на базе государственного автономного учреждения «Республиканский клинический лечебно-реабилитационный центр «Центр восточной медицины» г. Улан-Удэ, центра восточной медицины «Аюрмедика», государственного автономного учреждения здравоохранения «Городская поликлиника №6» г. Улан-Удэ.

Для проведения эмпирического исследования было отобрано 100 респондентов. Из них 50 человек обращались к тибетской медицине, что составляет 50% от общего количества респондентов. Остальные 50 респондентов (50%) проходили лечение в поликлинике № 6 и представляли собой пациентов современной европейской медицины. В исследовании участвовали 60 женщин (60%) и 40 мужчин (40%). Средний возраст респондентов составил 45 лет, при этом пациенты тибетской медицины были

немного старше (47 лет), а пациенты европейской медицины – моложе (43 года). 35% респондентов имеют среднее образование, 25% – среднее специальное и 40% – высшее. Большинство респондентов являются представителями различных профессий: 20% – рабочие, 35% – служащие, 30% – пенсионеры, 10% – индивидуальные предприниматели и 5% – студенты. Респонденты обращались в медицинские учреждения с различными заболеваниями, включая 25% – заболевания опорно-двигательного аппарата, 20% – заболевания желудочно-кишечного тракта, 15% – заболевания сердечно-сосудистой системы, 10% – нервные заболевания и 30% – другие группы заболеваний.

В рамках эмпирического исследования был использован метод беседы и метод психологического эксперимента, который подразумевал применение диагностической методики «Тип отношения к болезни» (Л. И. Вассерман, А. Я. Вукс, Б. В. Иовлев, Э. Б. Карпова, 1987 г.).

Результаты беседы представлены в Таблице 1.

Таблица 1

Результаты беседы, направленной на изучение отношения к болезни в тибетской медицине и современной европейской медицине

Вопрос	Тибетская Медицина	Современная европейская Медицина
Почему вы выбрали именно эту систему медицины?	Традиция, рекомендации близких, положительный опыт	Доступность, эффективность лечения конкретных заболеваний
Как вы воспринимаете болезнь в общем?	Как нарушение гармонии между телом, умом и духом, как урок	Как нарушение физиологического баланса, как угрозу здоровью, как проблему
Как вы обычно справляетесь с болезнью?	Изменение образа жизни, диета, йога, медитация, травы, релаксация, духовные практики, обращение к тибетским целителям.	Обращение к врачу, прием лекарств, отдых, изменение образа жизни (в некоторых случаях), обращение к психотерапевту (реже).
Как вы оцениваете отношение к болезни в [тибетской / европейской] медицине?	Положительно: целостный подход, учет внутреннего состояния, внимание к духовному здоровью. Негативно: длительность лечения, не всегда быстрая эффективность.	Положительно: быстрая эффективность, доступность лекарств и медицинских услуг. Негативно: отсутствие внимания к духовному состоянию, фокус на физиологических аспектах, частое использование хирургических вмешательств.
Какие ожидания вы имеете от лечения в [тибетской / европейской] медицине?	Восстановление гармонии в организме, улучшение духовного состояния, снятие симптомов, профилактика болезней.	Снятие симптомов, избавление от болезни, предотвращение развития хронических заболеваний.
Как вы воспринимаете идею гармонии между телом, умом и духом в контексте болезни?	Важно сохранять гармонию во всем	Не все согласны с этой идеей, но многие считают, что стресс и негативные эмоции могут влиять на здоровье.
Считаете ли вы, что образ жизни влияет на здоровье и болезнь? Если да, то как?	Да, образ жизни влияет на здоровье и болезнь. Правильное питание, регулярные физические упражнения, положительные эмоции и духовные практики способствуют здоровью, в то время как неправильный образ жизни может вести к болезни.	Да, образ жизни влияет на здоровье. Правильное питание, отсутствие вредных привычек и регулярные физические упражнения помогают укрепить здоровье.
Как вы воспринимаете традиционные тибетские лекарственные средства?	Доверяют традиционным тибетским лекарственным средствам, считают их эффективными и безопасными.	Относятся с недоверием, хотя и признают их традиционную ценность.
Как вы относитесь к использованию медицинских технологий в процессе лечения?	Принимают использование медицинских технологий, но считают, что они должны использоваться в комплексе с традиционными методами лечения.	Положительно относятся к использованию медицинских технологий в процессе лечения.
Как вы воспринимаете роль врача в процессе лечения?	Считают врача наставником и проводником на пути к исцелению.	Считают врача специалистом, который ставит диагноз и назначает лечение.
Как вы оцениваете доступность медицинской помощи в современной европейской системе здравоохранения?	Относятся с нейтральностью, учитывая необходимость оплаты за медицинские услуги.	Считают доступность медицинской помощи недостаточной, хотя и признают ее доступность для большинства населения.

Стоит отметить, что Таблица 1 составлена на основании обобщения наиболее типичных ответов для пациентов тибетской и современной европейской медицины.

Анализ полученных результатов беседы с респондентами позволяет выявить интересные тенденции в отношении к болезни в контексте тибетской и современной европейской медицины. В отношении к выбору медицинской системы, пациенты тибетской медицины часто мотивированы традицией, рекомендациями близких, положительным опытом и желанием улучшить духовное здоровье. В то время как пациенты современной европейской медицины прежде всего ценят доступность и эффективность лечения конкретных заболеваний.

Восприятие болезни в тибетской медицине тесно связано с идеей гармонии между телом, умом и духом. Болезнь рассматривается как нарушение этой гармонии и как возможность для духовного развития. В современной европейской медицине болезнь прежде всего воспринимается как физиологическое нарушение, которое требует лечения с помощью медицинских методов.

Стратегии борьбы с болезнью в тибетской медицине часто включают в себя духовные практики, такие как медитация и йога, в то время как в современной европейской медицине акцент делается на приеме лекарств и обращении к врачу.

Оценки медицинской системы также отличаются. Пациенты тибетской медицины ценят целостный подход и внимание к духовному состоянию, но отмечают длительность лечения и не всегда быструю эффективность. Пациенты современной европейской медицины ценят быструю эффективность и доступность, но критикуют отсутствие внимания к духовному состоянию и частое использование хирургических вмешательств.

Ожидания от лечения также различаются. Пациенты тибетской медицины ждут восстановления гармонии в организме и духовного развития, в то время как пациенты современной европейской медицины ждут снятия симптомов и восстановления физического здоровья.

Дополнительные вопросы подчеркивают основные различия в концепциях здоровья и болезни. Тибетская медицина придает большое значение гармонии между телом, умом и духом, в то время как современная европейская медицина фокусируется преимущественно на физиологических аспектах.

В целом, результаты беседы подтверждают существующие теоретические предположения о различиях в отношении к болезни в тибетской и современной европейской медицине. Тибетская медицина предлагает более целостный и духовный подход, в то время как современная европейская медицина фокусируется на физиологических аспектах болезни.

Результаты диагностики по методике «ТОБОЛ» у пациентов представлены на Рисунке 1.

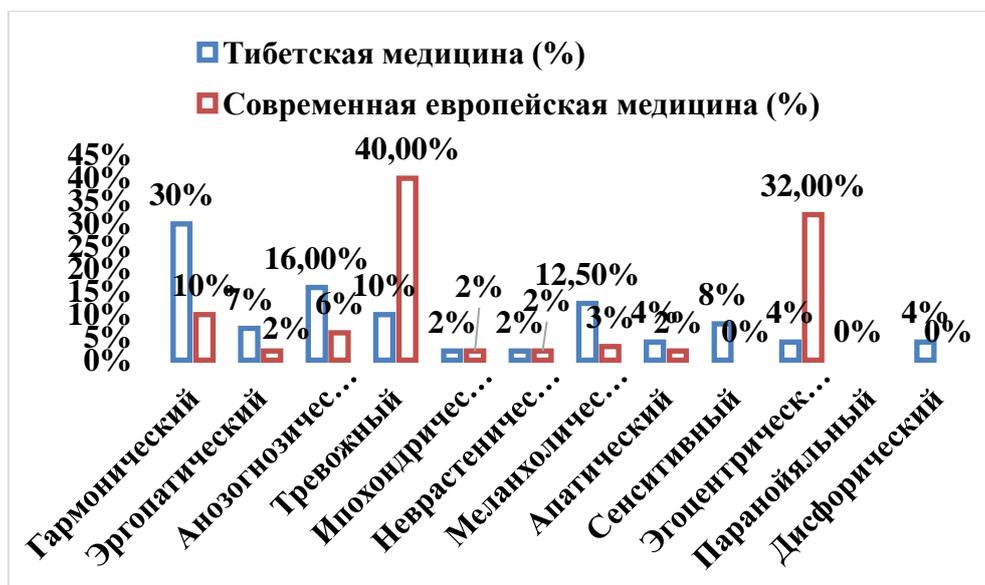


Рис. 1. Результаты диагностики по методике «ТОБОЛ» у пациентов тибетской и современной европейской медицины

Количественный анализ результатов исследования показывает значительные различия в типах отношения к болезни у пациентов тибетской и современной европейской медицины.

Среди 50 пациентов тибетской медицины преобладают гармоничный (30%, или 15 человек), анозогнозический (16%, или 8 человек) и меланхолический (12,5%, или 6 человек) типы отношения к болезни. Эти типы характеризуются более спокойным и примиряющимся подходом к болезни, что соответствует холистическому подходу тибетской медицины.

В то же время среди 50 пациентов современной европейской медицины наблюдается значительно более высокая частота тревожного (40%, или 20 человек) и эгоцентрического (32%, или 16 человек) типов отношения к болезни. Полученный результат свидетельствует о влиянии индивидуализма и страха перед болезнью в современной европейской медицинской системе.

В целом, результаты исследования показывают, что пациенты тибетской медицины склонны воспринимать болезнь более спокойно и гармонично, в то время как пациенты современной европейской медицины часто переживают тревогу и страх перед болезнью.

Литература

1. Антипов В. В. Этнические аспекты и междисциплинарные проблемы медицины / В. В. Антипов, С. И. Антипова // Медицинские новости. 2016. № 9(264). С. 21–28.
2. Базарон Э. Очерки тибетской медицины / Э. Базарон. Улан-Удэ: ЭкоАрт, 1992. 224 с.
3. Кораблин Д. А. Бон: от духовного наследия к религиозной традиции Тибета (генезис, классификация, определения) / Д. А. Кораблин // Историческая психология и социология истории. 2021. Т. 14, № 1. С. 59–74.
4. Матханов И. Э. Комплиментарная медицина: состояние и перспективы правового регулирования / И. Э. Матханов. Москва: Издание Государственной Думы, 2015. 80 с.
5. Пупышев В. Н. Основы тибетской медицины / В. Н. Пупышев. Улан-Удэ: Изд-во БНЦ СО АН СССР, 1992. 82 с.

COMPARATIVE ANALYSIS OF ATTITUDES TOWARDS ILLNESS IN TIBETAN AND MODERN EUROPEAN MEDICINE

Tudupova Tuyana Tsibanovna

Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
tuyanatu@mail.ru

Darmaeva Zhargalma Batorovna

Master Student,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
shargalma@mail.ru

Abstract. The article presents the results of an empirical study of the characteristics of the attitude to the disease in patients of Tibetan and modern European medicine. It is shown that patients of Tibetan medicine are characterized by a more harmonious and calm attitude to the disease than patients of modern European medicine, who are characterized by a predominantly anxious and egocentric attitude to the disease.

Keywords: attitude to the disease, Tibetan medicine, modern European medicine, medical system, conversation, treatment, harmony, holistic approach, spiritual approach, physiological aspects of the disease.

Научная статья
УДК 1.159.99

Гиперактивное поведение младших школьников и его коррекция

© *Туманова Екатерина Вячеславовна*

магистрант,

Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова

Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а

kattumanova@mail.ru

Аннотация. В статье рассматривается проблема гиперактивного поведения детей младшего школьного возраста и его психологической коррекции. Наиболее часто встречающимся поведенческим расстройством является синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), который обычно наблюдается у детей. Статья содержит обзор исследований как зарубежных, так и отечественных специалистов, посвященных СДВГ у детей начальной школы. Обсуждаются критерии для определения степени гиперактивности и тревожности у ребенка. Детям с СДВГ характерны безответственность, трудности в отношениях с ровесниками и взрослыми, игнорирование установленных норм поведения. Это делает важным своевременную диагностику расстройства и разработку комплексных медицинско-психологических корректирующих мер.

Ключевые слова: гиперактивность, синдром дефицита внимания, младший школьник, коррекция.

Проблема нарушений в поведении вызывает большие сложности для учителей, ведь им приходится уделять много времени таким детям, следить за их поведением, поддерживать дисциплину в классе. Гиперактивные дети могут отвлекать других учеников, мешая учебному процессу. Важно отметить, что учителя сталкиваются с трудностями не только в организации учебного процесса, но и в обеспечении безопасности всех учеников в классе. Кроме того, гиперактивные дети могут испытывать трудности в усвоении материала, так как они не могут долго концентрироваться на одном предмете.

Именно поэтому сегодня активно обсуждается проблема эффективного обучения гиперактивных детей. Несколько лет назад таких детей в классе было всего 1-2, а теперь их число составляет примерно половину учеников. Этот процент продолжает расти. Хотя у этих детей есть поведенческие проблемы, их умственные способности не снижены, и они способны к эффективному обучению при правильном подходе к таким детям.

Гиперактивное поведение школьника создает проблемы не только для самого ребенка, но и для его окружения, включая родителей, одноклассников и учителей. Родители ожидают от школы активных действий, полагая, что только педагоги смогут решить проблемы с поведением их ребенка.

Если не принять меры своевременно, состояние ребенка может ухудшиться, и у него могут возникнуть дополнительные нервные и психические проблемы. Исследователи отмечают, что основной причиной этого являются недостаточная способность контролировать свое внимание и повышенная активность. В результате ребенок может столкнуться с трудностями в общении и обучении, что в будущем может привести к проблемам с адаптацией в обществе.

Гиперактивность характеризуется чрезмерной психической и физической активностью. Термин "гиперактивный" происходит от сочетания греческих слов "гипер" (над, сверху) и "активный" (деятельный). Впервые этот феномен был описан в конце XIX века немецким психоневрологом Генрихом Хоффманом, который назвал одного из своих пациентов "Непоседой Филом" [6]. С тех пор гиперактивность стала объектом изучения специалистов, которые выделяют различные аспекты этого состояния, включая двигательную расторможенность, проблемы с вниманием и эмоционально-волевые расстройства. Некоторые исследователи считают гиперактивность заболеванием, которое проявляется в виде повышенной двигательной активности, быстрой отвлекаемости и неспособности сосредоточиться [4]. Другие специалисты связывают гиперактивность с особенностями темперамента, такими как холерический тип личности, характеризующийся активностью, непоседливостью и легкой возбудимостью [9, 13]. Все эти аспекты подчеркивают сложность и многогранность проблемы гиперактивности, требующей дальнейшего изучения и разработки эффективных методов лечения и коррекции.

Согласно другим исследованиям, гиперактивность проявляется в избытке двигательной активности независимо от возраста и пола. В работах некоторых авторов отмечается, что у детей с семейным

алкоголизмом повышенная возбудимость и двигательная расторможенность проявляются уже при рождении и являются симптомами алкогольного синдрома плода [11]. В дошкольном возрасте эти трудности поведения усиливаются и становятся привычным поведенческим стереотипом. В подростковом возрасте эмоциональная возбудимость, колебания настроения и трудности поведения также усиливаются. Исследование В. Д. Еремеевой показало, что работа левого и правого полушарий головного мозга влияет на эмоциональные проявления. Было установлено, что дети с предпочтением правой руки чаще демонстрируют пассивные эмоции, тогда как дети с низкой степенью подчинения правой руки чаще проявляют активные эмоции [5]. В то же время медлительные дети чаще встречаются среди первых, а активные и быстрые - среди вторых. Работа С. Е. Казакова также указывает на то, что расторможенность, неусидчивость и моторное беспокойство более выражены у мальчиков, что связано с особенностями мозговой организации и повышенной уязвимостью леворуких детей [8].

Факторы, которые могут способствовать развитию синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), включают:

- Здоровье матери: гиперактивные дети часто рождаются у матерей, страдающих аллергическими заболеваниями, такими как астма, экзема или мигрень.

- Особенности течения беременности и родов: одна из теорий предполагает, что СДВГ может быть связан с органическими поражениями головного мозга, которые могут произойти во время беременности, родов или в первые дни жизни ребенка. Особую опасность представляет внутриутробная гипоксия (кислородное голодание плода), которая особенно вредна для развивающегося мозга. Дефицит питательных веществ также может способствовать развитию СДВГ. Например, у многих гиперактивных детей в организме недостает цинка, магния и витамина В12. Избыток углеводов в детском организме также может способствовать развитию СДВГ [1, 9, 10].

Гиперактивность у детей может быть вызвана рядом причин. Рассмотрим их. Основная причина, по мнению многих исследователей, связана с наследственностью. Некоторые исследования показывают, что гиперактивное поведение может передаваться по наследству. Если у родителей или близких родственников были подобные проблемы, вероятность их проявления у ребенка увеличивается. Еще одна причина – это неврологические факторы: неврологические нарушения могут влиять на уровень активности и внимание ребенка. Особо следует отметить среду обитания: условия, в которых живет ребенок, включая уровень стресса в семье, социальные факторы и окружающую среду, могут способствовать гиперактивности.

Питание – это еще одна причина гиперактивного поведения детей. Некоторые исследования связывают гиперактивность с потреблением определенных продуктов, красителей или добавок. Существует мнение, что избыточное количество сахара и неправильное питание могут влиять на поведение. Не следует исключать такую причину, как сон: нехватка сна или нарушения сна могут приводить к проблемам с концентрацией и повышенной активностью.

Особую роль играют психологические и социальные факторы. Травмы, эмоциональные потрясения или проблемы во взаимодействии с окружающими могут способствовать повышенной активности и импульсивности. К социальным факторам относим давление сверстников, чрезмерные требования со стороны родителей или учителей, которые могут оказывать влияние на психологическое состояние ребенка и приводить к гиперактивному поведению.

Важно помнить, что гиперактивность может проявляться у детей по-разному, и для корректной оценки и помощи лучше всего обратиться к специалистам, таким как детский психиатр или психолог.

Коррекционная работа с детьми в области психологической коррекции гиперактивного поведения играет важную роль в их развитии. Вот несколько аспектов, которые стоит учесть. Во-первых, раннее вмешательство: чем раньше начинается работа, тем больше шансов на успешное развитие ребенка. Это помогает предотвратить возможные проблемы в будущем. Во-вторых, это индивидуальный подход. То есть каждому ребенку нужен свой уникальный подход. Важно учитывать его личные особенности, интересы и потребности. В-третьих, важным аспектом являются игровые методики. Игры и упражнения могут быть эффективными средствами для обучения детей саморегуляции, развитию эмпатии и социальных навыков. Четвертый аспект связан с сотрудничеством с родителями: важно вовлекать родителей в процесс коррекции, чтобы создать поддерживающую среду как дома, так и в школе. И, наконец, это развитие навыков общения. Упражнения на развитие коммуникативных навыков помогают детям лучше понимать свои и чужие эмоции, что важно для их эмоционального интеллекта.

Надо обязательно отметить, что работа в этой области должна быть постоянной и комплексной, чтобы действительно помочь детям в психологической коррекции гиперактивного поведения.

Дети с гиперактивностью обычно пытаются заниматься несколькими делами одновременно, берутся за все подряд, но редко заканчивают начатое. У них часто меняется настроение. Таким детям нужны интересные и захватывающие задания, требующие от них сосредоточенности. Им нужна эмоциональная поддержка, поощрение и ясные требования.

Гиперактивное поведение характеризуется чрезмерной двигательной активностью, импульсивностью, частыми отвлечениями и сниженной способностью сосредотачиваться на учебной деятельности.

Симптомы гиперактивности, часто ассоциируемые с синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), могут проявляться в различных формах. Основные симптомы включают следующие.

1. Повышенная активность. Постоянное движение: ребенок часто бегает или лезет, даже в ситуациях, когда это неуместно. А также невозможность оставаться на месте: ребенок не может сидеть тихо, например, на уроках.

2. Импульсивность. Быстрые и необдуманные решения: ребенок может часто прерывать других, не дожидаясь своей очереди. Он также не способен контролировать свои действия или ожидания.

3. Невнимательность как симптом гиперактивности связан с проблемами с концентрацией: ребенок может быстро терять интерес к заданиям и быть невнимательным к деталям. Кроме того, нужно отметить и забывчивость ребенка. Он часто забывает выполнять задания или теряет вещи (например, учебники, игрушки).

4. Сложности в организации. Имеются в виду проблемы с планированием и выполнением заданий: может испытывать трудности в организации своих дел и управлении временем.

5. Раздражительность и неожиданное поведение. Данные симптомы связаны с эмоциональными всплесками: может проявлять агрессивное или капризное поведение. У ребенка также отмечается повышенная чувствительность к критике или отказам.

6. Социальные проблемы. Трудности в общении и взаимодействии с ровесниками: может столкнуться с проблемами в заведении дружбы и поддержании отношений из-за своей активности и импульсивности.

В то же время отметим, что нет единой точки зрения среди исследователей о том, что определяет проявления гиперактивности у детей младшего школьного возраста, поэтому важно рассматривать эти факторы в комплексе.

Важно отметить, что наличие нескольких из этих симптомов само по себе не означает наличие гиперактивности или СДВГ. Для диагностики необходимо учитывать контекст, в котором проявляются эти симптомы, а также провести тщательную оценку специалистом. Если есть подозрения на гиперактивность, рекомендуется обратиться к детскому психиатру или психологу для профессиональной диагностики и помощи.

В заключение, стоит отметить, что СДВГ существенно затрудняет нормальное развитие, обучение, общение ребенка, негативно влияет на отношения с родителями, учебную деятельность, поведение и взаимодействие с другими детьми и взрослыми. Это приводит к школьной дезадаптации. Поэтому важно уделять особое внимание таким детям. Все окружение ребенка должно стремиться к его адаптации. Совместные усилия специалистов, родителей, сверстников помогут гиперактивному ребенку почувствовать себя сильным, нужным и способным преодолеть свои "недостатки". Ключевым условием успеха является комплексный подход к лечению и воспитанию, включающий участие невролога, психолога, педагога и родителей. Основное "оружие" в борьбе с гиперактивностью - это понимание, терпение и любовь.

Литература

1. Афонин И. Н. Здоровый и счастливый ребенок / И. Н. Афонин. Санкт-Петербург, 2009. 165 с.
2. Баулина М. Е. Материалы по диагностике и коррекции трудностей обучения младших школьников / М. Е. Баулина. Москва: АРКТИ, 2009. 80 с.
3. Гаспарова Е. М. «Шустрики» и «Мямлики» // Дошкольное воспитание. - 1990. - № 4. - С.90-98.
4. Добсон А. Непослушный ребенок. «Пенаты», «Т-Око». 1992. С.131-149.
5. Еремеева В. Д. Типы латеральности у детей и нейрофизиологические основы индивидуальной обучаемости // Вопросы психологии. 1990. № 1. С. 128-134.
6. Заболевания нервной системы у детей: в 2 томах / под редакцией Ж. Айкарди [и др.]. Москва: Изд-во Панфилова; БИНОМ. Лаборатория знаний, 2013. Т. 2.

7. Заваденко Н. Н. Гиперактивность и дефицит внимания в детском возрасте: учебное пособие для вузов. Москва: Academia, 2005. 256 с.
8. Казаков С. Е. Особенности клиники невротизов у леворуких детей: автореф. дис. ... канд. мед. наук. Москва, 1987. 20 с.
9. Красов В. А. Гипердинамический синдром у детей младшего школьного возраста. Москва, 1989. 23 с.
10. Кучма В. Р. Дефицит внимания с гиперактивностью у детей России: распространенность, факторы риска и профилактики / В. Р. Кучма, А. Г. Платонова. Москва, 1997. 63 с.
11. Мастюкова Е. М., Московкина А. Г. Семейное воспитание детей с отклонениями в развитии: учебное пособие / под редакцией В. И. Селиверстова. Москва: ВЛАДОС, 2003. 408 с.
12. Набойченко Е. С. Синдром дефицита внимания и гиперактивности в младшем школьном возрасте: медико-психологический аспект // Вестник Курганского государственного университета. Психологические науки. 2019.
13. Петрунук В., Таран Л. Н. «Колыбель невротизов» (заметки врачей – психоневрологов). Москва: Знание, 1988. 190с.
14. Прихожан А. М. Под гнетом школьных требований / А. М. Прихожан // Школьный психолог. 2009. № 12. С. 15–18.
15. Сапогова В. Д. Шестилетний ребенок: вопросы и ответы. Тула: Приокс. кн. изд.-во, 1992. 206 с.
16. Шольц Ф. Недостатки в характере ребенка или Вторая золотая Книжка. Киев, 1983. 5 с.

HYPERACTIVE BEHAVIOR OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN AND ITS CORRECTION

Tumanova Ekaterina Vyacheslavovna
Master Student,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
kattumanova@mail.ru

Abstract. The most common behavioral disorder is attention deficit hyperactivity disorder (ADHD), which is usually seen in children. The article contains a review of research by both foreign and domestic experts on ADHD in primary school children. Criteria for determining the degree of hyperactivity and anxiety in a child are discussed. Children with ADHD are characterized by irresponsibility, difficulties in relationships with peers and adults, and disregard for established norms of behavior. This makes it important to diagnose the disorder in a timely manner and develop comprehensive medical and psychological corrective measures.

Keywords: hyperactivity, attention deficit disorder, primary school student, correction.

Научная статья
УДК 1.159.99

Коррекция эмоционально-волевой сферы у детей младшего школьного возраста

© *Туманова Екатерина Вячеславовна*

магистрант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
kattumanova@mail.ru

Аннотация. Дано определение понятия эмоционально-волевой сферы и ее составляющих. Рассмотрены особенности эмоционально-волевой сферы у младших школьников, выделены основные направления коррекционной работы эмоционально-волевой сферы у младших школьников, подобраны методики определения индивидуальных особенностей эмоционально-волевой сферы у детей младшего школьного возраста. Изучены методы коррекции эмоционально-волевой сферы у детей младшего школьного возраста.

Ключевые слова: эмоционально-волевая сфера, школьники, психокоррекция, эмоции, воля, чувства, младший школьный возраст.

Младший школьный возраст характеризуется определенными трудностями, так как требует от учащихся концентрации произвольного внимания, проявлений волевых усилий, ответственности и самостоятельности, которые у детей данного возраста пока недостаточно развиты. В свою очередь, эмоционально-волевая сфера ребенка повышает уровень мотивации к обучению, что помогает совершенствовать сознательную саморегуляцию поведения.

Вопросы развития эмоционально-волевой сферы человека являются одними из самых важных в учении о психических реакциях. Более того, изучение эмоций и их волевого регулирования с учетом особенностей их формирования представляет собой основную проблему современной педагогической психологии. Отечественные и зарубежные психологи, такие как К. И. Изард, В. И. Лубовский, И. М. Соловьев, В.С. Мерлин, Л.В. Занков, установили, что воля, мотивация, возраст, пол и вид деятельности ребенка существенно влияют на развитие волевой регуляции. Аналогичные факторы также оказывают значительное воздействие на формирование эмоциональной сферы [13].

Коррекция эмоционально-волевой сферы у детей младшего школьного возраста — это важный процесс, направленный на развитие и стабилизацию эмоциональных и волевых состояний ребенка. В этом возрасте дети начинают осознавать свои эмоции, обучаются управлению ими и формируют основы своей воли.

Основные формы коррекции эмоционально-волевой сферы сводятся к эмоциональному развитию, волевой регуляции, игровой терапии, работе с родителями.

Эмоциональное развитие в плане коррекции эмоционально-волевой сферы подразумевает, прежде всего, идентификация эмоций. Следует учить детей распознавать и называть свои эмоции. Это можно делать через игры, рисование или обсуждение ситуаций. Эмоциональное развитие младших школьников способствует эмоциональной отзывчивости, а также формированию способности понимать чувства других людей.

Волевая регуляция в аспекте психологической коррекции эмоционально-волевой сферы развивает у младшего школьника такую черту характера, как целеустремленность. Имеется в виду формирование целеустремленности через обучение детей умению ставить перед собой цели и добиваться их. К примеру, это может быть выполнение домашних заданий или участие в спортивных соревнованиях. Надо сказать, что волевая регуляция способствует управлению импульсивным поведением. Развитие навыков самообладания происходит также через игры, которые требуют терпения и внимания. В ходе развития волевой регуляции корректируется эмоционально-волевая сфера личности младшего школьника.

Игровая терапия как форма психологической коррекции эмоционально-волевой сферы личности младшего школьника предполагает использование игры. В психокоррекционном плане игры помогают детям выражать эмоции, развивать социальные навыки и учат решать конфликты.

Работа с родителями в целях коррекции эмоционально-волевой сферы подразумевает включение родителей в сам процесс коррекции. Это является ключевым элементом. Обсуждение трудностей и достижений ребенка с родителями может улучшить результат. Обучение через практику вовлечения родителей предполагает различные сценарии и ролевые игры с детьми, чтобы дети могли на практике применять навыки управления эмоциями и волей.

Таким образом, коррекция эмоционально-волевой сферы требует комплексного подхода, где сочетаются обучение, практика и поддержка со стороны взрослых. Это способствует гармоничному развитию личности ребенка и помогает ему адаптироваться в социальной среде.

Педагоги начальной школы нередко сталкиваются с проблемами детской агрессивности, гиперактивности и эмоциональной избыточности. Именно эти состояния ребенка характеризуют нарушения в их эмоционально-волевой сфере [8].

Агрессивность. Дети с такими характеристиками ведут себя вызывающе, не слушаются учителей и родителей, не могут усидеть на месте, склонны к дракам, обвиняют других в своих ошибках, плохо концентрируются. Им требуется индивидуальная помощь, которая проявляется в постоянстве требований, предоставлении заданий как на уроке, так и вне его, развитии силы и объема внимания. В личных беседах с такими детьми важно выявить их интересы, желания и создать условия для их позитивного выражения.

Гиперактивность. Дети с гиперактивностью обычно пытаются заниматься несколькими делами одновременно, берутся за все подряд, но редко заканчивают начатое. У них часто меняется настроение.

Таким детям нужны интересные и захватывающие задания, требующие от них сосредоточенности. Им нужна эмоциональная поддержка, поощрение и ясные требования.

Гиперактивное поведение характеризуется чрезмерной двигательной активностью, импульсивностью, частыми отвлечениями и сниженной способностью сосредотачиваться на учебной деятельности.

Инфантилизм. Инфантилизм проявляется слабостью способности ребенка адаптироваться к требованиям ситуации, неспособностью контролировать свои желания и эмоции, трудности в понимании собственных чувств и эмоций и выражении их в соответствии с социальными нормами.

Коррекционная работа с младшими школьниками в области эмоционально-волевой сферы играет важную роль в их развитии. Вот несколько аспектов, которые стоит учесть.

Во-первых, раннее вмешательство: чем раньше начинается работа, тем больше шансов на успешное развитие ребенка. Это помогает предотвратить возможные проблемы в будущем. Во-вторых, это индивидуальный подход. То есть каждому ребенку нужен свой уникальный подход. Важно учитывать его личные особенности, интересы и потребности. В-третьих, важным аспектом являются игровые методики. Игры и упражнения могут быть эффективными средствами для обучения детей саморегуляции, развитию эмпатии и социальных навыков. Четвертый аспект связан с сотрудничеством с родителями: важно вовлекать родителей в процесс коррекции, чтобы создать поддерживающую среду как дома, так и в школе. И, наконец, это развитие навыков общения. Упражнения на развитие коммуникативных навыков помогают детям лучше понимать свои и чужие эмоции, что важно для их эмоционального интеллекта.

Надо обязательно отметить, что работа в этой области должна быть постоянной и комплексной, чтобы действительно помочь детям развиваться.

Анализ работ отечественных специалистов и практических психологов позволил выделить следующие методы и приемы коррекционной работы с эмоционально-волевой сферой детей младшего школьного возраста:

- Сказкотерапия. Данный метод нацелен на воспитание отзывчивости, полноценного развития ребенка, творческого отношения. На основе сказок детям легче дается восприятие своих чувств и эмоций, а также восприятие окружающего мира [3].
- Игротерапия. Игры с определенными правилами помогают развить в ребенке выдержку, ответственность и дисциплину. Игры-упражнения развивают самостоятельность [1].
- Беседа. Через беседу возможно научить ребенка быть сдержанным и доброжелательным, развить в нем коммуникативные качества. Лучше всего данный метод совмещать с методом сказкотерапии, как обсуждение. Тогда детям будет легче рассказывать о своих переживаниях, ссылаясь на события в сказке [7].
- Релаксации и психодинамические медитации, позволяющие снять физическое и психическое напряжение после активной двигательной деятельности и после долгих мыслительных процессов [7].

Использование данных методов сформируют у детей эмоционально-мотивационные установки по отношению к себе, сверстникам и окружающим.

Таким образом, работа в сфере психологической коррекции эмоционально-волевой сферы личности младшего школьника должна носить комплексный и постоянный характер.

Литература

1. Анисимова Е.А. Роль игры в формировании волевых качеств личности младшего школьника // Социальная сеть работников образования nsportal.ru. 2011. URL: <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/dlya-kompleksov-detskii-sad-nachalnaya-shkola/2015/09/13/rol-igry-v-formirovanii>. (дата обращения: 05.10.2024).
2. Вилюнас В. К. Психология эмоций / В. К. Вилюнас, Ю. Б. Гиппенрейтер; Моск. ун-т. - Москва : Моск. ун-т, 1984. 288 с.
3. Гришина Р.М. Формирование сплоченного коллектива младших школьников // Социальная сеть работников образования nsportal.ru. 2016/ URL: <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2016/04/10/formirovanie-splochnogo-kollektiva-mladshih>. (дата обращения: 05.10.2024)
4. Ильин, Е. П. О соотношении понятий, характеризующих волевою активность человека / Е. П. Ильин // Эмоционально-волевая регуляция поведения и деятельности: тезисы Всесоюзной конференции молодых ученых. Симферополь, 1983. С. 71–85.
5. Козловская Н. А., Морозова И. С. Формирование нравственных чувств как детерминант развития психологически здоровой личности младшего школьника // Интеграция образования. 2007. № 3/4.
6. Колмогорова Л. С., Холодкова О. Г. Особенности становления психологической культуры младших школьников // Вопросы психологии. 2001. № 1.
7. Коротова В. И. Развитие коммуникативной компетентности младших школьников // Социальная сеть работников образования nsportal.ru. 2013. URL: <http://nsportal.ru/nachalnayashkola/mezhdistsiplinarnoe-obobshchenie/2013/03/21/tema-raboty-razvitie-kommunikativnoy> (дата обращения: 05.10.2024).
8. Мамедова Л. В., Павлова В. В. Диагностика эмоционально-волевой сферы у детей младшего школьного возраста. Иваново: Олимп, 2018. Т.8(40). С.31–34.
9. Мамедова Л. В., Полякова Е. А. Особенности развития эмоционально-волевой сферы младших школьников. Иваново: Олимп, 2016. Т. 12(1). С.128–131.
10. Пивоварова, Н. Л. Развитие эмоционально-волевой сферы младшего школьника / Н. Л. Пивоварова // Педагогическое мастерство и современные педагогические технологии: сборник материалов IV Международной научно-практической конференции. 2018. С. 69–71.
11. Психодиагностические методики // Глубинная психология. URL: <http://www.psyoffice.ru/3-0-praktikum-00275.htm> (дата обращения: 05.10.2024).
12. Семаго Н. Я., Семаго М. М. Теория и практика оценки психического развития ребенка. Дошкольный и младший школьный. 2005. 384 с.
13. Чевачина А. В., Курсанова А. М. Особенности развития эмоционально-волевой сферы девочек младшего школьного возраста, активно занимающихся спортом // Нижегородский психологический альманах. 2016. № 2 (4).

CORRECTION OF THE EMOTIONAL-VOLITIONAL SPHERE IN CHILDREN
OF PRIMARY SCHOOL AGE

Tumanova Ekaterina Vyacheslavovna
Master Student,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
kattumanova@mail.ru

Abstract. The article provides a definition of the concept of the emotional-volitional sphere and its components. The article examines the characteristics of the emotional-volitional sphere in primary school students, identifies the main areas of correctional work on the emotional-volitional sphere in primary school students, and selects methods for determining individual characteristics of the emotional-volitional sphere in primary school children. The article studies methods for correcting the emotional-volitional sphere in primary school children.

Keywords: emotional-volitional sphere, schoolchildren, correction, emotions, will, feelings, primary school age.

Научная статья
УДК 159.99

**Внутрисемейное нарушение личных границ ребенка
как основа формирования суицидального поведения**

© *Тыхеева Виктория Владимировна*

магистрант,

Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова

Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а

tyheevav@mail.ru

Аннотация. В статье рассмотрен вопрос нарушения личных границ ребенка как основа формирования суицидального поведения. Описаны основные виды границ личного пространства: духовные, эмоционально-психологические, физические, сексуальные, интеллектуальные. Рассмотрены нарушения границ личного пространства в контексте внутрисемейных отношений и их влияние на детскую психику. Так как, по мнению авторов, наиболее разрушающим воздействием обладает нарушение границ в условиях семьи, которая должна выступать гарантом безопасности и благополучия каждого ребенка.

Ключевые слова: суицидальное поведение, границы личного пространства, духовные границы, эмоционально-психологические границы, физические границы, сексуальные границы, интеллектуальные границы.

Мы живем в удивительное время научно-технического прогресса и развития различных научных направлений. Так, можно наблюдать значительный рост популяризации такой важной и интересной науки как психология. Ежегодно меняются различные подходы к изучению личности и поведению человека, появляется много интересных и необычных направлений психологии и психотерапии, каждое из которых старается с различных сторон заглянуть в сущность поведения человека. К сожалению, до сих пор остаются неизведанными и непонятными многие поведенческие стратегии и реакции человека на окружающую среду, например, возникновение суицидального поведения у несовершеннолетних. Да, есть много исследований, посвященных рассмотрению этого вопроса, происходит обучение специалистов-суицидологов, однако, на наш взгляд, причины формирования суицидального поведения настолько многогранны, что полностью сформированный научный взгляд на это явление и пути его профилактики можно будет увидеть лишь через десятки лет.

В научной психологической литературе можно увидеть различные причины возникновения суицидального поведения: жестокое обращение родителей, конфликты в личной жизни, буллинг со стороны сверстников, эпизоды сексуального насилия, нестандартная ориентация и многое другое [4, с. 136]. Однако, на наш взгляд, основу формирования суицидального поведения несовершеннолетних составляет нарушение границ личного пространства.

Понятие личных границ появилось в современной психологии сравнительно недавно. Личные границы представляют собой набор правил, которые помогают установить безопасные пределы поведения окружающих [2, с. 38]. Психологи выделяют различные виды границ личного пространства, однако нами будут рассмотрены самые важные и значимые для становления личности человека.

1. Эмоционально-психологические границы обеспечивают психологический комфорт и стабильность личности.

2. Духовные границы представляют собой комплекс ценностей, убеждений и принципов человека.

3. Физические границы обеспечивают физическую неприкосновенность человека.

4. Сексуальные границы позволяют осуществлять добровольный и осознанный выбор сексуального партнера.

5. Интеллектуальные границы подразумевают уважение к знаниям, мнению, мыслям, словам, взглядам, поступкам и действиям человека [2, с. 39].

Защищенные границы личного пространства обеспечивают комфортное и гармоничное существование личности. Умение защищать их формируется еще в детском возрасте. К сожалению, дети постсоветского пространства, зачастую, не обладают навыками защиты личных границ, которые начинают нарушать с ранних лет самые близкие люди – родители и близкие родственники. Связано это с распро-

страненностью деструктивной педагогики, которая пропагандировалась в Советском Союзе. Установки: «Родитель всегда прав», «Все будет так, как я скажу», «Не выделяйся среди остальных», «Не позорь меня» – все это отголоски жесткой советской педагогики и полное отсутствие понятия личных границ и последствий их нарушения. В рамках данной статьи мы не будем критиковать советские методы воспитания, так как считаем, что послевоенное время диктовало условия довольно жесткой жизни, поэтому у людей и не сформировался навык близких отношений и модели любви и принятия в семье. Однако, в рамках данной работы мы затронем влияние нарушений границ личного пространства на формирование суицидального поведения несовершеннолетних детей, основы которых, на наш взгляд, были заложены именно в деструктивной советской педагогике.

Начнем с нарушения эмоционально-психологических границ ребенка. Эмоционально-психологическое насилие включает в себя любое действие, вводящее в состояние эмоционально-психологического напряжения. К нарушению эмоциональных границ личного пространства относится: обесценивание чувств, эмоций, различные унижения. Также для нарушения рассматриваемого вида границ присущи такие виды психологического насилия как газлайтинг и висхолдинг. Газлайтинг представляет собой вид насилия, когда жертве пытаются внушить, что то, что она чувствует, неправда, то, что она видела, не соответствует действительности. Висхолдинг представляет собой вид насилия, основанный на избегании важных для человека разговоров, обсуждений, уход от ответственности, демонстрации ненужности важной темы [5, с. 30]. Мы считаем, что почти каждый человек в постсоветском пространстве сталкивался в детстве с подобными видами нарушения эмоционально-психологических границ, однако их систематичность может привести к необратимым последствиям для психики, создавая ощущение нереальности происходящего, второстепенности собственных чувств и эмоций, не позволяя человеку ощутить значимость собственной личности.

Интеллектуальные границы личного пространства ребенка могут быть нарушены следующим образом:

1. Блокирование визуально-пространственного формирования, представляющего собой возможность изучать предметы и вещи изнутри, придумывать различные истории, фантазировать. Зачастую родителями блокируется любая возможность ребенка побывать в другой, придуманной реальности, типичные фразы: «много хочешь-мало получишь», «дурак думкой богатеет», «мечтать не вредно» и т.д. Безусловно, посвятить в сложности взрослой жизни стоит обязательно, однако всему должно быть свое время, маленькому ребенку не интересно слышать о том, как тяжело быть взрослым. К сожалению, многим детям уже с малых лет прививают установку быть несчастными, не уметь радоваться мелочам и уходить в приятные мечтания.

2. Блокирование вербально-лингвистического формирования, выражающееся в запрете на выражение своих мыслей, донесении их до взрослых. Язык и коммуникация являются основой человеческого восприятия и работы репрезентативных систем, формирующих сознание. Речевой обмен наполнен довольно большим энергетическим потенциалом. Представители школы нейролингвистического программирования, например, считают, что речь является отражением внутреннего мира и прожитого опыта человека. И здесь мы с ними полностью согласны, речь – одна из важнейших высших психических функций человека, поэтому ее блокирование может привести к избыточным негативным внутренним диалогам, контролировать которые несовершеннолетний ребенок просто не в состоянии без профессиональной психологической поддержки.

3. Блокирование экзистенциального формирования. Пожалуй, один из самых пагубных форм уничтожения личности ребенка. Дети с нарушенным экзистенциальным формированием просто не ощущают себя в настоящей действительности, они не способны выбирать себя в этом мире и прочувствовать всю глубину значимости своей личности, потому как просто с ней не знакомы. Уже с самого раннего возраста многим детям внушается, что их внутренний мир – ничего не значащая среда обитания глупости, лени, безрассудства и неадекватных поступков. В какой-то момент своего взросления такие дети обнаруживают отсутствие смысла в поиске персональных ценностей.

4. Блокирование экспериментального формирования, выражающееся в запрете на осуществление интересной для ребенка деятельности, что делает невозможным возникновение ситуаций, в которых ребенок может познать собственный опыт. Типичные фразы родителей, блокирующих экспериментальное формирование своих детей: «Ты себя слышал вообще, ученик? Какое еще стихотворение ты там написал? Сиди дома, не позорь нас, а то выйдешь и сядешь в лужу». Такие слова родителей в

большинстве случаев приводят к тому, что дети просто отказываются от себя и своих интересов, яркость жизни таких детей сведена к нулю, так как интересы, которыми они живут, не принимаются самими важными и значимыми для них людьми [1, с. 161].

Нарушение границ физического пространства детей, к сожалению, не редкость в современном, и, казалось бы, цивилизованном мире. Для многих родителей нарушение физических границ – это наследие, которым они дорожат и даже гордятся. «Меня вот мой отец бил, и я вырос нормальным человеком» – типичные фразы-оправдания родителей-насильников. К сожалению, ребенок просто не в состоянии отличить нормальное родительское поведение от прямого жестокого насилия, поэтому дети, подвергающиеся физическому насилию в семье, не относятся к нему, как к чему-то ужасному, хотя внутри испытывают настоящий страх и ужас. Однако, физические границы могут быть нарушены не только в результате физического насилия, а также следующим образом.

1. Угроза отказом и оставлением в опасной ситуации. Часто можно наблюдать такую картину: ребенок плачет, капризничает, а мама произносит такую фразу: «Ну и оставайся здесь одна, а я пошла!». Казалось бы, безобидная фраза, однако для детской психики она фатальна. В такой момент ребенок понимает, что его бросает самый важный человек в мире, он теряет его любовь. Это страшная ошибка многих родителей, пытающихся таким образом воспитать в своем ребенке чувство ответственности.

2. Нарушение территориальных границ и имущества ребенка. В понимании многих родителей пространство ребенка не имеет для них границ. Многие вламываются к своим детям в комнату в любой момент, берут все, что им вздумается, просматривают сообщения в мессенджерах и др. В результате такого поведения ребенок может привыкнуть к деструктивному поведению взрослых и не чувствовать своего места в родном доме.

Нарушение сексуальных границ ребенка также довольно часто встречающаяся проблема в современном мире. В контексте формирования суицидального поведения значимым является такое нарушение сексуальных границ как сексуальное насилие, последствия которого для детской психики необратимы и требуют долгосрочной, профессиональной терапии. Довольно часто встречаются не просто случайные прецеденты сексуального насилия, но и инцеста, представляющего собой совершение полового акта между кровными родственниками.

Описанные примеры нарушения личных границ ребенка далеко не исчерпывающие, рассмотреть их в рамках одной статьи не представляется возможным. Однако, уже рассмотрев такие виды насилия над ребенком, можно понять одно – нарушение границ личного пространства ведет к потере связи личности с собственным «Я», к формированию мысли о ничтожности собственной личности и ненужности своего существования в этом мире. Реакции на нарушение границ личного пространства могут быть различны – это может быть как агрессия по отношению к близким, так и аутоагрессия, представляющая собой враждебные действия по отношению к самому себе. Это состояние возникает в ситуациях переноса агрессии с внешнего социально либо физически недоступного объекта. Проявляется на ментальном уровне – самообвинением, самоуничижением, навязчивыми мыслями, и на уровне действий – причинением физического вреда напрямую и косвенно (порезы, суицидальные попытки, пирсинг, анорексия). Суицидальное поведение в этом случае можно рассматривать с позиции привлечения к себе внимания и попыток доказать родным значимость своей личности, обратить их взор на себя. Однако, в запущенных формах суицидального поведения вплоть до самого суицида, ребенок просто не справляется с деструктивными установками и не видит смысла собственного существования. Зачастую при этом, имеет место регулярное нарушение всех границ личного пространства ребенка, в результате чего теряется связь с окружающей действительностью и полностью отсутствует понимание значимости собственной личности, что приводит к трагическим последствиям.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что в основе формирования суицидального поведения лежит нарушение границ личного пространства. Все остальные причины вытекают из этого. И, на наш взгляд, наиболее разрушающим воздействием обладает нарушение границ в условиях семьи, которая должна выступать гарантом безопасности и благополучия каждого ребенка. Поэтому каждому родителю не просто необходимо иметь физиологические и биологические факторы для рождения ребенка, но и быть подготовленным к воспитанию полноценной, зрелой личности, способной защищать границы своего пространства от любых негативных для психики воздействий, что будет способствовать профилактике суицидального поведения и становлению зрелой, осознанной личности.

Литература

1. Бартон М. В. Девочка. Девушка. Женщина / Марк Бартон. Москва: Издательство АСТ: Кладезь, 2021. 288 С.
2. Валиуллина Е. В. Психологические свойства личности и уровень ассертивности / Е. В. Валиуллина // Научное мнение. 2018. № 4. С. 37–41.
3. Горбушина А. В. Суицидальное поведение подростков: диагностика и профилактика: Учебное пособие / А. В. Горбушина, А. С. Власов. Киров : Межрегиональный центр инновационных технологий в образовании, 2021. 116 с.
4. Горщерук М. В. Причины суицидального поведения подростков / М. В. Горщерук, Е. В. Кирпичева // Молодежь: свобода и ответственность: материалы VI Владимирских духовно-образовательных чтений, Мичуринск-научноград, 08–16 ноября 2018 года. Мичуринск-научноград: Мичуринский государственный аграрный университет, 2019. С. 134–137.
5. Любов Е.Б., Носова Е.С. Суицидальное поведение в начале психических расстройств: отчаяние и надежда // Суицидология. 2017. Т. 8 № 2 (27) С. 28–32.

INTRA-FAMILY VIOLATION OF THE CHILD'S PERSONAL BOUNDARIES
AS THE BASIS FOR THE FORMATION OF SUICIDAL BEHAVIOR

Tykheeva Victoria Vladimirovna

Master Student,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
tyheevav@mail.ru

Abstract. The article deals with the issue of violation of the child's personal boundaries as the basis for the formation of suicidal behavior. The main types of boundaries of personal space are described: spiritual, emotional-psychological, physical, sexual, intellectual. The violations of the boundaries of personal space in the context of intra-family relations and their impact on the child's psyche are considered. Since, according to the authors, the violation of boundaries in the conditions of the family, which should act as a guarantor of the safety and well-being of each child, has the most destructive effect.

Keywords: suicidal behavior, boundaries of personal space, spiritual boundaries, emotional and psychological boundaries, physical boundaries, sexual boundaries, intellectual boundaries.

Научная статья
УДК 159.922.8

**Влияние уровня перфекционизма родителей
на стиль семейного воспитания и развитие детей и подростков**

© *Филатова Элина Владимировна*

магистрант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
filatova_elina1219@mail.ru

© *Тудупова Туяна Цибановна*

кандидат психологических наук, доцент,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
tuyanatu@mail.ru

Аннотация. В данной статье рассматривается влияние перфекционистских установок родителей на стиль семейного воспитания детей. Раскрываются и анализируются основные компоненты перфекционизма и их специфика в контексте детско-родительских отношений. Приводятся классификации стилей семейного воспитания отечественных и зарубежных исследователей. Рассматривается взаимосвязь между уровнем перфекционизма родителей и склонностью к авторитарному стилю воспитания. Анализируются потенциальные негативные последствия доминирования родительской перфекционистской направленности и авторитарного стиля воспитания для развития личности ребенка. Делается вывод о необходимости сбалансированного воспитания с разумными требованиями и безусловным эмоциональным принятием ребенка.

Ключевые слова: перфекционизм, стили семейного воспитания, авторитарный стиль, авторитетный стиль, детско-родительские отношения, личностное развитие, психологическое благополучие, эмоциональная поддержка, самооценка, привязанность, самоактуализация, тревожность, депрессия, дезадаптация.

Семья играет ключевую роль в развитии личности ребенка, формировании его ценностей, моделей поведения и отношения к окружающему миру. И выбор стиля семейного воспитания, принятый родителями, оказывает значительное влияние на психологическое благополучие детей, их самооценку, способность к адаптации и успешность в различных сферах жизни.

Одним из факторов, определяющих стиль семейного воспитания, является уровень перфекционизма родителей. Феномен перфекционизма давно привлекает внимание исследователей в различных областях психологии и психотерапии. В отечественной психологии данной проблематикой занимались такие ученые, как А. Б. Холмогорова, Н. Г. Гаранян, Т. Ю. Юдеева и др. Среди западных ученых, исследовавших феномен перфекционизма, можно выделить такие известные имена, как Г. Флетт, П. Хьюитт, Д. Баумринд, С. Кларк и др.

Под перфекционизмом в общем смысле понимается стремление человека к безупречности, недопущению ошибок и максимально высоким стандартам исполнения [1]. И, при этом, перфекционизм может быть связан как с позитивными личностными чертами (мотивация к росту, добросовестность, организованность), так и с негативными последствиями вплоть до психологических расстройств (заниженная самооценка, депрессия, тревожные состояния) [2].

В современных исследованиях, в том числе работах отечественных авторов Т. Ю. Юдеевой, Е. П. Ильина и др., перфекционизм рассматривается как многомерный конструкт, включающий следующие основные компоненты [3]:

1. Перфекционистские личностные стандарты и завышенные требования к собственным результатам деятельности.
2. Перфекционизм, ориентированный на других - нереалистичные ожидания по отношению к окружающим людям.
3. Озабоченность ошибками и негативная реакция на любые несовершенства [3].
4. Сомнения в качестве собственных действий и решений.
5. Организованность и стремление к порядку во всем [4].

Специфичной для ситуации родитель-ребенок является особенность перфекционизма, ориентированного на другого человека. Когда речь идет о детях, родители могут предъявлять к ним завышенные, иногда нереалистичные требования успешности и достижений, а также проявлять патологическую озабоченность ошибками и неудачами ребенка [3], что ложится в основу негармоничного стиля семейного воспитания.

В отечественной психологии широко используется классификация стилей семейного воспитания, предложенная А. Е. Личко и Э. Г. Эйдемиллером [5]:

1. Авторитарный стиль – это стиль воспитания, при котором родители практикуют жесткий контроль и высокую требовательность при низком эмоциональном принятии.
2. Либеральный/снисходительный стиль – преобладает недостаток требований и контроля со стороны родителей.
3. Индифферентный/попустительский стиль – наблюдается эмоциональная отстраненность родителей и минимум внимания к ребенку.
4. Авторитетный/демократический стиль – сочетание разумного контроля и требовательности к ребенку с эмоциональной поддержкой и принятием.

Похожие типологии семейных стилей предлагались зарубежными учеными, в частности Д. Баумринд выделяла авторитарный, авторитетный и свободный (индифферентный) стили [6].

Наиболее благоприятным для развития личности ребенка считается авторитетный демократический стиль воспитания, создающий атмосферу доверия, разумных требований и ожиданий.

Многочисленные эмпирические исследования как отечественных, так и зарубежных авторов демонстрируют тесную связь между уровнем перфекционизма родителей и стилем воспитания детей в семье.

В работе О. А. Шамшиковой было показано, что матери с завышенными требованиями к своим детям и озабоченностью ошибками чаще придерживаются авторитарного стиля воспитания, сочетающего доминирование, высокий контроль и дефицит эмоционального принятия ребенка, а в отдельных случаях эмоциональное отвержения в качестве наказания за ошибки [7].

В работе ученых-исследователей из Университета Восточной Англии С. Кларк и С. Кокер отмечается, что перфекционистские личностные стандарты родителей положительно коррелируют с авторитарным воспитательным стилем и негативно – с уровнем эмоциональной вовлеченности родителей в воспитание детей [8].

Схожие результаты были получены учеными Д. Кэмпбелл и А. ДиПаула из Университета Британской Колумбии, обнаружившими, что матери с выраженными перфекционистскими установками в наибольшей степени склонны к психологическому контролю над детьми в виде излишней критики, подрыва независимости, веры в свои силы, а также сверхвовлеченности в дела детей [9], что соответствует проявлениям доминирующего стиля воспитания.

Ряд зарубежных исследователей, таких как К. Бернер, В. Молинари, идут в своих исследованиях дальше и связывают материнский перфекционизм с повышенным риском развития расстройств пищевого поведения у дочерей. Матери-перфекционистки культивируют нереалистичные стандарты внешности и достижений, способствуя формированию фобий, дезадаптивных форм поведения, в том числе пищевой тревожности, у девочек-подростков, как следствие доминирующего, авторитарного подхода в вопросе воспитания [10].

Интересные данные были получены в работе Г. Флетта с коллегами, показавшие, что адаптивный уровень перфекционистских стандартов у матерей может быть связан с авторитетным демократическим стилем воспитания с сохранением автономии и принятия ребенка [11].

Как мы можем видеть, авторитарный стиль семейного воспитания, обусловленный перфекционизмом родителей, негативно сказывается на многих аспектах личностного развития, психологического и физиологического благополучия детей и подростков, а именно:

- завышенные требования и жесткий контроль приводят к формированию заниженной самооценки, хронической неуверенности, тревожным и депрессивным проявлениям у детей [12], а в крайних случаях к стойкому неприятию себя, безнадежности и риску подросткового суицида [13];
- в подростковом возрасте перфекционистские установки родителей повышают риск возникновения таких расстройств личности, как обсессивно-компульсивных, депрессивных, тревожных расстройств, а также проблем с пищевым поведением [13];

•эмоциональная холодность и дефицит поддержки со стороны родителей-перфекционистов затрудняют развитие надежной привязанности и базового доверия к миру [14];

• авторитарный стиль с преобладанием контроля над автономией препятствует независимости и самостоятельности ребенка в принятии решений, затрудняет его самоактуализацию [15];

• родители-перфекционисты транслируют дезадаптивные убеждения о чрезмерной важности привлекательной внешности, необходимости быть "идеальным" и недопущении малейших ошибок, снижая психологическую гибкость детей [16].

В противоположность авторитарному стилю воспитания и сопутствующему ему повышенному уровню родительского перфекционизма, можно отнести авторитетный, демократичный стиль воспитания. Разумные личностные стандарты родителей при сохранении эмоциональной близости и принятия индивидуальности ребенка не оказывают негативного влияния и могут положительно мотивировать ребенка к достижениям [6].

Подводя итог, можно сделать вывод, что выраженный перфекционизм родителей с его ключевыми компонентами (завышенные требования, озабоченность ошибками, негативная реакция на несовершенство ребенка) согласно данным отечественных и зарубежных исследователей создает предпосылки для формирования авторитарного стиля семейного воспитания. Излишний контроль, высокая требовательность и недостаток эмоциональной близости в таких семьях пагубно отражаются на развитии личности ребенка, препятствуют формированию теплых эмоциональных привязанностей и способствуют возникновению различного рода психологических, а нередко и психиатрических проблем.

В то же время умеренный перфекционизм родителей в виде разумных личностных стандартов при сохранении принятия и эмоциональной поддержки ребенка может быть компонентом авторитетного демократического стиля воспитания, наиболее благоприятного для гармоничного психологического развития детей [5].

Стоит отметить, что необходимо дальнейшее изучение роли перфекционизма, а также факторов (социальных, этнических, социально-антропологических и др.), обуславливающих влияние родительского перфекционизма на формирование личности ребенка, а также разработка учебных программ для родителей по повышению воспитательных компетенций в ключененасильственного авторитетного стиля воспитания, разработка практических рекомендаций для родителей по преодолению перфекционистских установок и формированию более сбалансированного подхода к воспитанию.

Литература

1. Гаранян Н. Г., Холмогорова А. Б., Юдеева Т. Ю. Перфекционизм, депрессия и тревога // Московский психотерапевтический журнал. 2001. № 4. С. 18–48.
2. Flett G., Hewitt P., De Rosa. Dimensions of perfectionism, psychological adjustment, and social skills // Personality and Individual Differences. 1996. Vol. 20. № 3. P. 143–150.
3. Юдеева Т. Ю. Перфекционизм как личностный фактор депрессивных и тревожных расстройств // Медицинская психология в России. 2011. № 2. С. 1–26.
4. Ильин Е. П. Работа и личность: трудоголизм, перфекционизм, лень. Санкт-Петербург: Питер, 2011. 224 с.
5. Эйдемиллер Э. Г., Юстицкис В. В. Психология и психотерапия семьи. Санкт-Петербург: Питер, 2008. 672 с.
6. Baumrind D. Effects of authoritative parental control on child behavior // Child Development. 1966. Vol. 37. № 4. P. 887–907.
7. Шамшикова О. А. Перфекционизм и удовлетворенность браком // Вестник ННГУ. 2009. № 6. С. 332–339.
8. Clark S., Coker S. Perfectionism, self-criticism and maternal criticism: A study of mothers and their children // Personality and Individual Differences. 2009. Vol. 47. P. 321–325.
9. Campbell J. D., Di Paula A. Perfectionistic self-beliefs: Their relation to personality and goal pursuit // Journal of Personality. 2002. № 8. P. 183–199.
10. Berner C. A., Molinari V. S. Maternal child-feeding practices and daughter's eating and weight concerns // Eating Behaviors. 2005. Vol. 17. №5. P. 681–696.
11. Flett G. et al. Perfectionist tendencies of parents and children: various connections with the characteristics of children // Personality and individual differences. 2001. Vol. 31. No. 3. P. 463–476.
12. Blankstein K., Flett G., Hewitt P., Eng A. Self-reported fears of perfectionists: an examination with the fear survey schedule // Personality and Individual Differences. 1993. Vol. 15. P. 323–328.
13. Donaldson D., Spirito A., Farnett E. The role of perfectionism and depressive cognitions in understanding the hopelessness experienced by adolescent suicide attempters // Child Psychiatry and Human development. 2000. V. 31. № 2. P. 99–111.
14. Rose P. Developing a secure attachment in children with perfectionist parents // Development and Psychopathology. 2002. № 14. P. 359–373.

15. Hewitt P., Flett G., Blankstein K., Mosher S. Components of perfectionism and self-actualization // J-I of Social Behaviour and Personality. 1991. V. 6. № 2. P. 147–160.

16. Davis C., Claridge G., Fox J. Not just a pretty face: physical attractiveness and perfectionism in the risk for eating disorders // International J-I of eating disorders. 2000. V. 27. № 1. P. 67–73.

THE IMPACT OF PARENTS' PERFECTIONISM LEVEL ON THE STYLE
OF FAMILY UPBRINGING AND THE DEVELOPMENT OF CHILDREN AND ADOLESCENTS

Filatova Elina Vladimirovna

Master Student,

Dorzhi Banzarov Buryat State University

24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia

filatova_elina1219@mail.ru

©*Tudupova Tuyana Tsibanovna*

Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,

Dorzhi Banzarov Buryat State University

24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia

tuyanatu@mail.ru

Abstract. This article examines the influence of perfectionist attitudes of parents on the style of family education of children. The main components of perfectionism and their specificity in the context of child-parent relations are revealed and analyzed. Classifications of family education styles of domestic and foreign researchers are given. The relationship between the level of perfectionism of parents and the tendency to an authoritarian parenting style is considered. The potential negative consequences of the dominance of a perfectionist authoritarian parenting style for the development of a child's personality are analyzed. The conclusion is made about the need for a balanced upbringing with reasonable requirements and unconditional emotional acceptance of the child.

Keywords: perfectionism, family parenting styles, authoritarian style, authoritative style, child-parent relationships, personal development, psychological well-being, emotional support, self-esteem, attachment, self-actualization, anxiety, depression, disadaptation.

Научная статья
УДК 613.84-053.82-084(0754)

**Никотиновая зависимость в зрелом возрасте
как психологическая проблема**

© *Фомина Ирина Сергеевна*

магистрант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
irinafomina2001@mail.ru

© *Тудупова Туяна Цибановна*

кандидат психологических наук, доцент,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
tuyanatu@mail.ru

Аннотация. В статье никотиновая зависимость лиц зрелого возраста рассматривается как психологическая проблема. Отмечается, что никотиновая зависимость проявляется как на физиологическом, так и на психологическом уровне. Выявлены психологические детерминанты никотиновой зависимости в зрелом возрасте.
Ключевые слова: никотиновая зависимость, зрелый возраст, психологические детерминанты.

Психологическая никотиновая зависимость – это состояние, которое сопровождается желанием потребления табачных продуктов, обусловленное психологическими факторами. Психологический аспект никотиновой зависимости обусловлен чаще всего привязанностью к курению, которая происходит из-за каких-либо эмоциональных, социальных и психосоциальных триггеров, таких как стресс, общение с какими-либо группами людей, которые также зависят от табакокурения, и различные ритуалы, связанные с курением.

Очень часто люди начинают курить с раннего детства. Но что заставляет ребенка взяться за свою первую сигарету? Это может быть и пример родителя, и давление социальной группы, в которой развивается ребенок, и пример кумира (актера, персонажа, музыканта и т.д.). На сознание ребенка может повлиять очень много факторов, которые заставят выкурить первую сигарету, и затем в течение какого-то времени продолжать курить. Но что заставляет взрослого осознанного человека продолжать это дело годами? Мною был проведен опрос среди курильщиков возрастом 23-30 лет. Всего опрошенных было 60 человек, которым предоставлялся один вопрос: что заставляет вас продолжать курить, не рассматривая физиологическое желание. На основе этих данных были выделены три группы факторов, которые заставляют людей продолжать вести нездоровый образ жизни, связанный с периодическим употреблением табака.

1. Трудности коммуникации. В одном случае человеку сложно адаптироваться новой компании, в таких случаях он использует совместное курение как способ сблизиться с новыми людьми. Конечно, это работает только в тех случаях, когда люди из этой компании также являются зависимыми от никотина. В другом случае, человек может давно находиться в той или иной социальной группе, но при этом он может в какой-то момент почувствовать дискомфорт и, чтобы заслониться от общества, человек берет в руки сигарету, придавая себе более уверенный вид.

2. Снятие стресса. Есть мнение, что сигарета может снять стресс и уменьшить психическое напряжение. Но это не так. Далеко не сигарета уменьшает психическое напряжение, а перерыв, который делает человек, во время тяжелой стрессовой ситуации. Людям, которые бросили курить, очень важно это понять, так как именно в стрессе, когда сознание затуманивается, человек может сорваться, считая, что только сигарета сейчас может помочь ему.

3. Сигарета как ритуал. Ритуалов достаточно много, для каждого из опрошенных они были разные. Один из таких ритуалов скрывается в поговорке: «После сытного обеда, чтобы жиром не заплывать, нужно срочно покурить». Так, используя эту поговорку, возможно, в шутку, но постоянно, после каждого приема пищи, человек испытывает потребность в никотине. Также имеет место быть мифу о том,

что автобус приедет быстрее, если человек закурит сигарету. Таким образом, даже если автобусы приезжают намного позже после выкуренной сигареты, все равно у человека появляется в жизни еще один ритуал как курение на остановке в ожидании автобуса. Еще можно привести ритуал, связанный с перерывом. Когда человек устает от какого-либо вида деятельности, он идет на перерыв. Такой перерыв специально люди называли «перекуром», что укрепило в сознании курящих людей психологическую зависимость от курения.

Это были самые популярные ритуалы среди опрошенных людей, некоторые варианты ответов дали понять, что ритуалы формируются внутри определенных групп и могут сильно отличаться от общепринятых периодических действиях курильщиков.

Большинство и курящих, и некурящих людей знает о вреде никотина со стороны физиологии человека, сюда относят болезни и сердца, и легких, и щитовидной железы, и ротовой полости в целом; у курящих людей высока вероятность заболевания раком, туберкулезом; иммунитет у никотинозависимых очень ослаблен. Физиологические последствия от курения могут быть различны, и много кто о них знает. Но что касается психологических последствий?

Доктор Алекс Дриган через свои исследования показал нам, что по мере старения курящего человека заметно снижается когнитивная функция его мозга. Так, курение оказывает негативное влияние на процесс мышления, на умственную деятельность, что в дальнейшем может значительно увеличить риск сердечного приступа и инсульта.

Частое и систематическое курение у людей истощает нервные клетки, вызывая преждевременное утомление и снижение активирующей способности мозга при решении задач логико-информационного типа. Следует отметить, что отсюда вытекает также и нарушение соотношенности нормального режима труда и отдыха, так как постоянное желание «выйти на перекур» не дает курильщику доделать начатое до конца в течение выделенного на это времени. Подобное нарушение проявляется и в долгих поездках, и в затянутых совещаниях, и в других долговременных мероприятиях.

Стоит отметить, что совокупное действие ядовитых веществ, которые содержатся в сигарете, напрямую влияет на психоэмоциональное состояние человека: повышается уровень раздражительности, у некоторых – плаксивости, увеличивается риск развития тревожности, панических атак, снижает уровень выносливости.

Таким образом, мы видим, что никотиновая зависимость является серьезной проблемой, имеющей свои психологические последствия, не менее страшные и опасные, чем физиологические. Работа с курильщиками должна быть структурированной и глубокой, так как для каждого курящего человека есть свои причины для начала курения, которые стоит разбирать по отдельности, устанавливая соответственные причинно-следственные связи.

Литература

1. Амлаев К. Р. Табакокурение: эпидемиология, клиника, лечение, профилактика и нормативное регулирование // Медицинский вестник Северного Кавказа. 2018. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tabakokurenije-epidemiologiya-klinika-lechenieprofilaktika-i-normativnoe-regulirovanie> (дата обращения: 28.05.2024).
2. Андреева Е. А. Как определить, курит ли ваш ребенок. Москва: АСТ, 2006.
3. ВЦИОМ. Курение в России: мониторинг. 12 июля 2022 г. URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/kurenije-v-rossii-monitoring-2022> (дата обращения: 28.05.2024).
4. Демин, А. К. Прекращение употребления табака и лечение табачной зависимости. Научно обоснованные рекомендации / А. К. Демин. Москва; Вашингтон: Общественное здоровье. 2013. 244 с. URL: <https://psychiatr.ru/download/1454?view=1&name=Рекомендации.pdf> (дата обращения: 28.05.2024).
5. Заневский В. П. Комбинированная терапия никотиновой зависимости / В. П. Заневский, А. В. Копытов, В. П. Максимчук // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. 2011. № 1. С. 51–56.
6. Кукес В. Механизмы формирования никотиновой зависимости / В. Кукес, В. Маринин, Е. Гаврисюк // Врач. 2011. № 3. С. 14–18.
7. Корнетов А. Н. Психобиографические показатели юношей, употребляющих никотин / А. Н. Корнетов // Ученые записки университета Лесгафта. 2016. № 2(132). С. 4–7.
8. Никитенко М. А. Особенности детско-родительских отношений у лиц с зависимостью от табакокурения / М. А. Никитенко, А. В. Шаболатас // Вестник СПбГУ. Серия 12. Социология. 2011. № 3. С. 207–213.
9. Пономарева Т. Н. Рефлексотерапия при никотиновой зависимости / Т. Н. Пономарева, В. А. Куташов // Молодой ученый. 2016. № 7(111). С. 421–426.
10. Сапунов В. Б., Углов М. В. Человек: гармония социального и биологического. Санкт-Петербург: Изд-во Политех. ун-та, 2016. 240 с.

11. Синдром зависимости от табака, синдром отмены табака у взрослых: клинические рекомендации Минздрава России. Москва: Минздрав России, 2018. С. 53. URL: <https://narcologos.ru/89710> (дата обращения: 28.05.2024).

12. Старшенбаум Г. В. Независимость. Как избавиться от психологической или химической зависимости / Г. В. Старшенбаум. Москва: АСТ, 2018. 420 с.

NICOTINE ADDICTION IN ADULTHOOD
AS A PSYCHOLOGICAL PROBLEM

Fomina Irina Sergeevna
Master Student,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
Irinafomina2001@mail.ru

Tudupova Tuyana Tsibanovna
Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
tuyanatu@mail.ru

Abstract. In the article, nicotine addiction in adults is considered as a psychological problem. It is noted that nicotine addiction manifests itself both at the physiological and psychological levels. Psychological determinants of nicotine addiction in adulthood have been identified.

Keywords: nicotine addiction, adulthood, psychological determinants.

Научная статья
УДК 159.98

**Приемы манипуляции у менеджеров по продажам,
влияющие на мышление покупателей**

© *Хишектужева Эржена Намсараевна*

магистрант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
Asahina2014@mail.ru

© *Дарижанова Марина Николаевна*

кандидат психологических наук, доцент,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
darizharovam@mail.ru

Аннотация. В настоящей статье рассматриваются приемы использования окружения в физическом магазине, влияющие на поведение и мышление покупателей. В статье содержится информация, позволяющая потенциальным покупателям, то есть практически всем людям, распознавать манипуляции как психологические, которые могут осознаваться среднестатистическим потребителем, так и более скрытные, воздействующие на эмоции человека, его психологическое состояние и даже на его физиологию или его чувство эстетики, «прекрасного».

Ключевые слова: манипуляция, манипулятивное влияние, менеджер по продажам, маркетинг, супермаркет, поведение, покупатель, психологическое воздействие, мышление.

На сегодняшний день в открытом доступе находятся материалы и методики манипулирования потребителем, которые призваны помогать менеджерам по продажам и владельцам магазинов увеличивать свою прибыль. Они распространены и пользуются успехом несмотря на то, что потенциальный покупатель в любой момент может достать свой телефон и вписать в поисковую строку запрос с самой простой формулировкой на данную тему и ему высветится более 20 страниц в интернете на статьи и пособия от маркетологов для маркетологов. Среднестатистический покупатель не задумывается над тем, что им могут управлять при помощи расстановки товаров, дизайна интерьера, запахов, акций и систем лояльности, так как «лояльность» как раз-таки исходит не от магазина к покупателю, а наоборот. Именно благодаря покупателям все успешные крупные бренды и сети магазинов продолжают свое существование.

Несмотря на актуальность и то, какое количество времени существует данный феномен, у ученых и исследователей нет точного определения, что такое «манипуляция». Термин «манипуляция» берет свое начало от латинского *manipulus* (*manus* – рука и *ple* – наполнять). Манипуляция «живет» практически во всех сферах жизнедеятельности человека – начиная от простого, бытового уровня общения с семьей, друзьями или партнером, заканчивая окружающим нас миром со всевозможными рекламными лозунгами и стратегиями менеджеров по продажам крупных брендов или магазинов разной специфики без исключения. Есть также и другое значение данного термина, а именно взаимодействие с чем-либо для получения определенного результата, например, манипулирование в программировании и IT-сфере с кодом или программой, либо же в научном смысле манипулирование с предметом исследования, прямой контакт с ним.

Термин «манипуляция» в принципе создает у человека впечатление негативное и стереотипное – «это когда тобой пытаются управлять, пытаются повлиять на твои действия, когда на тебя воздействуют со стороны в корыстных целях, когда тебя используют». В психологии зачастую встречается такое значение, подчеркнуто несущее в себе аморальную, латентную черты, в коммуникации в социуме, например, Юренков В.В. описывает «манипуляцию как деятельность, производную от деятельности управления, при этом акцентируется внимание на одном из ее наиболее существенных признаков – на тайном характере воздействия. Таким образом, манипуляцию можно считать скрытым управлением объекта манипулирования» [11, с. 56]. А по мнению классика отечественной психологии манипуляции Е. Л. Доценко «Манипуляция — это вид психологического воздействия, искусное исполнение

которого ведет к скрытому возбуждению у другого человека намерений, не совпадающих с его актуально существующими желаниями» [1, с. 304]. В целом, у обоих исследователей схожие точки зрения на манипуляцию – это скрытое влияние на определенный объект.

В настоящей статье мы будем использовать термин «манипуляция» и в первом его значении, и во втором: мы будем рассматривать то, как менеджеры по продажам размещают предметы и товары в помещении магазина, то есть буквально манипулируют с окружением, и то, как это воздействует на потенциальных покупателей и какие психологические приемы используют магазины, то есть манипуляцию мышлением потребителей.

Стоит отметить, что менеджеры по продажам никогда не ставят главной своей целью помочь потребителям и делать их жизнь лучше, в первую очередь – это бизнес, и это понимают все маркетологи. Цель манипуляции в маркетинге – обогащение и процветание за счет управления чужим поведением и мышлением. Как мы и отметили ранее то, что благосостояние покупателей для бизнеса не главная, но стоит признать, что все-таки значимая цель, ведь если преследовать только жажду богатства, не принимая во внимание желания покупателей, то такая стратегия долго не проживет и ее нельзя будет назвать успешной. Манипуляцию в маркетинге невозможно считать «чистым злом», так как благодаря, например, системе лояльности: накопление баллов, дисконтные карты и акции, человек может купить необходимые ему товары и увеличить свою «благосклонность» к данному магазину. В таком случае манипуляция считается обоюдовыгодной – магазин получает постоянного покупателя, который будет предпочитать покупать товары именно в данном магазине, а не у конкурентов, а покупатель получает скидки и выгодные условия благодаря системе лояльности; в этом и кроется ее истинная цель – «привязать» к себе.

Предлагаем рассмотреть приемы манипуляции на поведение и мышление покупателя на примере сети магазинов «Николаевский», одной из самых крупных сетей супермаркетов в Республике Бурятия, стоящей в одном ряду с «Титаном» и «Абсолютом»; это обусловлено тем, что исследование проводится в Республике Бурятия, где отсутствуют «гиганты» розничной торговли продуктами, такие, как «Пятерочка», «Магнит», «Лента», «Дикси», «ВкусВилл» и другие.

По результатам опроса респондентов «Николаевский» является наиболее предпочитаемым вариантом в плане оформления, удобства и дизайна магазина (приятная, эстетичная атмосфера, красивые вывески и указатели и так далее), а также в плане «политики доброжелательности». Сеть магазинов располагает к себе, начиная со своего месторасположения и формата магазинов: большие супермаркеты с широким ассортиментом товара, магазины «у дома», где продаются самые необходимые продукты ежедневного потребления и маленькие павильоны, они же «мясные лавки». Большие супермаркеты находятся вдоль больших и людных улиц у дороги, привлекают внимание светящимися вывесками и большими баннерами с текущими акциями на товары; маленькие магазины находятся чуть дальше, в глубине домов, куда можно «сбежать» за хлебом и молоком в течение пяти минут.

«Политика доброжелательности» же заключается в следующем: магазин имеет в предложении бонусные карты, по которым предоставляется эксклюзивная скидка и на которых можно копить баллы и позже списать (покупатель чувствует себя «особенным», дополнительная скидка мотивирует приобрести бонусную карту, а наличие разных уровней лояльности в системе этой карты мотивирует дальнейшие покупки. На чеках внизу прописано, на какую сумму необходимо совершить следующую покупку, чтобы подняться на следующий уровень с более выгодными условиями пользования); на входе практически каждого магазина сети есть наклейки, гласящие, что можно фотографировать, разрешен вход с домашними животными, разрешен вход со своей едой (это отличает «Николаевский» от всех других магазинов, не только супермаркетов); существует особая акция «семейная среда» – суть ее заключается в том, что если покупатели приходят со своими детьми с открытия магазина до 17:00 и они используют бонусную карту, на нее начисляется «кэшбэк» от покупки в размере 30% (опять же, покупатель с большим желанием решит купить продукты именно в этом магазине, а не в другом); если покупателю попадет товар с истекшим сроком годности, его заменят на аналогичный, но свежий, а также он доставляется покупателю бесплатно (акция «гарантия качества». Такая акция поднимает настроение покупателю из-за бесплатного «подарка» и опять же мотивирует его желание приходить снова и снова); а также есть постоянная акция «акции недели», где определенные товары в ограниченный период продаются по меньшей цене (в магазине буклеты с данной акцией имеются в свободном доступе у кассы и «падают на глаза» всем покупателям, и когда они видят в буклете товар, в котором не особо нуждаются, у них появляется желание купить даже несколько штук, чтобы «не упустить выгоду», так

как предложение временное). Все это рождает у покупателей теплое отношение к «Николаевскому» и желание покупать продукты именно здесь.

Что касается манипуляции с окружением в магазинах, в «Николаевском» грамотно распределены зоны товаров. Например, хлебобулочные изделия и пицца собственного производства расположены недалеко от входа, завлекая покупателей запахом свежеприготовленной пиццы. В «акциях недели» всегда присутствует какой-либо вид пиццы, а так как этот буклет берут практически все покупатели после похода в магазин, они задумываются: может, стоит купить одну пиццу по низкой цене? После покупки свежей пиццы следует ожидание в 10 или 15 минут в зависимости от загруженности пекарей, что опять же дает человеку возможность вспомнить, что нужно купить домой и побродить по магазину и прикупить еще несколько продуктов.

Отдельного внимания заслуживает секция свежих овощей и фруктов. Здесь все выложено логично: свекла, картофель и другие овощи, которые являются корнеплодами, располагаются внизу, огурцы и помидоры посередине, а наверху находятся зелень и легкие овощи, например, перец. Это позволяет покупателю не запачкать свои вещи в земле и купить все необходимые продукты. Во многих магазинах сети можно не взвешивать такие товары самостоятельно, за покупателя это сделают на кассе, что тоже является удобством для него. Рядом со стеллажами располагается тележка с фруктами и овощами не первой свежести «по уценке» на случай, если продукты на полке являются слишком дорогими для потребителя. Для магазина лучше продать это, чем просто отправить на списание.

«Красивая» выкладка товаров используется во всех магазинах, в том числе и в «Николаевском». Правило золотого сечения – глаз покупателя падает на полку на уровне глаз, далее минует среднюю полку и падает на полку чуть ниже. Там выкладываются товары с наиболее высокой ценой либо же с истекающим сроком годности, товаром, от которого нужно быстрее избавиться. На таких товарах часто можно увидеть наклейку, на которой написан процент скидки. У некоторых покупателей разыгрывается азарт, когда они вспоминают об акции «гарантия качества», а это в свою очередь заставляет их проводить в магазине как можно больше времени и искать определенные товары. Нижняя же полка в прикассовой зоне направлена на детей в возрасте до 10 лет, там расположены сладости и игрушки, и пока родитель стоит в очереди, ребенок начинает исследовать «свою» полку и спрашивать родителя приобрести для него что-то.

Тихая и спокойная музыка и яркий теплый свет в магазине способствуют неспешной «прогулке» по магазину и наслаждению тому, что человек находится в приятном месте. Неторопливому «изучению» товаров способствует и то, что на многих продуктовых тележках специально по особому образцу установлены колесики так, что если покупатель идет слишком быстро, тележка начинает стучать об плитку пола и привлекать к себе внимание окружающих. Это скорее всего нацелено на покупателя с тревожным типом личности или с социофобией, которому не будет хотеться привлекать к себе излишнее внимание и переживать по этому поводу. Также существуют кассы самообслуживания для покупателей, которые хотят свести контакты с другими людьми к минимуму, например, интроверты.

В данной сети магазинов есть два вида тележек – полноценная большая и маленькая корзина, которую можно соединить с ножками на колесиках и получить маленькую тележку. Здесь присутствует элемент «обратности», то есть большинство магазинов наоборот увеличивают размер тележки, пытаясь воздействовать на людей, заставляя их испытывать желание заполнить тележку большим количеством продуктов. Многие покупатели знают такой прием и относятся к нему негативно не только из-за явной манипуляции, но и из-за неудобства использования такой большой тележки, так что оригинальность менеджеров по продажам «Николаевского» здесь напрямую влияет на покупателя, он думает, что тут позаботились о его удобстве. В целом, это и сделано для того, чтобы покупатели не уставали нести в руке тяжелую корзину и не хотели побыстрее прийти к кассе «пробить» товары. Комфорт для покупателя в магазине – залог большей суммы чека, так как чем дольше человек находится в магазине, тем выше шанс того, что он найдет что-то, что ему захочется купить дополнительно.

В торговых залах данной сети магазинов будет сложно заметить охранников. Они существуют, но в большинстве своем следят за порядком по камерам наблюдения. Менеджеры по продажам осознают, что многим покупателям некомфортно физическое присутствие охранника рядом, это вызывает дискомфорт и желание побыстрее уйти из магазина. Покупатель, если рядом с ним не стоит охранник, не будет отвлечен мыслями о том, что его могут остановить и попросить показать сумку или мыслями о том, что он выглядит подозрительно, он будет думать о том, что ему еще нужно купить.

Снаружи магазин тоже привлекает к себе внимание – часто можно встретить неоновые вывески и графичные рисунки с кофе и выпечкой собственного производства. «Николаевский» в своих супермаркетах обустроивает специальную зону, «кафетерий», где можно сесть за стол и поесть не выходя из магазина. Потребитель посчитает, что выгоднее будет поесть прямо здесь и сейчас, чем идти искать кофе и тратить время на заказ еды и поиски места, а так как в продуктовых магазинах еда дешевле, чем в полноценном кафе, здесь играет на руку и желание потребителя сэкономить средства. В такой зоне есть столы, стулья, диваны, бойлер с кипятком, микроволновая печь, одноразовая посуда и мусорный контейнер. Чаще всего эта зона располагается рядом с пекарней, и человек может приобрести и кофе, и пончики, и круассаны, пока ждет свой заказ. На практике в таких зонах почти всегда есть люди, особенно во время обеденного перерыва.

Таким образом мы пришли к выводу, что манипуляции с окружением в магазинах влияют на мышление покупателей. Менеджер по продажам ставит перед собой цель заставить потенциального покупателя зайти в магазин и задержаться в нем подольше, четко осознавая значимость комфорта покупателя не только физического, но и психологического. Система лояльности и с умом созданное окружение в магазине способны повысить доход торговой точки и увеличить проходимость людей в магазине. Покупатель же в свою очередь получает удовольствие от нахождения в приятной обстановке и готов проводить в таком месте как можно больше времени, задерживая свое внимание на полках с товаром.

Литература

1. Доценко Е. Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита. 3-е изд. Москва: Речь, 2003. 304 с.
2. Колесникова Г. И. Манипуляции: техники успешного общения. Ростов н/Д, 2011.
3. Митрохин В. А. Социум, информация, техника: проблемы взаимовлияния / В. А. Митрохин // Балтийский гуманитарный журнал. 2019. Т. 8. № 4 (29). С. 364–366.
4. Найденов И. А. Психологические средства манипуляции сознанием потребителя в рекламе // Язык и личность в поликультурном пространстве: сборник статей / под редакцией И. Н. Авдеевой. Москва. 2017. С. 120–123.
5. Посьпанова О. С., Воробьева О. С. К вопросу о критериях и границах понятия "манипуляции потребителем" // Прикладная юридическая психология. 2015. № 2.
6. Сур Е.И. Манипуляция: понятие, основные признаки и структура // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2012. № 3.
7. Татаринков К. А., Зверев А. Ф. психологические инструменты манипуляции поведением потребителя // АНИ: педагогика и психология. 2020. № 3 (32).
8. Федосенко А. А. Маркетинговые манипуляции как способ трансформации потребительского поведения. Вестник Российского экономического университета имени Г. В. Плеханова. 2022. (4). С. 205-211.
9. Чупракова Е. В. Использование средств манипуляции в рекламе / Е. В. Чупракова // Научный поиск в современном мире: сборник материалов XII Международной научно-практической конференции. 2016. С. 132–134.
10. Шейнов В. П. Психологическое влияние. Минск, 2011.
11. Юренков В. В. Манипуляция как вид деятельности // Социально-политические науки. 2014. № 3.

SALES MANAGERS' MANIPULATION TECHNIQUES THAT INFLUENCE BUYERS' THINKING

Khishektueva Erzhena Namsaraevna
Master Student,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
Asahina2014@mail.ru

Darizhapova Marina Nikolaevna
Cand. Sci. (Psychology), A/Prof.,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
darizhapovam@mail.ru

Abstract. This article examines how a physical store environment can be used to influence customer behavior and thinking. The article contains information that allows potential buyers, that is, almost all people, to recognize both psychological manipulations, which can be recognized by the average consumer, and more secretive ones that affect a person's emotions, his psychological state and even his physiology or his sense of aesthetics, «beautiffulness».

Keywords: manipulation, manipulative influence, sales manager, marketing, supermarket, behavior, buyer, psychological influence, thinking.

Научная статья
УДК 159.98

**Гаджетомания школьников
как одна из важнейших проблем практической психологии**

© *Хобракова Димид Батоболотовна*

кандидат философских наук, педагог-психолог,
Россия, 670018, Иволгинский р-н, с. Поселье
gdimid88@mail.ru

Аннотация. Статья посвящена изучению проблемы компьютерной зависимости и гаджетомании среди школьников. Приведены результаты опроса обучающихся МОУ «СОШ Поселья» по вопросам гаджетомании. Показаны выводы о том, что одним из самых действенных способов решения проблемы гаджетомании подростков является трудотерапия и вовлечение их во внеучебную деятельность. Подчеркивается, что трудовое воспитание и внеучебная деятельность для детей должна быть не наказанием, а полезным и интересным времяпрепровождением, когда обучающиеся развиваются и приобретают необходимые навыки общения и социализации.

Ключевые слова: компьютерная зависимость гаджетомания, гаджеты, профилактика гаджетомании, дополнительное образование, подростки, обучающиеся, трудотерапия, внеучебная деятельность.

Ни для кого не секрет, что одной из серьезнейших проблем современности является компьютерная зависимость и гаджетомания у школьников. Подростки, имеющие склонность к гаджетозависимости, в большей степени проявляют агрессивность, тревожность и асоциальное поведение.

Эта проблема начинает формироваться еще в самом начале жизнедеятельности малыша. Детям с младшего возраста доступны различные гаджеты начиная от смартфонов и планшетов, заканчивая персональными компьютерами. Огромной проблемой является то, что мамочки сами вручают своим малышам планшеты для того, чтобы «освободить себя или свое время» от детей, а те в свою очередь привыкают, думая, что это нормально. Большинство матерей таким образом успокаивают своих детей во всех возможных ситуациях: в очередях, в транспорте, в гостях, дома и т.д. Получается, что ребенок приходит в школу уже зависимый от гаджетов.

Эта ситуация ухудшается в школе, так как современные школьники выполняют домашние задания при помощи интернета с различных устройств, учебные материалы и книги держат в электронном виде на планшете или смартфоне. Кроме всего этого, в период распространения коронавирусной инфекции абсолютное большинство образовательных организаций перешло на дистанционное обучение или на обучение с применением дистанционных образовательных технологий.

Стоит отметить, что выделяют два базовых психологических механизма, определяющих образование компьютерной зависимости: уход от реальности и принятие роли другого (роли виртуального героя, роли «вымышленного себя»). Эти механизмы всегда работают одновременно, но один из них может превосходить другой по силе влияния на формирование зависимости. Основными причинами возникновения компьютерной зависимости и гаджетомании являются неумение организовывать досуг; дефицит внимания и общения; стремление заменить гаджетом или компьютером взаимодействие и общение с людьми; потребность уйти от проблем реального мира; подражание, уход из реальности вслед за друзьями; низкая самооценка и неуверенность в себе, зависимость от мнения окружающих людей [1, с. 41].

Поэтому с целью выявления проблемы гаджетозависимости у школьников нами был проведен опрос обучающихся 5-7 классов МОУ «СОШ Поселья» Иволгинского района Республики Бурятия, в котором приняли участие 498 человек.

Результаты опроса следующие:

69% обучающихся не скрывают, что проводят за компьютером или гаджетами более 8-ми часов в сутки; 14% - указали, что «сидят» за компьютером или гаджетами от 5 до 8 часов; 10% - от 2 до 5 часов; и только 7% опрошенных ответили, что уделяют гаджетам не более 2-х часов. При этом, по результатам опроса родители ограничивают время проведения за гаджетами, но не всегда. Это происходит с одной стороны, потому что родители заняты и не могут их проконтролировать. С другой стороны, родители сами большое количество времени проводят за различными устройствами, не обращая внимания на

детей. 34% респондентов ответили, что их самочувствие после использования гаджетов замечательное. 36%, что неплохое. 40% - ответили, что им не очень хорошо после использования компьютера.

На вопрос: «Какое расстояние от Ваших глаз до монитора вы считаете безопасным для Ваших глазных яблок?», - участники опроса ответили следующим образом: 10-20 см – 21%; 50-60 см – 39%; 90-120 см – 12%; любое расстояние безопасно – 28%. Всегда сидят прямо – 14% респондентов, 13% опрошенных сидят за компьютером сгорбившись, опираясь на локти. Никогда не обращали внимания на то, каким образом они сидят перед компьютером – 73% опрошенных. Большинство обучающихся (прошедших опрос) предпочитают читать электронные книги (79%), обычную – 21%. Кроме всего этого, детям не хватает одного гаджета, они хотят иметь больше устройств. По результатам опроса, хотя бы 2-мя гаджетами хотят владеть 68% обучающихся; хотя бы 3-мя – 17%; 4 и более – 7%; 8% респондентов ответили, что им хорошо и без гаджетов. Судя по ответам, 56% детей имеют проблемы со зрением, 44% - нет. Большинство обучающихся ответили, что используют телефон для выхода в интернет – это 98%. Слушают музыку – 76% опрошенных. Используют телефон как фотоаппарат/видеокамеру – 76%. Для общения – 85%. Играют на телефоне – 87% обучающихся. Используют телефон в учебных целях: для хранения шпаргалок – 54% опрошенных; как диктофон – 12%; для хранения расписания – 89% обучающихся; как калькулятор – 98%.

Таким образом, большинство обучающихся проводят слишком много времени за компьютерами и гаджетами, хотя родители вводят ограничения по времени. Однако, это ни к чему не приводит, так как ограничения только «на словах». Не стоит забывать, что излишнее увлечение различными гаджетами ведет к определенным негативным последствиям, не только физического (проблемы со зрением, нарушения осанки, головные боли, быстрая утомляемость, снижение аппетита и т.д.), но и психологического характера (повышенная тревожность, дезадаптация в группе людей, повышенная агрессивность, аддиктивное поведение и т.д.).

Важно заметить, что развитие компьютерной зависимости или гаджетозависимости лучше и легче предупредить в раннем возрасте и не приучать ребенка к гаджетам. Кроме того, родителям следует обращать внимание на воспитание своего ребенка и уделять ему большее количество времени, не погружаясь самим в компьютеры и гаджеты. Поэтому, мы считаем, что необходимо введение постоянного информирования населения (напоминания родителям) о мерах профилактики гаджетомании и компьютерной зависимости на уровне федеральных каналов СМИ и оповещения в социальных сетях и мессенджерах.

Одним из любопытных выводов, которые делают ученые, изучающие компьютерную зависимость, является то, что при романтической привязанности уровень зависимости от интернета значительно более снижен. Поэтому, важным средством профилактики развития указанных зависимостей является дружеское и теплое общение и взаимодействие с окружающими в семье, в классе, в ином каком-либо коллективе. Это, по нашему мнению, должны знать все родители и учителя в школе. В связи с этим педагогам-психологам школ необходимо проводить профилактические беседы с родителями и учителями на подобные темы.

По мнению А. Панюлайтите, единственный на настоящий момент проверенный способ не дать подростку оказаться в зависимости от компьютера – это вовлечь его в процессы, не связанные с компьютерной деятельностью, чтобы электронные игры и электронная переписка не стали заменой реальности. [1, с. 53]. Мы согласны с мнением указанного ученого, поэтому считаем, что одним из самых действенных способов решения проблемы гаджетомании подростков является вовлечение их в различную внеучебную деятельность и трудотерапия. Однако, согласно данным системы дополнительного образования «Навигатор» численность обучающихся МОУ «СОШ Поселья», зарегистрированных в данной системе на 11 ноября 2021 г. было всего 496 человек. Это примерно 25% от общего количества учеников, которые занимаются такими видами деятельности как волейбол, борьба, шахматы, пение, рисование, шитье и др. Еще примерно 25% детей посещают разные коммерческие развивающие кружки и секции (плавание, стрельба из лука, гимнастика, боевое самбо, танцы, ментальная арифметика). Соответственно около 50% всех обучающихся МОУ «СОШ Поселья» не вовлечены в деятельность кружков и секций. Большинство из этих оставшихся 50% детей предоставлены самим себе, так как родители работают или заняты какими-либо делами. Так, эти дети проводят почти все свободное время за различными гаджетами.

На наш взгляд именно трудотерапия и вовлечение детей во внеучебную деятельность оказывает на обучающихся огромное положительное влияние. Поэтому одним из факторов решения указанной

проблемы является увеличение охвата обучающихся различными видами деятельности (кружки, секции, трудотерапия) и расширение возможностей получения дополнительного образования. Многие из известных отечественных и зарубежных ученых (М. Уотсон, В.А. Сухомлинский, А.С. Макаренко, В.А. Вернадский, К. Маркс, Ф. Энгельс, К.Д. Ушинский) обращали свое внимание на воспитательное значение труда для развития личности и формирования у нее творческих способностей.

Трудовое воспитание - это процесс вовлечения обучающихся в различные педагогически организованные, социально одобряемые виды деятельности с целью передачи им минимального производственного опыта, трудовых навыков, развития их творческого практического мышления и трудолюбия [2, с. 95]. На сегодняшний день во многих образовательных организациях есть возможность организовать трудовое воспитание обучающихся и немало школ, которые занимаются такой деятельностью. Например, в МОУ «СОШ Поселья» можно организовать трудовые отряды. Каждый класс или параллель классов отвечала бы за определенный участок и имела бы определенные обязанности (в каждой школе есть хоть небольшой пришкольный участок, на котором велись бы работы). К примеру, на территории МОУ «СОШ Поселья» в недалеком будущем планируется постройка теплиц, которые в будущем требуют ухода и физического труда, что стало бы достаточно неплохой базой для работы трудовых отрядов. Также на территории школы посажены деревья и цветы, которые тоже требуют ухода. Кроме того, на сегодняшний день, в данной школе организован отряд волонтеров, который занимается сбором пластиковых отходов во главе с экологом школы. Однако, по нашему мнению, в последующие годы есть возможность увеличить число детей, входящих в данное движение, а также можно устраивать более масштабные экологические мероприятия.

При всем этом, не нужно забывать, что трудовое воспитание и внеучебная деятельность для детей должна быть не наказанием, а полезным и интересным времяпрепровождением, когда обучающиеся развиваются и приобретают необходимые навыки общения и социализации.

Литература

1. Афанасьев О. Н. Компьютерная зависимость / О. Н. Афанасьев, Е. А. Шаламова // Профессия: теория и практика. 2015. № 2. С. 40–43.
2. Ахмедова М. Г. Реабилитация «трудных подростков» при трудовом и экономическом воспитании / М. Г. Ахмедова // International Journal of Humanities and Natural Sciences. 2021. Vol. 11-2 (62). P. 94–100.
3. Курашинова А. Х. Гаджетомания и проблемы развития личности / А.Х. Курашинова // Историческая и социально-образовательная мысль. 2016. Т. 8, № 5/1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/gadzhedomaniya-i-problemy-razvitiya-lichnosti/viewer> (дата обращения: 01.07.2022 г.).
4. Худяков А. В. Компьютерная игровая зависимость, клиника, динамика и эпидемиология / А. В. Худяков, А. В. Урсу, А. М. Старченкова // Медицинская психология в России: научный сетевой журнал. 2015. № 4 (33) URL: <file:///C:/Users/5/Downloads/компьютерная-игровая-зависимость-клиника-динамика-и-эпидемиология.pdf> (дата обращения: 02.07.2022 г.).
5. Шакирова Г. Ф. Психологические особенности гаджет-зависимости учащихся / Г. Ф. Шакирова // Казанский педагогический журнал. 2020. № 1. С. 217-223.

GADGET ADDICTION IN SCHOOLCHILDREN AS ONE OF THE MOST IMPORTANT PROBLEMS OF PRACTICAL PSYCHOLOGY

Khobrakova Dimid Batobolotovna

Cand. Sci. (Philosophy), educational psychologist,
Russia, 670018, Ivolginsky district, village Posel'ye
gdimid88@mail.ru

Abstract. The article is devoted to the study of the problem of computer addiction and gadget addiction among schoolchildren. The results of a survey of students of the MOU "Secondary School Posel'ye" on gadget addiction are presented. The conclusions are shown that one of the most effective ways to solve the problem of gadget addiction in adolescents is work therapy and their involvement in extracurricular activities. It is emphasized that labor education and extracurricular activities for children should not be a punishment, but a useful and interesting pastime when students develop and acquire the necessary communication and socialization skills.

Keywords: computer addiction, gadget addiction, gadgets, prevention of gadget addiction, additional education, teenagers, students, occupational therapy, extracurricular activities.

Научная статья
УДК 159.944

**Социально-психологический климат коллектива
как фактор повышения эффективности деятельности сотрудников МВД**

© *Цыбжитова Любовь Дмитриевна*

магистрант,
Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
lyuba.tsybzhitova.97@bk.ru

Аннотация. В статье социально-психологический климат коллектива рассматривается как фактор повышения эффективности деятельности сотрудников. Описаны основные социально-психологические факторы, выделены основные виды социально-психологического климата в коллективе: благоприятный, неблагоприятный и нейтральный. Выявлена взаимосвязь социально-психологического климата и системы мотивации в организации. Обоснована специфика деятельности сотрудников МВД и предложены пути повышения эффективности деятельности путем создания благоприятного социально-психологического климата.

Ключевые слова: социально-психологический климат, факторы социально-психологического климата, коллектив, мотивация, сотрудники МВД.

Климат трудового коллектива всегда и во все времена является актуальным вопросом. Каждый человек во всей трудовой деятельности в той или иной степени связан с коллективом. Климат выступает основой формирования настроения как всего коллектива, так и отдельных его членов. Стоит отметить, что климат играет важную роль для абсолютно любого вида коллектива: как для сотрудников крупной бюджетной организации, так и для малого предприятия с небольшим количеством работников. Если существует в коллективе неблагоприятный климат, то мы можем наблюдать как коллектив сгорает, то есть не существует сплоченности, нет позитивного настроения, отношения к друг другу напряженное, нет психологической совместимости и удовлетворенностью своей деятельностью такой коллектив не продвигается, не выносит новых идей и самое главное, теряется работоспособность коллектива.

Особенно важным моментом в контексте рассмотрения вопроса повышения эффективности деятельности коллектива являются социально-психологические факторы формирования климата, к которым можно отнести стиль руководства, факторы макро и микросреды, физические и санитарно-гигиенические условия труда сотрудников, характер выполняемой на работе деятельности, степень удовлетворенности своей работой, модель организации совместной деятельности, психологическая совместимость членов коллектива, условия труда и отдыха и т.д [3, с.257]. Социально-психологические факторы образуют каркас использования кадровых ресурсов организации, что, в свою очередь, влияет на эффективность и производительность труда. Чем ниже качество социально-психологических факторов, тем ниже эффективность деятельности, и наоборот.

В научной литературе существуют различные классификации социально-психологического климата в коллективе. Согласно самой распространенной классификации, социально-психологический климат может быть благоприятным, неблагоприятным и нейтральным.

Благоприятный коллектив подразумевает под собой здоровый во всех отношениях климат в коллективе, позитивное эмоциональное настроение; Сотрудники в здоровом коллективе вместе и сообща решают возникшие вопросы и конфликтные ситуации, оказывают дружественную поддержку друг другу.

В неблагоприятном коллективе сотрудники чаще всего опаздывают на работу, стараются как можно меньше времени проводить на рабочем месте всегда ищут отговорки, чтобы сбежать побыстрее с работы, не воспринимают свою работу как что-то важное. Всегда жалуются на свое руководство начальство на работу.

Направленность нейтрального климата четко не определена. В организациях с преобладанием такого типа социально-психологического климата, как правило, довольно посредственная система мотивации сотрудников, основным стимулом к деятельности которых является лишь получение заработной платы.

Благоприятный социально-психологический климат формирует мотивацию к деятельности у членов коллектива, которая является одной из ведущих движущих сил повышения эффективности деятельности [1, с.195]. Мотивация представляет собой совокупность таких инструментов, с помощью которых возможно помочь человеку создать внутренний запрос на достижение цели в определенной деятельности. Система мотивации сотрудников в коллективе может включать различные элементы, такие как материальное вознаграждение, проведение корпоративных праздников, дней качества, курсов профессионального мастерства и т.д. Однако, при неблагоприятном или нейтральном социально-психологическом климате создать эффективную систему мотивации в коллективе не представляется возможным, так как мотивирующие ценности могут быть созданы только в том случае, когда человек находится в психологически благоприятной обстановке.

В условиях неблагоприятного психологического климата можно повысить эффективности деятельности коллектива только с помощью нерациональной системы стимулирования, которая отличается от системы мотивации тем, что человеку предоставляют такие условия, в которых он вынужден достигать тех или иных результатов. Однако, в таком случае у членов коллектива непременно возникнет синдром эмоционального выгорания, что в конечном итоге все равно приведет к снижению эффективности деятельности.

Работа в Министерстве внутренних дел имеет определенную специфику, связанную с высокой напряженностью и ответственностью выполняемой работы. От эффективности деятельности сотрудников МВД зависит не только успех организации, но и безопасность жизни населения в целом [2, с.303]. Поэтому обеспечение социально-психологического климата сотрудников МВД является важной задачей. Изучив анализ отечественных исследований и публикаций, статей, посвященных изучению данного вопроса, можно прийти к выводу о том, что для повышения эффективности деятельности сотрудников МВД должны быть соблюдены следующие условия:

1. Должна быть четкая организация рабочего времени каждого сотрудника и расписаны его функциональные обязанности, связанные с его стажем работы, должностью и его психологической подготовкой.
2. Должна быть организована эффективная система стажерства и наставничества для передачи опыта и знаний от более опытных сотрудников к молодым специалистам.
3. Руководством должна быть проведена работа по формированию норм и ценностей коллектива, а также на регулярной основе проводится мероприятия, через которые эти ценности могли бы транслироваться, например, «Мы – пример для наших детей» или «Полицейский будущего».
4. Также должна быть проведена работа по формированию организационной культуры, являющейся важным элементом поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе. Для этого, например, можно проводить на регулярной основе Дни эффективности, на которых сотрудники МВД в конце каждого месяца будут обмениваться своими результатами за прошедший месяц, делиться своими успехами и неудачами, обсуждать их с коллегами. Внедрение такого мероприятия способствует не только повышению эффективности деятельности, но и сплочению коллектива.

Таким образом, социально-психологический климат коллектива напрямую связан с эффективностью деятельности организации, являясь основным условием формирования мотивации сотрудников. Работа в Министерстве внутренних дел связана с выполнением сложных социально-значимых задач, поэтому поддержание благоприятного социально-психологического климата в коллективе необходимо для повышения эффективности деятельности его сотрудников.

Литература

1. Васильева И. А. Социально-психологический климат коллектива в системе факторов повышения эффективности деятельности предприятия / И. А. Васильева // К новому технологическому укладу: человек и его работа (юридические, социально-политические, философские науки): сборник статей аспирантов, посвященный 30-летию Федерации независимых профсоюзов России (Москва, 19 марта 2020 г.). Москва: Академия труда и социальных отношений, 2020. С. 193–198.
2. Лезов Е. А. Социально-психологический климат в территориальных органах МВД России / Е. А. Лезов // Образовательные технологии в современном учебно-воспитательном пространстве: сборник статей III Всероссийской методико-практической конференции (Петрозаводск, 24 июня 2021 г.). Петрозаводск: Новая Наука, 2021. С. 300–305.
3. Мирончук М. И. Социально-психологический климат в коллективе / М. И. Мирончук, Ю. В. Цыганская, В. А. Луговский // Актуальные вопросы развития социально-экономических систем: сборник статей межвузов-

ской научно-практической конференции (Краснодар, 29 мая 2019 г.). Краснодар: ФГБУ "Российское энергетическое агентство" Минэнерго России Краснодарский ЦНТИ- филиал ФГБУ "РЭА" Минэнерго России, 2019. С. 255–260.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL CLIMATE OF THE TEAM AS A FACTOR
IN INCREASING THE EFFICIENCY OF THE ACTIVITIES OF EMPLOYEES
OF THE MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS

Tsybzhitova Lyubov Dmitrievna

Master Student,

Dorzhi Banzarov Buryat State University

24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia

lyuba.tsybzhitova.97@bk.ru

Abstract. In the article, the socio-psychological climate of the team is considered as a factor in improving the efficiency of employees. The main socio-psychological factors are described, the main types of socio-psychological climate in the team are identified: favorable, unfavorable and neutral. The relationship between the socio-psychological climate and the system of motivation in the organization is revealed. The specifics of the activity of employees of the Ministry of Internal Affairs are substantiated and ways to increase the efficiency of activity by creating a favorable socio-psychological climate are proposed.

Keywords: socio-psychological climate, factors of the socio-psychological climate, team, motivation, employees of the Ministry of Internal Affairs.

Научная статья
УДК 159.99

**Психоэмоциональные особенности детей,
воспитывающихся в опекунских семьях**

© Шаргакшианова Янжима Доржиевна

магистрант,

Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова

Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а

yanjima73@mail.ru

Аннотация. В статье описаны особенности психоэмоциональных характеристик детей, воспитывающихся в опекунских семьях. Авторами обоснована актуальность рассмотрения темы исследования, дана характеристика формы семейного устройства детей в виде опеки. Рассмотрены основные активные части психики детей, оставшихся без попечения родителей, с позиции транзактного анализа Эрика Берна, а именно адаптивный и бунтующий ребенок, описаны основные проявления этих эго-состояний.

Ключевые слова: опекуны, опекунская семья, эго-состояние, адаптивный ребенок, бунтующий ребенок.

Одной из актуальных проблем в современной России является проблема сиротства. Причинами сиротства может стать не только смерть родителей, но и лишение их родительских прав или отказ от ребенка. Согласно статистическим данным Росстат за период 2014 – 2021 гг. количество детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей в России имеет тенденцию к снижению, однако, количество таких детей остается внушительным – в 2021 году зарегистрировано 493 777 детей-сирот, что составляет 2% детского населения России (Рисунок 1) [6].

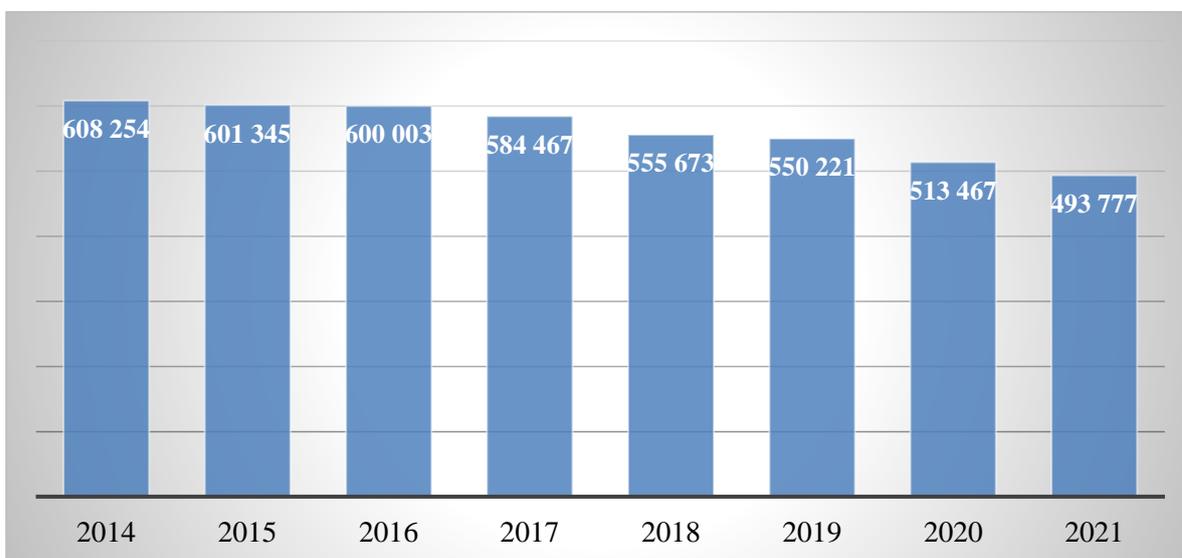


Рис. 1. Численность детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, тыс. человек

Из этого числа 454 031 человек воспитываются в семьях. В настоящее время законодательством России установлено три основных формы семейного устройства детей – усыновление, опека и приемная семья. Опека (до 14 лет) устанавливается над детьми, оставшимися без попечения родителей [5, с.291]. Прием в семью детей старше 14 лет называется попечительством. В случае опеки кровные родители не освобождаются от обязанностей по принятию участия в содержании своего ребенка. В случае опеки ребенок сохраняет свои фамилию, имя и отчество. В дом опекунской семьи ребенок принимается на правах воспитуемого в целях его содержания, воспитания и образования, а также для защиты его прав и интересов. Права и обязанности опекуна установлены Семейным Кодексом Российской Федерации.

Опека существует в двух формах: родственная и неродственная опека. При родственной опеке опекунами становятся родственники ребенка или близкие для него лица, которые имеют первоочередное право принять детей в свои семьи.

Неродственная опека обычно устанавливается в случае, если не находится среди родственников человека, готового взять ребенка на воспитание, или ребенок не может быть усыновлен по каким-то причинам, или опека выступает первым шагом к последующему усыновлению. Как правило, до момента установления такой опеки у детей уже есть опыт пребывания в институциональных условиях [4, с.22].

В любой семье всегда достаточно проблем, а в опекунских, где воспитывают внуков, племянников или приемных детей, число проблем увеличивается. Трудности опекунских семей связаны, в первую очередь с особенностями личности детей, оставшихся без родителей. Многочисленные исследования указывают на преимущества родственной опеки для формирования личности ребенка ввиду присутствия рядом родных людей [1, 3, 4]. Однако, на наш взгляд, основным фактором, влияющим на психоэмоциональные особенности приемных детей, является форма воспитания и характеристики личности опекунов, ведь даже родственники могут оказать негативное влияние на формирование психоэмоциональных особенностей ребенка.

По результатам изучения литературы и официальных статистических данных нами было выявлено, что основной причиной, по которым дети остаются без опеки родных родителей является алкоголизм, наркомания и жесткое обращение с ребенком (в 83% случаев) [1, 6]. Безусловно, дети, воспитывающиеся в условиях деструктивной педагогики еще до прихода в опекунскую семью, имеют ряд сформированных психологических проблем, связанных, в первую очередь, с отсутствием внутренней опоры и базовой безопасности, являющимися основой формирования личности ребенка [4, с.23]. Как следствие – заниженная самооценка, которую он будет пытаться воссоздать искусственно в условиях опекунской семьи.

У детей в опекунских семьях зачастую наблюдается формирование ведущего эго-состояния в виде внутреннего адаптивного или бунтующего ребенка. Эго-состояние представляет собой компоненты психики, через которые человек взаимодействует с окружающим миром и собственным «Я» [2, с.131]. Выделяют эго-состояния «Родитель-Взрослый-Ребенок». Впервые эго-состояния были выделены американским психологом и психиатром Эриком Берном.

Эго-состояние ребенка формируется на основе полученного опыта в период внутриутробного развития и в детские годы. Именно внутренний ребенок формирует основу личности – ее ценности, мечты, вдохновение, интуиции, энергию к жизни.

Эго-состояние внутреннего ребенка может быть представлено в трех формах:

1. Адаптивный ребенок – не спорит, боится, его постоянно преследует страх отвержения, что побуждает постоянно адаптироваться к условиям окружающей среды и отказываться от собственных идей и ценностей. Адаптивный ребенок формируется с очень ранних лет и укрепляется годами.

2. Бунтующий ребенок представляет собой, по факту, адаптивного ребенка, который вышел из-под контроля. В бунтующем ребенке много страха, гнева и желания принадлежать. Формирование внутреннего протеста формируется достаточно рано – в возрасте 3 лет и укрепляется в подростковом возрасте и в кризисные возрастные периоды (каждые 10 лет).

3. Свободный ребенок – это особенный ребенок. Это эго-состояние формируется у детей в семьях, где ребенку позволяют делать абсолютно все, что безопасно для его психики и здоровья. Это творческая, чувственная и очень энергичная часть психики, из состояния которой формируется счастье, веселье и инициативность.

У детей, приходящих в опекунскую семью, задействованы 2 эго-состояния – адаптивный и бунтующий ребенок. Для адаптивных детей характерна модель угоднического поведения, все, что они делают, направлено на то, чтобы не разозлить своих опекунов. Бунтующие дети протестуют постоянно, с ними, как правило возникает очень много проблем, связанных с деструктивным, асоциальным поведением – употребление алкоголя, наркотиков, отсутствие желания к обучению, проблемы с построением коммуникаций.

Формирование ведущего состояния связано, безусловно, с условиями родной семьи, где вырос ребенок. Для детей с жестокими, издевающимися родителями будет характерно включение психики из состояния адаптации, а для детей алкоголиков, наркоманов, асоциальных родителей типично проявление бунтарства (Таблица 1).

Таблица 1

Проявления адаптивного и бунтующего ребенка

Адаптивный ребенок	Бунтующий ребенок
Страх	Протест
Тревога	Гнев
Отвержение	Раздражение
Обида	Страх
Стыд	Принципиальность
Вина	Агрессия
Страдания	Долженствования
Зависимость	Манипуляция

Каждое из проявлений адаптивного и бунтующего ребенка усугубляются проживанием психологической травмы, связанной с потерей родителей. Дети чувствуют себя ненужными, брошенными, обиженными, одинокими. Формируется страх близких отношений, накладывающий отпечаток не только на отношения в опекунской семье, но и на возможность построения собственной семьи в дальнейшем. Стоит отметить, что у многих детей в опекунских семьях развивается состояние алекситимии, заключающееся в невозможности описания и идентификации собственного состояния, разобщении телесных и эмоциональных ощущений, связанное с наличием серьезной психотравмирующей ситуации – потери родителей, страхом отвержения, чувстве покинутости и ненужности, блокирующей возможность проявления ребенком своих истинных чувств и эмоций [3, с. 55].

Все эти особенности, безусловно, способствуют возникновению проблем в установлении коммуникаций в опекунской семье [3, с. 62]. На наш взгляд, дальнейшее формирование психоэмоциональных особенностей ребенка будет зависеть, во-первых, от личности самих опекунов, от их зрелости, психологической готовности к принятию ребенка, а также от наличия/отсутствия коррекционной психологической работы с детьми при потере родителей. Деструктивное поведение опекунов будут способствовать лишь укреплению формирования адаптивной и бунтующей части детской психики, которая в дальнейшем станет ведущим эго-состоянием и во взрослой жизни, что значительно усложнит возможность создания собственной семьи в будущем. Однако, правильный подход к воспитанию ребенка в опекунской семье, использование техник сближения, формирования внутренней опоры, базовой безопасности, прохождения этапов нарциссической верификации личности будет способствовать формированию активной части психики вида «Свободный ребенок», что позволит установить конструктивные коммуникации, правильное отношение к жизни и даст ребенку возможность прожить психотравмирующую ситуацию с минимальными последствиями для психики. Однако, стоит отметить, что для этого работа с психологом с детьми из опекунских семей должна стать обязательной частью воспитательного процесса для воспитания зрелой, осознанной личности.

Литература

1. Асанова Н. К. Континуум диссоциативного травматического опыта, пережитого в детском возрасте: механизмы развития диссоциативного расстройства у детей, подростков и взрослых / Н. К. Асанова // Психиатрия и психоанализ: клинические диалоги: материалы международной конференции (Санкт-Петербург — Москва, 06 апреля 2019 г.). Санкт-Петербург: Москва: Московский институт психоанализа, 2019. С. 41–44.
2. Виганд А. М. Адаптация психодиагностической методики определения эго-состояний личности / А. М. Виганд, В. В. Тимохин // Социально-гуманитарные проблемы образования и профессиональной самореализации (Социальный инженер-2020): сборник материалов всероссийской конференции молодых исследователей с международным участием (Москва, 07–10 декабря 2020 г.). – Москва: Российский государственный университет имени А. Н. Косыгина, 2020. С. 130–134.
3. Мухамедрахимов Р. Ж. Роль программы психологического сопровождения в динамике поведенческих проявлений привязанности у детей, воспитывающихся в замещающих семьях / Р. Ж. Мухамедрахимов, Л. А. Асламазова, Е. А. Вершинина // Психологический журнал. 2019. Т. 40, № 3. С. 53–63.
4. Опекунская семья в контексте жизненной ситуации / Е. Ю. Коржова, А. В. Микляева, С. А. Безгодова [и др.] // Актуальные проблемы психологии в образовании и социальной сфере: сборник научных статей по материалам Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Мурманск, 16–18 марта 2020 г.). Мурманск: Мурманский арктический государственный университет, 2020. С. 21–25.

5. Чащина В. Д. Опекунская семья как форма социальной защиты детей, оставшихся без попечения родителей / В. Д. Чащина, Л. А. Журавлева // Экономические и кадровые аспекты развития агропромышленного комплекса. Екатеринбург: Уральский государственный аграрный университет, 2021. С. 289–292.

6. Официальные статистические данные Росстата. URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/13807> (дата обращения: 04.07.2022).

PSYCHO-EMOTIONAL CHARACTERISTICS OF CHILDREN
BROUGHT UP IN FOSTER FAMILIES

Shargakshanova Yanzhima Dorzhievna
Master Student,
Dorzhi Banzarov Buryat State University
24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia
yanjima73@mail.ru

Abstract. The article describes the features of the psycho-emotional characteristics of children brought up in foster families. The authors substantiate the relevance of considering the research topic, give a description of the form of family placement of children in the form of guardianship. The main active parts of the psyche of children left without parental care are considered from the perspective of Eric Berne's transactional analysis, namely the adaptive and rebellious child, the main manifestations of these ego states are described.

Keywords: guardians, guardian family, ego-state, adaptive child, rebellious child.

Научная статья
УДК 159.955

**Причины задержки психоречевого развития детей
дошкольного возраста в современных условиях**

© Якимова Лариса Алексеевна

магистрант,

Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова

Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а

ashektueva1970@gmail.com

Аннотация. В статье поднимается актуальная проблема причин задержки психоречевого развития детей дошкольного возраста. Изучены особенности влияния грудного, искусственного вскармливания, использования соски, памперса на развитие ребенка, а также приучение ребенка к самостоятельному пользованию горшком и влияние использования телефона на развитие речи.

Ключевые слова: задержка психоречевого развития, дошкольный возраст, причины задержки психоречевого развития.

На 1 апреля 2024 численность населения (постоянных жителей) России составляет 146 150 789 человек, в том числе детей в возрасте до 6 лет - 14 596 810 человек, подростков (школьников) в возрасте от 7 до 17 лет - 17 264 062 человека, молодежи от 18 до 29 лет - 17 519 826 человек, взрослых в возрасте от 30 до 60 лет - 62 863 108 человек, пожилых людей от 60 лет - 31 860 872 человека, а долгожителей России старше 80 лет - 2 046 111 человек.

Темпы развития современного мира, включая технический прогресс, слишком большие. Порой мы не успеваем освоить одну новинку, понять как они влияют на нас и на окружающих, как на рынке появляются все новые и новые объекты. С изучением и овладением новинок легко справляются молодые люди и средний возраст, в силу необходимости в работе, в быту, в повседневной жизни. Постепенно осваивают технические средства и люди пожилого возраста. Не все и не всегда у них получается из-за возрастных особенностей, но все-таки они осваивают и пользуются. Молодежь, средний возраст и пожилые это люди, которые уже сформировались, они способны самостоятельно справиться с любыми задачами и сделать свой выбор. Но, никто не обращает внимание на последствия влияния на детей бездумного использования некоторых благ мира. Особую озабоченность вызывают маленькие дети, дети дошкольного возраста. В данной статье поднимается следующая проблема: «Как технический прогресс влияет на развитие детей дошкольного возраста, какие минусы и плюсы приносят используемые в повседневной жизни такие предметы как телефон, памперс?».

Работая воспитателем в детском саду в первой младшей группе, обратила внимание на то, что зачастую дети на третьем году жизни большинство детей сидят в памперсе, они не просятся и не ходят самостоятельно в туалет, у них отсутствует речь, они мало двигаются.

Что это значит для ребенка, для его развития? В первую очередь, с точки зрения физиологии, чем дольше ребенок пребывает в памперсе, тем дольше у ребенка не работают центры головного мозга такие, например, как ретикулярная формация, отвечающие за контроль работы внутренних органов, в том числе таких выделительных систем как мочеполовая и система дификации. На ранних этапах развития, к концу первого года жизни, развиваясь, эти системы заставляют ребенка практически входить в контакт с внешним миром. Например, ребенок сходил в штанишки, он испытывает дискомфорт, наступает внутренний конфликт, ребенок выражает эмоции недовольства, плач. Такие ситуации создают для ребенка практическую необходимость входить в контакт с окружающими, в центральной нервной системе закладываются необходимые связи в нейронах и синапсах на уровне ретикулярной формации, лимбической системы, а также на уровне корковых структур. Ребенок получает первый необходимый опыт.

Вот что пишет А. Р. Лурия по поводу развития ЦНС: «... Можно указать некоторые законы построения коры, входящей в состав второго блока мозга (этими законами описывается также и строение третьего блока).

Первый закон – закон иерархического строения корковых зон. Соотношение первичных, вторичных и третичных зон коры, осуществляющих все более сложный синтез приходящей информации, является достаточно отчетливой иллюстрацией этого закона.

Следует отметить, что отношения между первичными, вторичными и третичными зонами коры, входящими в состав этого блока, не остаются одинаковыми в процессе онтогенетического развития. Так, у маленького ребенка для успешного формирования вторичных зон необходима сохранность первичных зон, а для формирования третичных зон – достаточная сформированность вторичных зон коры. Поэтому, нарушение в раннем возрасте низших зон коры соответствующих типов неизбежно приводит к недоразвитию более высоких зон коры; таким образом, как это было сформулировано Л.С. Выготским (1934, 1960), основная линия взаимодействия этих зон коры направлена снизу вверх»

«Как показал в свое время Л. С. Выготский (1960), в процессе онтогенеза меняется не только структура высших психических процессов, но и их отношение друг к другу, иначе говоря, их «межфункциональная организация». Если на первых этапах развития сложная психическая деятельность имеет более элементарную основу и имеет зависимость от основной, «базальной», функции, то в дальнейших этапах развития она не только приобретает более сложную структуру, но и начинает осуществлять при ближайшем участии более высоких по своему строению формы деятельности.

Так, если маленький ребенок мыслит, опираясь на наглядные образы восприятия и памяти, иначе говоря, мыслит припоминая, то на более поздних этапах – юношеского или зрелого возраста – отвлеченное мышление с его операциями отвлечения и обобщения развивается настолько, что даже такие относительно простые процессы, как восприятие и память, превращаются в сложные формы познавательного анализа и синтеза, и человек теперь уже воспринимает и припоминая размышляя».

Когда ребенок плачет, пытается выразить звуками свое состояние, то начинает работать такая моторная речевая система как голос, его тембр, сила. Памперс создает искусственное состояние комфорта, позволяет не выражать эмоций, не входить в контакт с окружающими, в тяжелых случаях развивается аутизм поневоле. Таким образом, чем дольше ребенок находится в памперсе, тем хуже в раннем детском периоде развивается система контроля тела, а вместе с тем лимбическая система ребенка, отвечающая за эмоциональное состояние, затем происходит недоразвитие остальных более сложных систем, в том числе речевых систем, за которые отвечают лобные структуры мозга.

Были исследованы две группы детей дошкольного возраста. Изучалось влияние грудного, искусственного вскармливания, использования соски, памперса на развитие ребенка, а также приучение ребенка к самостоятельному пользованию горшком и влияние использования телефона на развитие речи. Первая группа это выпускная группа №14, дети 2017 года рождения, вторая группа вторая младшая №17, дети 2020 года рождения.

Таблица 1

Использование памперса при поступлении в детский сад

Использование памперса при поступлении в детский сад. Возраст детей от 1,5 года до 4-х лет	Дети группы 14 (дети 2017 г.р) 20 человек к-во человек или %	Дети группы 17 (дети 2020 г.р.) 17 человек
без памперса	12 или 60%	9 или 53%
в памперсе	8 или 40%	8 или 47%

Таблица 2

Возраст приучения ребенка к туалету (самостоятельное использование)

Возраст приучения ребенка к туалету (самостоятельное использование)	Дети группы 14 (дети 2017 г.р) 20 человек к-во человек или %	Дети группы 17 (дети 2020 г.р.) 17 человек к-во человек или %
в 1 год	5 или 25%	5 или 29,4%
в 1,5 года	9 или 45%	4 или 23,3%
от 2-х до 3,5 лет	5 или 25%	8 или 47%
от 3,5 лет до	1 или 5%	0 или 0%

Безусловно, памперс - хорошее изобретение. Но, как все в этом мире требует разумного использования. Например, при походе на улицу на долгое время в период первых месяцев жизни. Поэтому, бездумно, без явной необходимости памперс нельзя использовать, чтобы не навредить гармоничному развитию ребенка.

В работах Л.С. Выготского, А.Р. Лурия, С.Л. Рубинштейна и других психологов четко дано определение человека как социального субъекта, его отличия от других живых существ на Земле, подробно описаны этапы развития человека, начиная с рождения. Основное отличие это речь, ее значение для развития общества и человечества в онтогенезе. Развитие речи у ребенка имеет значение не только как средство коммуникации, но и как средство мышления. Л.С.Выготский подробно описал этапы развития речи ребенка, значение этих этапов для полноценного развития.

Начинается полноценное развитие ребенка с первого дня жизни после рождения, с его первого эмоционального контакта с матерью во время кормления, желательно грудью. Это доказали опыты Гарри Харлоу с обезьянками макака-резус в 50-е годы прошлого столетия. Процесс вскармливания как средство эмоционального, тактильного контакта с матерью на уровне первой сигнальной системы. Эти контакты являются отправной точкой развития человека как субъекта человеческого общества для развития способностей и талантов ребенка в будущем, среди которых речь, как вторая сигнальная система, будет иметь решающую роль не только как средство коммуникации, но и как средство мышления. Исторически доказано, что все достижения человечества опосредованы речью.

Таблица 3

Вскармливание ребенка

Вскармливание грудное, искусственное, соска	дети группы 14 (дети 2017 г.р) 20 человек к-во человек или %	дети группы 17 (дети 2020 г.р.) 17 человек к-во человек или %
грудное	7 или 35%	14 или 82%
искусственное	13 или 65%	3 или 18%

Таблица 4

Особенности речи

Речь на 2024г.	Дети группы 14 (дети 2017 г.р) 20 человек к-во человек или %	Дети группы 17 (дети 2020 г.р.) 17 человек к-во человек или %
плохая речь	7 или 35%	4 или 23,5%
хорошая речь	13 или 65%	13 или 76,5%

В выпускной группе 14 все дети с искусственным вскармливанием вошли в группу плохо говорящих детей и составили 53,85%, детей с искусственным вскармливанием 65%, выпускаются с плохой не развитой речью 35%.

Во второй младшей группе 17 плохо говорящие дети с искусственным вскармливанием составили 133 %, детей с искусственным вскармливанием 18% и плохо говорящих детей 23,5% , при этом на момент 2024 года онтогенез речи находится на стадии развития.

Таким образом, полученные данные доказывают, что ребенку важно не только физиологическое удовлетворение потребности, в данном случае голода. Эмоциональный и тактильный контакт с матерью, начиная с рождения, влияет на гармоничное развитие всех высших психических функций, начиная с элементарных, особенно на речь.

Еще одно изобретение, без которого сегодня не живет ни один человек в современном мире, это телефон. Сейчас этот предмет имеет огромное значение в жизни любого взрослого человека, в первую очередь как рабочий инструмент. Однако, в жизнь маленького ребенка, особенно до года, он может принести только вред. Вопрос: «Почему на раннем этапе жизни ребенок с телефоном в руках не развивается, а наоборот идет задержка?» У малыша еще не сформировано представление о мире, нет практического опыта, на который он может опереться, плохо развиты сенсорные органы, память, внимание. Ребенок еще не получил практический опыт ощущений, которые переходят в чувства, представления. На раннем этапе жизни сознание любого ребенка основывается на практическом опыте, на эмоциях.

Его двигательная система, речевая система, будущие навыки развиваются на основе впечатлений и практического опыта. Давно доказано известными психологами, что от рождения и до 3-х лет развитие психики, нервной системы человека носит фазовый характер, «маленький атомный взрыв». После 3-х лет идет медленный спад. Но, основанием для такого развития является практический опыт ребенка, чувственные впечатления, образы. Телефон в руках маленького ребенка, картинки на экране, формируют мышление образами. Мышление образами, молчание, отсутствие практического контакта с внешней средой через движения, через проявление голосовых звуков, эмоций, то есть моторной части речи, все эти предпосылки способствуют задержке развития таких отделов центральной нервной системы, как лобные доли, теменно-затылочные, отвечающие за прием, переработку и ответ на речевые раздражители. У ребенка нет практической необходимости говорить, так как его мозг занят переработкой информации изображений с экрана. Задействованы органы чувств только зрительный и слуховой. Тогда как для полноценного развития ребенку необходимо задействовать все пять. Не развивается речевое подражание как механизм социализации. К сожалению, телефон является причиной отсутствия внимания к ребенку со стороны родителей, формируется дефицит внимания к ребенку. Значение эмоционального тепла родителей, которое ребенок должен получить на ранних этапах развития, доказаны опытами Гарри Харлоу. Поэтому, чем позднее ребенок в раннем возрасте начнет пользоваться телефоном, тем полноценнее будет развиваться ребенок как с физиологической, так и с психической стороны, в первую очередь его речь. Полученные данные при исследовании двух групп очень точно доказывают зависимость развития речи и использования телефона ребенком на ранних этапах жизни. Следует отметить, что группа 17 в использовании памперса и телефона корректировалась мною на родительских собраниях, в личных беседах, советах по воспитанию ребенка в течении 2022-2024гг.

Таблица 5

Возраст ребенка начала пользования телефоном

Возраст ребенка начала пользования телефоном, отсутствие речи	Дети группы 14 (дети 2017 г.р) 20 человек к-во человек или %	Дети группы 17 (дети 2020 г.р.) 17 человек к-во человек или %
до 3-х лет	11 или 55%	9 или 52,9%
до 3-х лет и нет речи	7/11 или 63,6%	4/9 или 44%

Таким образом, из полученных данных хорошо видно, что в группе 14 отсутствие корректировки по вопросам использования памперса, телефона со стороны педагога-психолога повлияли на рост детей с неразвитой речью. В группе 17 при постоянной корректировке со стороны педагога-психолога в вопросах воспитания и развития, использования памперса и телефона положительно сказались на развитии речи у детей, самостоятельных навыков на ранних этапах. А значит, работу с родителями в вопросах воспитания, использования памперса, телефона необходимо начинать в пренатальный период, для того, чтобы ребенок получил полноценное внимание, развитие со стороны самых близких. Для этого необходимо создавать службы психологической поддержки при гинекологических кабинетах и роддомах.

Литература

1. Выготский Л. С. Мышление и речь (Эксклюзив: Русская классика). Москва: Изд-во АСТ, 2021. 576 с.
2. Лурия А. Р. Основы нейропсихологии (серия «Мастера психологии»): учебный курс/ А. Р. Лурия. Санкт-Петербург: Питер, 2023. 384 с.
3. Лурия А. Р. Язык и сознание (серия «#экопocket»); СПб.: Питер, 2020-448 с.
4. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии (серия «Мастера психологии»): учебное пособие/ С. Л. Рубинштейн. Санкт-Петербург: Питер, 2012. 713 с.

CAUSES OF DELAYED PSYCHOVERBAL DEVELOPMENT
OF PRESCHOOL CHILDREN IN MODERN CONDITIONS

Yakimova Larisa Alekseevna

Master Student,

Dorzhi Banzarov Buryat State University

24a Smolina St., 670000 Ulan-Ude, Russia

ashektueva1970@gmail.com

Abstract. The article raises the urgent problem of the causes of delay in psycho-verbal development of preschool children. The features of the influence of breastfeeding, artificial feeding, the use of a pacifier, diapers on the development of the child, as well as accustoming the child to independent use of the potty and the influence of using the phone on speech development are studied.

Keywords: delay in psycho-verbal development, preschool age, causes of delay in psycho-verbal development.

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	3
<i>Аксенова Л. Ю., Тудупова Т. Ц.</i> Влияние ревности на возникновение разводов в супружеских парах.....	4
<i>Алсыкова А. В.</i> Факторы риска суицидальных тенденций у студентов колледжа.....	10
<i>Ангархаева А. Л., Тудупова Т. Ц.</i> Особенности эмоционального выгорания современных учителей.....	15
<i>Атриков А. Н., Тудупова Т. Ц.</i> Формирование представлений о будущей профессии у студентов-психологов.....	18
<i>Бадмаева Н. Ц., Кутумов А. С.</i> Потребительское поведение в системе наук: психологический аспект.....	21
<i>Баннова А. А.</i> О психическом, психологическом здоровье и безопасности личности в условиях современных кризисов.....	24
<i>Боевнина Е. А.</i> Из опыта работы по профилактике буллинга и создания безопасной среды в образовательных организациях.....	28
<i>Воронин А. Ю.</i> К вопросу о взаимосвязи ценностных ориентаций и информационно-психологической безопасности личности.....	32
<i>Гнездилова С. А., Дружинин Р. Е.</i> Процесс кинотерапии для студентов с особыми образовательными потребностями.....	38
<i>Дубинина Д. Б., Тудупова Т. Ц.</i> Роль памяти в актуализации проблемы развития речи у слабослышащих детей.....	42
<i>Дамдинова В. В., Тудупова Т. Ц.</i> Психологические факторы восприятия налоговой системы в обществе.....	46
<i>Дармаева Ж. Б., Тудупова Т. Ц.</i> Особенности отношения к болезни в тибетской и современной европейской медицине.....	50
<i>Каримова Т. В., Шевцова Я. В.</i> Психолого-педагогическая работа психолога с детьми, испытывающими страхи в младшем школьном возрасте.....	55
<i>Кванчиани И. Ю., Шевцова Я. В.</i> Современная технология психологической диагностики и коррекции личности в ситуации жизненного кризиса.....	62
<i>Леушина В. А., Климентьева Н. Н.</i> Стрессоустойчивость старшеклассников в период подготовки к ЕГЭ.....	66
<i>Миронова Т. Л.</i> О становлении практической психологии в Бурятии.....	69
<i>Миронова Т. Л.</i> О профессиональном общении врача.....	75
<i>Миронова Т. Л.</i> К 25-летию открытия специальности «Психология» в Бурятском государственном университете.....	79
<i>Москалева Ю. О., Олейник Н. О.</i> Техническая связанность и эмоциональная атомизация современного общества как факторы, способствующие развитию вторичного посттравматического стрессового расстройства: обзор подходов.....	87
<i>Павлова С. А., Ярославцева И. В.</i> Копинг-стратегии женщин, переживших насилие в семье.....	92
<i>Прокопенко А. И.</i> Факторы, влияющие на психологические ресурсы женщин в период беременности и после родов.....	95
<i>Смолянкин В. В.</i> К вопросу об изучении навыков развития пейсинга в спортивной психологии.....	97

<i>Сорокина Д. Б., Прохоренкова Е. А.</i> Психэмоциональное состояние лиц пожилого возраста в условиях кризиса (из опыта работы).....	101
<i>Сыдыкова Е. С.</i> Современные методы психологической помощи детям в ситуации горя.....	108
<i>Тудупова Т. Ц., Аксенова Л. Ю.</i> Факторы и причины развода у супружеских пар.....	112
<i>Тудупова Т. Ц., Дармаева Ж. Б.</i> Сравнительный анализ отношения к болезни в тибетской и современной европейской медицине.....	116
<i>Туманова Е. В.</i> Гиперактивное поведение младших школьников и его коррекция.....	120
<i>Туманова Е. В.</i> Коррекция эмоционально-волевой сферы у детей младшего школьного возраста.....	124
<i>Тыхеева В. В.</i> Внутрисемейное нарушение личных границ ребенка как основа формирования суицидального поведения.....	127
<i>Филатова Э. В., Тудупова Т. Ц.</i> Влияние уровня перфекционизма родителей на стиль семейного воспитания и развитие детей и подростков.....	131
<i>Фомина И. С., Тудупова Т. Ц.</i> Никотиновая зависимость в зрелом возрасте как психологическая проблема.....	135
<i>Хишектугева Э. Н., Дарижапова М. Н.</i> Приемы манипуляции у менеджеров по продажам, влияющие на мышление покупателей.....	138
<i>Хобракова Д. Б.</i> Гаджетомания школьников как одна из важнейших проблем практической психологии.....	143
<i>Цыбжитова Л. Д.</i> Социально-психологический климат коллектива как фактор повышения эффективности деятельности сотрудников МВД.....	146
<i>Шаргакишанова Я. Д.</i> Психэмоциональные особенности детей, воспитывающихся в опекунских семьях.....	149
<i>Якимова Л. А.</i> Причины задержки психоречевого развития детей дошкольного возраста в современных условиях.....	153

Научное издание

ПСИХОЛОГИЯ КАК ОСНОВА РАЗВИТИЯ
СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА: ВЗГЛЯД МОЛОДЫХ
ИССЛЕДОВАТЕЛЕЙ

*Материалы IV Всероссийской студенческой научно-практической конференции,
посвященной 25-летию открытия специальности «Психология»
в Бурятском государственном университете имени Доржи Банзарова*

(Улан-Удэ, 13–14 июня 2024 г.)

Редактор
Т. Ц. Тудупова

Компьютерная верстка
Т. И. Гармаевой

Свидетельство государственной регистрации
№ 2670 от 11 августа 2017 г.

Подписано в печать 29.11.24. Формат 60x84 1/8.
Уч.-изд. л. 15,74. Усл. печ. л. 18,6. Заказ 134.

Издательство Бурятского госуниверситета им. Д. Банзарова
670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
gio@bsu.ru