

№3- 2023

**НАУЧНО-
ПРАКТИЧЕСКИЙ
ЖУРНАЛ**



**Э П ВОПРОСЫ
ПСИХОЛОГИИ
ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ
СИТУАЦИЙ**



Рецензируемый журнал «ВОПРОСЫ ПСИХОЛОГИИ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ» — это периодическое издание, на страницах которого публикуются научные, практико-ориентированные статьи и материалы прикладного характера, посвященные актуальным проблемам в педагогической, возрастной, специальной, юридической, социальной психологии, психологии здоровья, психодиагностики и психологической помощи.

Цель и задачи журнала определены современной наукой, в которой наряду с дифференциацией подходов к изучению человека идут процессы синтеза и различного знания, вскрывающие частные и общие стороны и факты процессов развития воспитания, образования, профессионального определения, становления и адаптации личности, а также помощи человеку в разных условиях жизни и деятельности.

Целевую аудиторию журнала составляет широкий круг специалистов. Среди них научные работники, преподаватели, практикующие специалисты, аспиранты, соискатели, магистранты и студенты, а также все те, кто интересуется психологическими проблемами современного общества и человека в нем.

Все статьи подлежат рецензированию членами редакционного совета.

Языки: Русский, английский

Количество статей в журнале: до 20. **Количество выпусков в год:** 4

Разделы и рубрики журнала:

- Возрастная и педагогическая психология
- Гендерная психология
- История психологии
- Клиническая психология
- Когнитивная психология
- Инженерная психология
- Методология и методы психологии
- Нейропсихология
- Профессиональное самоопределение личности
- Психология виртуальной реальности
- Психология здоровья
- Психология личности
- Психология образования
- Психология отклоняющегося поведения
- Психология спорта
- Психология творчества
- Психология экстремальных ситуаций
- Психофизиология
- Семейная психология
- Социальная психология

Учредитель: ООО «Девять линий»

Издатель: ООО «Девять линий», Юридический адрес: ул. 9я линия, д. 72, г. Ростов-на-Дону, Ростовская область, Россия, 344019

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР-

БОРОВИЦКАЯ ЮЛИЯ ВИТАЛЬЕВНА

К.п.н., доцент кафедры социальной работы, ФГБОУ ВПО Волгоградский государственный социально-педагогический университет

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:

КАЗДАНЯН СУСАННА ШАЛВОВНА

Кандидат психологических наук (ВАК РФ, ВАК РА), доцент (ВАК РФ, ВАК РА), зав. кафедрой психологии Экономико-Юридического университета им. А. Мкртчяна, г. Ереван, Армения

КОВАЛЁВА ЮЛИЯ ВИКТОРОВНА

Доцент, Институт дополнительного профессионального образования работников социальной сферы (ГОУ ДПО ДТСЗН г. Москвы)

МОРОЗОВ ВЛАДИМИР ВАСИЛЬЕВИЧ

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии дошкольного образования, Московский государственный областной университет

ПРОНИНА НАТАЛЬЯ АНДРЕЕВНА

Кандидат педагогических наук, Доцент кафедры психологии и педагогики, ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

ПАЗЕКОВА ГАЛИНА ЕВГЕНЬЕВНА

Директор НОЦ междисциплинарных исследований и технологий, кандидат психологических наук, профессор РАЕ, ФБГОУ ВО Ульяновский государственный университет

ТКАЧЕНКО НАДЕЖДА СТЕПАНОВНА

Кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры возрастной и социальной психологии Белгородского государственного научно-исследовательского университета (НИУ «БелГУ»)

ШАЛАГИНОВА КСЕНИЯ СЕРГЕЕВНА

Кандидат психологических наук, доцент, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА:

| | |
|--|-----------|
| Боус Алёна Вячеславовна, Сафонова Марина Вадимовна. ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ КОМПЛЕКСА НЕПОЛНОЦЕННОСТИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ | 6 |
| Гаджиева Ума Басировна. ОСНОВЫ СОЗНАТЕЛЬНОГО И БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ | 11 |
| Индейкина Ольга Сергеевна. ВЫЯВЛЕНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ МЕЖДУ БИОХРОНОТИПАМИ И УСПЕВАЕМОСТЬЮ УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ | 16 |
| Казакова Юлия Владимировна, Сафонова Марина Вадимовна. ОРГАНИЗАЦИОННОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ КОРПОРАТИВНОЙ ПРЕДАННОСТИ СОТРУДНИКОВ (ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЙ) | 21 |
| Киселева Ирина Вадимовна, Будникова Ирина Анатольевна, Фомичева Ирина Владимировна. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ПРОФИЛАКТИКЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СТУДЕНТОВ | 28 |
| Комлик Любовь Юрьевна, Копылова Наталья Михайловна. ОСОБЕННОСТИ ПРАВОВОЙ СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ У СОВРЕМЕННОГО СТАРШЕКЛАССНИКА | 34 |
| Королева Юлия Александровна. ЦИФРОВАЯ СРЕДА КАК ФАКТОР СОЦИАЛИЗАЦИИ СОВРЕМЕННОГО РЕБЕНКА | 40 |
| Осипова Алла Анатольевна, Романенко Ася Петровна. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОВЗ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ | 46 |
| Пичуев Юрий Леонидович. МЕНТАЛЬНЫЙ РЕСУРС: К ОПРЕДЕЛЕНИЮ ПОНЯТИЯ | 52 |
| Протасова Дарья Дмитриевна, Сафонова Марина Вадимовна. ИНДИВИДУАЛЬНОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ВЗРОСЛЫХ КАК СРЕДСТВО ПОМОЩИ В САМОПРИНЯТИИ | 56 |
| Силантьева Ольга Владимировна, Сафонова Марина Вадимовна. ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ КРИЗИСА СЕРЕДИНЫ ЖИЗНИ У ЛИЦ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА | 62 |
| Тахтагулова Карина Олеговна. ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТНОЙ АДАПТАЦИИ СПОРТСМЕНОВ НА ЭТАПЕ ЗАВЕРШЕНИЯ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ | 69 |

Туценко Анна Олеговна, Сафонова Марина Вадимовна.
ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПОДРОСТКОВ **76**

Яковлева Анастасия Алексеевна, Сафонова Марина Вадимовна.
ОСОБЕННОСТИ РОДИТЕЛЬСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ
СОВРЕМЕННЫХ РОДИТЕЛЕЙ **81**



УДК 159

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ КОМПЛЕКСА НЕПОЛНОЦЕННОСТИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Боус Алёна Вячеславовна

Студентка, Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева

Научный руководитель: Сафонова Марина Вадимовна,
к.п.с.н., доцент, Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева

В статье рассматриваются описание компонентов и уровней проявления комплекса неполноценности в подростковом возрасте. В исследовании приняли участие 48 подростков. Представлены результаты проявления комплекса неполноценности у подростков по отдельным компонентам. Показано, что у 35% подростков сформировался комплекс неполноценности. Они не принимают образ своего тела, имеют множество иррациональных установок, неуверенные в себе и тревожные. У 65 % подростков комплекс неполноценности находится на стадии формирования.

Ключевые слова: *комплекс неполноценности, подростковый возраст, когнитивный, эмоционально-волевой, мотивационный, поведенческий компоненты, самооценка.*

В современном мире, в век меняющихся технологий, неизменно остается актуальным состояние человеческой души. В жизни каждого человека возникают такие события, в которых он чувствует себя неуверенно, скованно и т.д. Человек может не получать удовольствие и вовсе от того, что существует, развивается, достигает каких-то целей. И постепенно погружается в себя, в свои мысли и мир сложнейших психоэмоциональных переживаний, которые мешают жить полноценно.

Учёные, наблюдая за подобным поведением, пришли к выводу, что его основой служат различные комплексы, в том числе и комплекс неполноценности, который возникает в сознании человека под влиянием различных событий и обстоятельств.

Первым, кто описывал комплекс неполноценности был З. Фрейд. По З. Фрейду комплекс неполноценности — это устойчивая форма переживания человеком своей реальной или воображаемой ущербности, формируемое, когда человек замечает, что нелюбим. Само понятие «комплекс неполноценности» ввел в научный обиход А. Адлер. Все люди, как он считает, чувствуют себя неадекватными в определенных ситуациях, при столкновении с жизненными трудностями и осознании собственной беспомощности.

Основное положение А. Адлера состояло в признании чувства неполноценности как источника стремления человека к совершенству и

возникновения проблем, связанных с плохой приспособляемостью к обществу. В основе его лежит органическая, функциональная недостаточность органов и их повреждение. Чувство неполноценности возникает также в результате различного рода поражений и неудач, ведущих к унынию, растерянности, заниженной самооценке. Комплекс неполноценности является стойким, относительно стабильным переживанием негативного самоотношения.

Особенно ярко негативное самоотношение проявляется в подростковом возрасте. Подростковый период – это период онтогенетического развития между детством и взрослостью (от 11–12 до 16–17 лет), характеризующийся качественными преобразованиями, которые связаны с половым созреванием и вступлением в самостоятельную жизнь. Л.С. Выготский придерживался точки зрения того, что подростковый возраст относят к критическим периодам жизни человека, или периодам возрастных кризисов. Подростковый кризис – переломный момент в психологическом развитии многих детей, который внешне проявляется в грубости и целенаправленности поведения подростка, желании действовать вопреки желанию и требованию взрослых, игнорировании комментариев, замкнутости и т.д. Подростки замыкаются в себе, отгораживаются, ведут себя угловато, неуклюже, проявляют негативизм в присутствии особей противоположного пола, в этот период комплекс неполноценности проявляется особенно остро.

Комплекс неполноценности охватывает все компоненты структуры личности. Так, эмоционально-волевой компонент объединяет характеристики личности, относящиеся к содержанию, качеству, регуляции и динамике его эмоций и чувств. Признаком проявления комплекса неполноценности в эмоционально-волевой сфере являются неуверенность в себе, характеризующаяся сложным эмоциональным состоянием, состоящим из различных продолжительных чувств, эмоций, тревог и страхов. Сомнение в своих силах, уступки другим в ущерб себе, жертвенность, боязнь осуждения окружающих, неадекватная самокритичность, поиск недостатков в себе, гиперчувствительность к критике и возражениям, замкнутость – такими проявлениями характеризуется низкая самооценка как еще один компонент комплекса неполноценности.

Поведенческий компонент характеризуется избеганием зрительного контакта, сутулостью, вялостью и апатией или, напротив, ярко выраженным демонстративным поведением, чрезмерной внешней самоуверенностью в поведении (часто проявляется в подростковом возрасте как желание «выделиться из толпы»). Люди с высоким проявлением когнитивного компонента комплекса неполноценности когнитивного компонента не принимают себя, у них формируется представление о себе как о «неудачнике», идет процесс принятия себя как «я хуже всех». Признаками проявления комплекса неполноценности мотивационного компонента является невротический мотив.

Нами было проведено диагностическое исследование, целью которого было выявление особенностей проявления комплекса неполноценности в подростковом возрасте. В исследовании приняли участие обучающиеся 8, 9 и 10 классов, выборка составила 48 человек. Нами был подобран и проведен диагностический комплекс, в который вошли: опросник образа собственного тела (О.А. Скугаревский и С.В.

Сивуха), методика диагностики иррациональных установок (А.Эллис), мотивация успеха и боязнь неудачи (опросник А. А. Реана), методика «Комплекс неполноценности» Фетискина Н.П., Козлова В.В., Мануйлова Г.М, методика «Шкала Адлера», методика «Самооценка личности старшеклассника» Ратановой Т.А., наблюдение.

При анализе результатов по когнитивному компоненту, можно сделать вывод о том, что 79 % подростков имеют положительный образ тела: они любят смотреть на себя в зеркало, им нравится, когда на них обращают внимание окружающие. У 21 % подростков образ тела негативный: они испытывают неудовлетворённость собственным телом, избегают ситуаций, в которых окружающие могут увидеть их тело, трудно принимают комплименты, сравнивают себя с другими, появляется чувство «другие привлекательней, чем я», испытывают чувство вины в связи со своим весом. Поскольку физическая привлекательность является важной составляющей в целом положительного отношения к себе, негативный образ тела может послужить причиной формирования комплекса неполноценности.

Согласно методике А.Эллиса в когнитивном компоненте у большинства респондентов выявлено наличие иррациональных установок. Так, например, по шкале «фрустрационная толерантность» иррациональная установка присутствует у 67 % подростков, что говорит о пониженном уровне стрессоустойчивости личности, склонности к переживаниям состояния психологического стресса в ситуациях, связанных с невозможностью удовлетворения своих потребностей, могут присутствовать разочарование, переживание неудачи, тревоги, раздражительность, гнев, отчаяние, чувства вины.

По результатам диагностики мотивационного компонента мы выявили, что 77 % подростков не лишены комплексов, но могут с ними справляться: склонны объективно оценивать свое поведение и поступки людей. В обществе чувствуют себя достаточно свободно. У 19 % респондентов отмечаются комплексы, которые мешают жить, но с которыми они все-таки могут справиться самостоятельно, хотя временами боятся анализировать себя, свои поступки, оценивают себя негативно, «заикнулись» на своих слабостях, недостатках и ошибках. Оказались закомплексованными 2 %, а у следующих 2 % комплексов не выявилось, объективно оценивают свое поведение и поступки людей, что подтверждает методика «Комплекс неполноценности» Фетискина Н.П., Козлова В.В., Мануйлова Г.М.

Так же стоит обратить внимание на то, что мотивацией на успех обладают 54 % подростков. Данная мотивация является положительной, в её основе лежит потребность в достижении успеха. Такие люди уверены в себе, в своих силах, ответственны, инициативны и активны. Их отличает настойчивость в достижении цели. У 10 % подростков установлена тенденция к мотивации боязни неудачи. В деятельности менее инициативны, при выполнении ответственных заданий ищут причины отказа от них. В случае чередования успехов и неудач склонны к переоценки своих успехов, отличаются меньшей настойчивостью в достижении цели.

Результаты по эмоционально-волевому компоненту показали, что только 10 % подростков не отягощены «комплексом неполноценности», соответствующе реагируют на замечания других и редко сомневаются в своих действиях. Почти четверть (27 %) подростков страдают от

«комплекса неполноценности», но время от времени старается подстроиться под мнения других. Болезненно переносят критику в свой адрес, стараются всегда считаться с мнениями других и часто страдают от «комплекса неполноценности» 63 % подростков, что говорит о низком уровне самооценки.

Испытывают страх не соответствовать ожиданиям окружающих и не оправдать надежды 21 % респондентов. Так же мы выявили, что 56 % подростков обладают интернальным локусом контроля, который характеризуется умением брать ответственность за себя и свою жизнь, высокой степенью причинных взаимосвязей между собственным поведением и получением желаемого. У 44 % подростков наблюдается экстернальный локус контроля, который характеризуется страхом брать ответственность на себя, стремление перекладывать ответственность за свою жизнь и успешность на внешние обстоятельства.

При изучении поведения методом наблюдения выявились трудности в установлении зрительного контакта, страх перед окружающими, агрессивность, безынициативность у 73 % подростков.

Обобщая полученные результаты, можно сделать вывод о том, что у 35% подростков сформировался комплекс неполноценности. Они не принимают образ своего тела, имеют множество иррациональных установок, неуверенные в себе и тревожные. У 65 % подростков комплекс неполноценности находится на стадии формирования.

Опираясь на эти данные, необходимо подчеркнуть необходимость работы по преодолению у группы респондентов комплекса неполноценности. В работе мы предполагаем акцент на формирование более уверенной и активной позиции в отношении самих себя, обретение уверенности в своих силах и возможностях. Мы планируем содействовать выработке адаптивных стратегий поведения в трудных и стрессовых ситуациях, осознанию своей личности как ценности таким образом, чтобы подростки были способны к личностной самореализации и при этом не испытывали длительного чувства тревоги и страха, сохраняли целостность его личности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Адлер, А. Практика и теория индивидуальной психологии/ А. Адлер. – М.: Ардис, 2008. – 268 с.
 2. Большой психолого-педагогический словарь. – Ростов/Д. : «Феникс», 1999. – 576 с.
 3. Образование, воспитание и обучение. [Электронный ресурс]. Режим доступа: [<https://pedsovet.su/publ/156-1-0-5281>] (дата обращения 22.05.23)
 4. Немов, Р. С. Психологический словарь / Р. С. Немов, – М.: ВЛАДОС, 2007. – 560 с.
 5. Психологическая наука и образование. [Электронный ресурс]. Режим доступа: [https://psyjournals.ru/journals/pse/archive/1997_n1/pse_1997_n1_Prihozhan.pdf] (дата обращения 18.05.23)
-

FEATURES OF THE MANIFESTATION OF THE INFERIORITY COMPLEX IN ADOLESCENCE

Bous A.V.

The article discusses a description of the components and levels of manifestation of an inferiority complex in adolescence. The study was attended by 48 adolescents. The results of the manifestation of the inferiority complex in adolescents are presented for individual components. It is shown that 35% of adolescents have formed an inferiority complex. They do not accept the image of their body, have many irrational attitudes, uncertain and disturbing. In 65 % of adolescents, the inferiority complex is at the formation stage.

Keywords: a complex of inferiority, adolescence, cognitive, emotional-volitional, motivational, behavioral components, self-esteem.

УДК 159

ОСНОВЫ СОЗНАТЕЛЬНОГО И БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Гаджиева Ума Басировна

К.п.н, доцент кафедры общей и социальной психологии
факультет психологии и философии,
Дагестанский государственный университет

Статья посвящена актуальной и важной проблеме исследования сознательных и бессознательных процессов как на уровне личности человека, так и на уровне всего общества. В статье анализируются признаки сознания, а также элементы, каждый из которых отвечает за определенную функцию. Также рассматриваются свойства, благодаря которым познание человеком окружающего мира носит весьма субъективный характер. Индивид, обладающий сознанием, способен выполнять определенную работу, добиваться каких-то высот и контролировать свое поведение.

Ключевые слова: психика, сознание, бессознательность, подсознание, неосознаваемые механизмы сознательных действий, неосознаваемые автоматизмы, неосознаваемые установки, неосознаваемое сопровождение сознательных действий, ясность сознания, предсознание.

В современном мире остро растет интерес к анализу и исследованию бессознательного и сознательного как на уровне личности человека, так и на уровне всего общества.

Сознание или сознательное не является единственным из ступеней, где в точности отражаются все психические процессы, воспринимаемые и управляемые поведение человека [1, с.63]. Существует также бессознательное состояние человека. Особую границу между ними сложно провести, ведь это все те же процессы, отражающие основные явления и состояния индивида, влияющие на поведение. Однако не осознаваемые им.

Сознание есть состояние психической жизни, проявляющая в переживании тех или иных событий внешнего мира, способность мыслить и рассуждать отношения к самой действительности, познания собственной личности, а также обеспечение единства и многообразия поведения [5, с.23].

К основополагающим признакам сознания можно отнести: речь, логика,

способность человека формировать общую модель мира в виде совокупности разнообразных форм, образов и понятий.

Сознание, в свою очередь, состоит из нескольких элементов, каждый из которых отвечает за определенную функцию:

1. Процессы познания-восприятие, ощущение, мышление и память). Благодаря им формируется основная совокупность знаний об окружающем нас мире.

2. Различия субъективного и объективного (противопоставления внутренних и внешних качеств своей души окружающему миру, различия «Я» и «не Я»). В его структуру входят самопознание, самооценка).

3. Связь человека к самому себе и к окружающему миру. Это чувства, многочисленные эмоции и всевозможные переживания.

4. Творческий критерий. Сознание являет новые образы, которые ранее не было, но благодаря воображению, интуитивной деятельности смогли появиться.

5. Познание временной картины мира. Наша память способна хранить фигуры прошлого, а фантазия формирует модели будущего.

6. Постановка целей. Исходя из общих потребностей человека, сознание формирует цели и направляет индивида на их достижение.

Основные функции сознания: отражательная, оценочная, креативная,

рефлексивная, преобразующая, время-образующая.

Сознанию человека присуще ряд свойств, благодаря которым познание человеком окружающего мира носит весьма субъективный характер.

Основные свойства: активность, предпочтительный характер, целостность, динамичность, ясность, обобщенность и рефлексивность.

I. Активность проявляется в полном отражении действительного мира связанный с деятельностью, а точнее с активным воздействием на окружающий мир. В его основе лежат понятия – потребность и интерес.

II. Предпочтительный характер сознательной деятельности представляет собой, зацикленность на определенных формах, а не на весь окружающий мир. Связаны в основном с нереализованными потребностями (мечты).

III. Целостность сознания, как правило, обладает психически здоровый индивид. Способность бороться с внутренними конфликтами ценностей и интересов.

IV. Динамика сознания обусловлена быстрой сменой психических процессов, в связи с непрерывным развитием или изменяемости, закрепляющиеся в общем состоянии, а также в новых свойствах личности индивида.

V. Ясность сознания. Область, в которой периодически осознается любой вид деятельности, образа, приводящая к размышлению, к выработке планов, выводов, определенной конкретики - это есть поле ясного сознания.

Кроме того, есть и область промежуточного поля сознания-подсознание. То, что в течение определенного интервала времени не осознается, но может быть частью сознания. Взаимопереходы между двумя областями возможны.

Примером может послужить интуиция человека, вызванная мгновенным решением. До того, как интуитивная функция сформируется у человека, необходима долгая и кропотливая тренировка навыков. Постепенно, промежуточные ясные размышления

ускорились, взаимно переходя в подсознание (мгновенная интуитивные выводы, решения...)

VI. Обобщенность сознания, значит использование не действительных образов и понятий, а абстрактными явлениями, лишенные конкретики.

Бессознательное – совокупность психических состояний и процессов, обусловленное реальной действительностью, не осознаваемые человеком. Кроме того, понятие бессознательное представляет собой такую форму отражения реальности, при которой нарушается регулирование поведения. В бессознательном, в отличие от сознания, невозможен целенаправленный контроль за совершаемыми действиями, невозможна и оценка их результата.

Явления бессознательного имела различные объяснения у представителей. Одним из них, считался Зигмунд Фрейд, понимавшим под бессознательным, влечения индивида, которые он не мог реализовать, поскольку они противоречили социально-нравственным нормам [4, с.56].

Сознательное и бессознательное являет собой 2 стороны общей совокупности психики человека. Оба термина противопоставляются друг другу, однако с точки зрения многих психоаналитических исследований их рассматривают как общность единых структур, но на различных ступенях развития [2, с. 47].

С точки зрения культурно-нравственного подхода к проблеме сознательного и бессознательного, первое охарактеризуется наличием среднего звена между общностью сознания и восприятия реальности. Этим средним звеном является элемент культурно-общественной практической деятельности, который позволяет отображать и строить реальную картину окружающего нас мира [3. с. 28].

Бессознательное, неосознаваемое выражается психическими процессами, которые не находят отражения в сознательной деятельности индивида и не в силах контролировать. Главной особенностью данной формы является отсутствие субъективного контроля [7, с. 34].

Исходя из теории описания форм сознательного и бессознательного можно выделить несколько видов проявления бессознательного:

1. Неосознаваемые механизмы сознательных действий:

- неосознаваемые автоматизмы – действия, которые совершаются бессознательно. Первичные автоматизмы-мигание, ходьба и др.). Вторичными автоматизмами являются процессы, которые на начальный момент осознавались индивидом, но через некоторое время перестали входить в сознание, стали автоматизированным навыком.
- неосознаваемые установки – готовность к совершению определенного, конкретного действия.
- неосознаваемое сопровождение сознательных действий – произвольные движения, мимику, а также большой класс вегетативных движений, связанных с состоянием человека.

2. Неосознаваемые побудители сознательных действий (3. Фрейд):

Исследования процессов, относящихся к неосознаваемым факторам сознательных действий, прежде связаны с одним из

известных психологов XX века — Зигмундом Фрейдом, создавший свою теорию бессознательного.

а) К категории сознания он относил все, что осознается и находится под контролем человека.

б) К категории предсознания Зигмунд Фрейд относил скрытые знания. Это те знания, которыми человек располагает, но в данный момент отсутствуют в его сознании. Они иницируются при возникновении соответствующего стимула, цели.

в) Область бессознательного, по Фрейду, обладает усложненными свойствами. Психическая жизнь индивида напрямую зависит от его влечений. Однако из-за Данная тематика периодически прорывается в нашу сознательную жизнь, принимая различные формы (сновидения, ошибочные действия, невротические симптомы).

3. Надсознательные процессы (интуитивные процессы) – образования некоего продукта в результате большой сознательной (как правило, интеллектуальной) работы.

Характеристики:

- Человек точно не знает конечного решения или итога, к которому приведет надсознательный процесс.

- Сознательные и надсознательные процессы постоянно находятся в тесной связи друг с другом. Например, хорошо известное всем человеческое чувство — любовь. Вы знаете, что любите этого человека, но по какой причине вы его любите? Что заставляет вас любить именно его, а не другого? Это можно объяснить лишь работой определенных факторов, которые называются надсознательными процессами. Поэтому, можно сказать, что надсознательные процессы играют значимую роль в жизни людей.

Можно прийти к выводу, что психика человека чрезвычайно сложна. Ей характерны наличие 2-х наиболее больших категорий психических процессов, различающих степень их сознания.

Высшим уровнем психического отражения действительности является сознание, управляющие наиболее сложными формами поведения, требующие контроля [6, с.252]. Индивид, обладающий сознанием, способен выполнять определенную работу, добиваться каких-то высот и самое главное, контролировать свое поведение. Однако, не все действия, сознание способно держать под контролем.

Процессы психики, не отражающие в сознание человека, относятся к категории так называемых неосознаваемым механизмам. Бессознательное явление отличается отражаемой реальностью, отношением к миру и из-за этого отсутствует контроль каких-либо действий. Сознательное и бессознательное находятся в тесной связи между собой и играют важнейшую роль в формировании психики у индивида.

ЛИТЕРАТУРА

1. Маклаков А.Г. Общая психология. СПб.: Питер, 2002.
2. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология. М.: Просвещение, 2002.
3. Философский энциклопедический словарь Гл. редакция: Л.Ф. Ильичев, П.Н. Федосеев. - М.: Сов. Энциклопедия, 1983.
4. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию: Курс лекций: Учебное пособие для вузов. - М.: ЧеРо, 2002. - 181с.
5. Немов Р.С. Психология: Учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. — 4-е изд. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. — 688с.
6. Психология сознания / Сост. и общая редакция Л. В. Куликова. — СПб.: Питер, 2001. — 480с.
7. Щербатых Ю. В. Общая психология. - СПб: Питер, 2008. - 272с

FUNDAMENTALS OF CONSCIOUS AND UNCONSCIOUS BEHAVIOR

Gadzhieva U. B.

The article is devoted to an urgent and important problem of the study of conscious and unconscious processes both at the level of a person's personality and at the level of the whole society. The article analyzes the signs of consciousness, as well as the elements, each of which is responsible for a specific function. The properties due to which a person's knowledge of the surrounding world is very subjective are also considered. An individual with consciousness is able to do a certain job, achieve some heights and control his behavior.

Keywords: psyche, consciousness, unconsciousness, subconsciousness, unconscious mechanisms of conscious actions, unconscious automatism, unconscious attitudes, unconscious accompaniment of conscious actions, clarity of consciousness, pre-consciousness.

УДК 12.821:159.91

ВЫЯВЛЕНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ МЕЖДУ БИОХРОНОТИПАМИ И УСПЕВАЕМОСТЬЮ УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ

Индейкина Ольга Сергеевна

Канд. биол. н., доцент кафедры естественнонаучного образования, ЧГПУ им. И. Я. Яковлева

Статья посвящена изучению влияния биохронотипов учащихся старших классов на их успеваемость. Для изучения биохронотипа был выбран тест Хорна-Остберга (в модификации проф. С. И. Степановой). Анализ успеваемости старшеклассников проведен на основе школьного электронного журнала. Выявлено, что в 11 классе преобладают учащиеся с биохронотипом «голуби», «жаворонков» в данном классе выявлено не было. В данном классе выявлены все три группы успеваемости («отличники», «ударники» и «троечники»). Анализируя полученные данные выявлено, что среди учащихся биохронотипа «совы» преобладают «ударники». Среди учащихся биохронотипа «голуби» преобладают «отличники» и «ударники».

Ключевые слова: биохронотипы, уровень успеваемости, учащиеся старших классов, взаимосвязь, «совы», «жаворонки», «голуби».

Долгое время перед учеными-педагогами стоит проблема повышения эффективности учебного процесса. В настоящее время большой интерес вызван изучением взаимосвязи между биохронотипами и успеваемостью учащихся. Изучив биохронотипы всего класса, можно более эффективно организовать учебный процесс и повысить успеваемость учащихся через индивидуальный подход в зависимости от биохронотипа [1, 2, 3].

Цель исследования – оценить влияние биохронотипов учащихся старших классов на их успеваемость.

Опытно-экспериментальная работа проводилась на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Гимназия № 4» города Чебоксары Чувашской Республики.

В эксперименте приняло участие 23 учащихся 11 класса, из них 18 девочек и 5 мальчиков.

Исследование состояло из четырех этапов: первый этап – анализ имеющейся литературы по теме исследования; второй этап – подбор и проведение методики по изучению биохронотипов у учащихся старших классов; третий этап – изучение успеваемости учащихся по результатам итоговых оценок за четверть; четвертый этап – анализ и обсуждение полученных результатов, формулировка вывода.

Изучение биохронотипов школьников нами осуществлялось посредством теста Хорна-Остберга (в модификации профессора С. И. Степановой). Старшеклассникам предстояло ответить на 23 вопроса,

касающихся их ежедневного распорядка дня и основных вопросов их жизнедеятельности.

Результаты распределения школьников по биохронотипам представлены на рисунке 1.

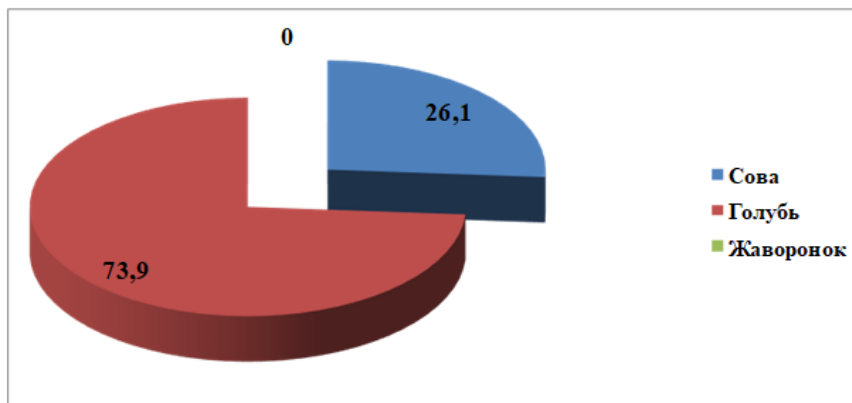


Рисунок 1. Результаты распределения учащихся по биохронотипам (%)

Из рисунка 1 видно, что в 11 классе преобладают «голуби» (73,9 % учащихся, 17 человек). И 26,1 % учащихся (6 человек) составляют «совы». «Жаворонков» в данном классе выявлено не было.

Для определения успеваемости учащихся мы использовали школьную учебную документацию, а именно классный журнал. На основе анализа итоговых оценок учащихся за 2 учебную четверть разделили учащихся по уровню успеваемости на три группы: «отличники», «ударники» и «троечники». В группу «хорошисты» были включены учащиеся с преобладанием итоговых оценок «4» и «5» (или средний балл «4»). В группу «ударники (троечники)» были включены учащиеся, имеющие средний балл «3».

Для большей наглядности результаты распределения учащихся по группам успеваемости представлены на рисунке 2.

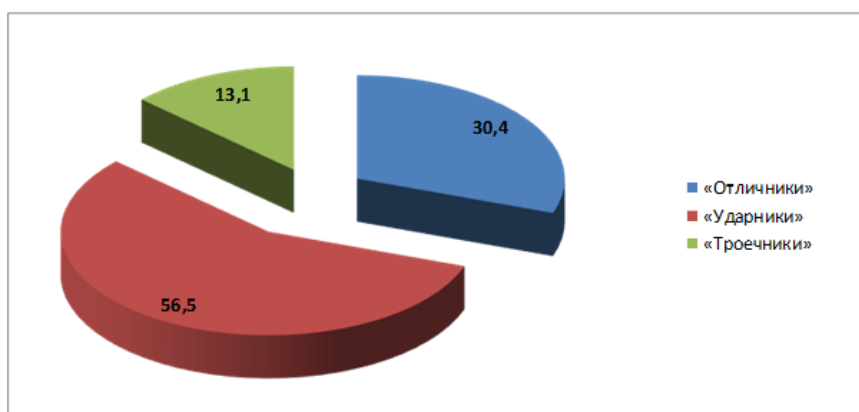


Рисунок 2. Результаты распределения учащихся по группам успеваемости (%)

Итак, анализ итоговых оценок учащихся 11 класса за 2 учебную четверть показал, что в классе 30,4 % учащихся входят в группу «отличники»; 56,5 % учащихся вошли в группу «ударники» и 30,1 % учащихся вошли в группу «троечники».

Согласно полученным экспериментально-опытным путем результатам большинство учащихся 11 класса являются «ударниками».

Для определения взаимосвязи биохронотипа и уровня успеваемости учащихся старших классов мы в группах школьников «совы» и «жаворонки» определяли долю «отличников», «ударников» и «троечников».

Проанализировав группу учащихся «Совы» (6 человек) мы получили следующие результаты: из 6 человек 1 (16,7 %) учащихся являются «отличниками»; 4 (66,6 %) учащихся являются «ударниками», 1 (16,7 %) учащихся являются «троечниками». Для большей наглядности результаты представлены на рисунке 3.

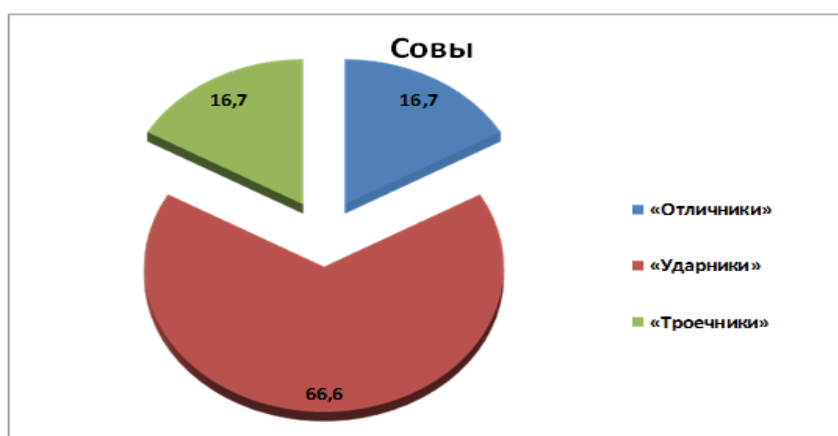


Рисунок 3. Доля «отличников», «ударников» и «троечников» среди учащихся биохронотипа «совы» (%)

В группе учащихся по биохронотипу «голуби» (17 человек) мы обнаружили 9 (52,9 %) учащихся являющихся «ударниками» и 2 (11,8 %) учащихся являющихся «троечниками», 6 (35,3 %) учащихся являющихся «отличниками». Для большей наглядности результаты представлены на рисунке 4.

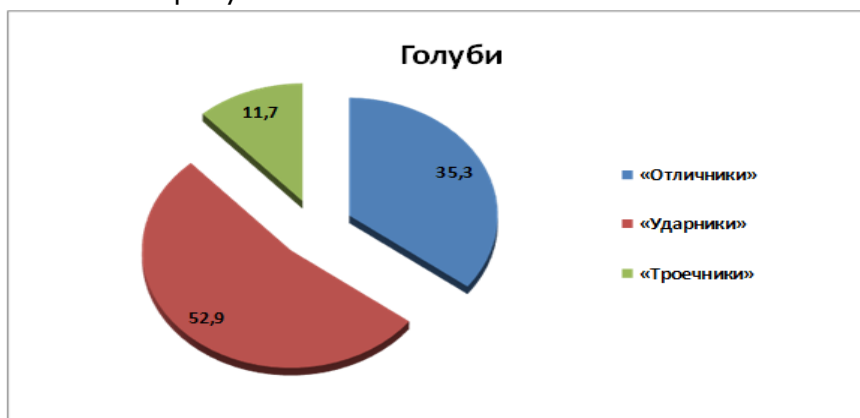


Рисунок 4. Доля «отличников», «ударников» и «троечников» среди учащихся биохронотипа «голуби» (%)

Определяя биохронотипы учащихся при различной успеваемости учащихся старших классов за 2 учебную четверть мы получили результаты, более компактно представленные в таблице 1.

Таблица 1
Доля «отличников», «ударников» и «троечников» с разным биохронотипом (%)

| Успеваемость | «Голубь» (кол-во человек (%)) | «Сова» (кол-во человек (%)) |
|--------------|----------------------------------|--------------------------------|
| «Отличники» | 6 (35,3) | 1 (16,7) |
| «Ударники» | 9 (52,9) | 4 (66,6) |
| «Троечники» | 2 (11,7) | 1 (16,7) |

Таким образом, анализируя полученные данные мы выявили, что среди учащихся биохроноти́па «совы» преобладают «ударники». Среди учащихся биохроноти́па «голуби» преобладают «отличники» и «ударники».

ЛИТЕРАТУРА

1. Индейкина О. С., Ваисова М. С. Изучение влияния биологических ритмов на успеваемость учащихся // Теоретические и прикладные аспекты естественнонаучного образования: материалы Всероссийской научно-практической конференции, Чебоксары, 19 мая 2022 года / Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева; отв. ред. О. С. Индейкина. – Чебоксары: Чуваш. гос. пед. ун-т, 2022. – С. 218-220.
2. Панков А. С. Хронотип и школьная успеваемость // Наука молодых: сб. науч. ст. – Арзамас: Арзамасский филиал федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования "Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского", 2018. – С. 357-360.
3. Саблина Н. И. Влияние индивидуальных биоритмов на успеваемость и социальную активность школьников // Юный ученый. – 2020. – № 9 (39). – С. 37-40.

IDENTIFYING THE RELATIONSHIP BETWEEN BIOCHRONOTYPES AND PERFORMANCE OF HIGH SCHOOL STUDENTS

Indeykina O. S.

The article is devoted to the study of the influence of biochronotypes of high school students on their academic performance. To study the biochronotype, the Horn-Ostberg test (modified by Prof. S.I. Stepanova) was chosen. An analysis of the performance of high school students was carried out on the basis of the school electronic journal. It was revealed that

in the 11th grade, students with the "pigeons" biochronotype predominate; no "larks" were identified in this class. In this class, all three performance groups were identified ("excellent students," "strikers," and "C students"). Analyzing the data obtained, it was revealed that among students of the "owl" biochronotype, "shock strikers" predominate. Among students of the "pigeons" biochronotype, "excellent students" and "shock students" predominate.

Keywords: biochronotypes, level of academic performance, high school students, relationships, "owls", "larks", "pigeons".

УДК 159

ОРГАНИЗАЦИОННОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ КОРПОРАТИВНОЙ ПРЕДАННОСТИ СОТРУДНИКОВ (ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЙ)

Казакова Юлия Владимировна
Магистрант, КГПУ им. В.П. Астафьева

Научный руководитель: Сафонова Марина Вадимовна
к.п.с.н., доцент КГПУ им. В.П. Астафьева

В статье рассматривается организационное консультирование как средство формирования преданности работников. Проведен анализ состояния уровня корпоративной преданности работников по основным критериям: идентификация, вовлеченность, лояльность, удовлетворенность, групповая сплоченность, доверие к организации, внешний престиж компании и воспринимаемая организационная справедливость. Выделены основные проблемные моменты коллектива, из-за которых снижается общее состояние корпоративной преданности работников. В целях развития навыков общения работников, поиска позитивных сторон компании, рефлексии личного восприятия, восприятия существующих возможностей для развития и участия в жизни организации разработана программа мероприятий для работников компании.

Ключевые слова: корпоративная преданность, организационное консультирование, идентификация, вовлеченность, лояльность, удовлетворенность, групповая сплоченность, доверие к организации, внешний престиж компании и воспринимаемая организационная справедливость.

Приверженность работников к компании определяется как сила идентификации индивида с организацией и его вовлеченность в деятельность организации, проявляющаяся в принятии организационных целей и ценностей, мотивации к достижению организационных целей и стремлении сохранять членство в данной организации [1].

Для разработки программы организационного консультирования, направленной на формирование корпоративной преданности работников, нами проведено исследование уровня приверженности работников в одной из государственных корпораций.

Корпоративная преданность работников рассмотрена нами через ряд компонентов: удовлетворённость условиями труда, позитивное отношение к компании, идентификация (следование ценностям и нормам) к социально-психологическим условиям деятельности: социальная вовлеченность и воспринимаемая поддержка, групповая сплоченность коллектива, положительное восприятие внешнего

престижа организации, организационная справедливость, доверие к организации.

При исследовании использованы следующие диагностические методы анализа уровня корпоративной преданности работников: мотивационный тест Ф. Герцберга; шкала «Организационная лояльность» методики измерения лояльности С.С. Баранской; субшкала аффективной (эмоциональной) лояльности (Affective Commitment Scale – ACS) методики «Шкала организационной лояльности» ("Organizational Commitment Scale") Дж. Мейер и Н. Аллен; опросник воспринимаемой организационной поддержки (Survey of Perceived Organizational Support; SPOS), разработанный Р. Эйзенбергером и коллегами; подшкала «Социальная поддержка» методики «Опросник дизайна трудовой деятельности» (Work Design Questionnaire; WDQ), разработанный Ф. Моргесоном и С. Хэмфри; «Шкала групповой сплоченности» (Group Cohesiveness Scale) С.Хинкль и коллег (Hinkle, Taylor, Fox-Cardamone, 1989); вопросник Ю. Липпонена на выявление воспринимаемого престижа организации (Lipponen, 2001); опросник «Организационная справедливость» (русскоязычная адаптация) С.С. Баранская; «Шкала доверия к организации» (Trust in Organization Scale), разработана Дж. Габарро и А. Атосом (Gabarro, Athos, 1976).

Анализ результатов исследования позволил сделать вывод, что в целом у работников компании средний уровень корпоративной преданности (62,5%), примерно у трети – высокий (37,5%), низких значений уровня корпоративной преданности не выявлено. Такая ситуация складывается в связи с неудовлетворенностью работниками условиями работы (финансовые мотивы, признание в работе, отношения с руководством и сотрудничество в коллективе), групповой сплоченностью, справедливостью принимаемых руководством решений. Работники ощущают недостаточную степень возможности участия в делах компании, не заинтересованы в качественном выполнении своей работы и не доверяют руководству компании.

Принимая во внимание выявленные факторы, провоцирующие проблемы в проявлении корпоративной преданности работников компании, в целях помощи компании в качестве средства снижения или устранения таких факторов мы использовали программу обучающего организационного консультирования.

Организационное консультирование в целом направлено на анализ ситуации в компании и поиск возможностей для проведения изменений, реорганизации и роста. Сутью организационного консультирования является содействие, которое консультанты оказывают руководству в проведении структурных изменений или изменений в организационной культуре для улучшения эффективности функционирования организации [10].

Одним из видов организационного консультирования является обучающее консультирование, которое предполагает сбор консультантом идей, анализ решений и подготовку почвы для их возникновения за счет предоставления клиенту соответствующей теоретической и практической информации в форме лекций, семинарских занятий, тренингов, деловых игр, учебно-практических пособий, конкретных ситуаций («кейсов») и т. д. [11].

Мы разработали программу мероприятий для работников компании в целях развития навыков общения, поиска позитивных

сторон компании, рефлексии личного восприятия существующих возможностей для развития и участия в жизни компании. Мероприятия представляют собой различные формы работы: групповые дискуссии, психотехники, игры и упражнения, направленные на формирование корпоративной преданности.

Программа мероприятий включает в себя 7 тематических встреч. Длительность встречи: 1,5 часа (90 минут). Частота встреч: 1 раз в неделю на протяжении 7 недель.

Программа реализуется в три этапа:

1. Вводный (1 встреча).
2. Основной (5 встреч).
3. Заключительный (1 встреча).

Все консультативные встречи имеют общую структуру:

1. Организационный этап.

Приветствие. Упражнения на сплочение.

Самопрезентация участников.

2. Основной этап.

Теоретическая часть: консультативная беседа по теме встречи.

Практическая часть: выполнение упражнений, техник и их рефлексия.

3. Завершающий этап.

Домашнее задание (при необходимости).

Итоговая беседа. Рефлексия.

В работе приняло участие 15 работников компании, в возрасте 22-56 лет, из них 4 женщины и 11 мужчин.

Тематические встречи направлены на последовательную проработку основных факторов неудовлетворенности работников, каждая новая встреча, как звено цепи логично следует из предыдущей и подготавливает работников к следующей.

В целях сплочения и настроя на дальнейшую работу коллектива, первая тематическая встреча будет направлена на его объединение. В рамках организационного этапа в упражнениях «Презентация товарища», «Синхронизация» и «Невидимая связь» участники программы познакомятся. Далее основным этапом будут проведены упражнения «Игра Роджера», «Общее дыхание», «Сиамские близнецы», «Мина», что позволит организовать взаимодействие в группе и сплотить коллектив. Завершающим этапом в упражнении «Пожелание», работники будут мотивировать друг друга к росту и развитию.

Вторая тематическая встреча будет посвящена самопознанию работников в целях раскрытия положительных качеств личности и принятия отрицательных. В рамках организационного этапа будет мини-лекция, посвященная проекциям представлений относительно любого человека по схеме «Окошко Джогарри» Лафта Джозефа и Гарри Инграма. Далее при помощи упражнений: «Кто я? Какой я?», «Каким меня видят?», работники получат возможность к самораскрытию и рефлексии восприятия себя другими коллегами. Основным этапом планируем провести упражнения, позволяющие отработать навыки обращения за помощью к коллегам «Просьба» и навыки вежливого отказа «Техника вежливого отказа». В завершении занятия будет проведена медитация «Дом моей мечты» и групповое обсуждение

результатов с интерпретацией визуальных образов участников, полученных в ходе представления «Дома мечты».

В целях повышения уровня вовлеченности работников в дела компании третье занятие посвятим их самореализации. После организационного этапа –приветствия, в рамках основного этапа будет проведено диагностическое упражнение «Желтые веревки», в целях выявления основных ограничений работников при самостоятельном принятии решений. В ходе выполнения упражнения «Песчинка или камень» работники проведут анализ своих возможностей для самореализации в рамках компании. Для повышения готовности работников к выделению приоритетов при планировании своих жизненных и профессиональных перспектив, а также готовности к соотнесению своих профессиональных целей и возможностей проведем упражнение «Пять шагов». Завершающим упражнением указанного этапа будет проведено упражнение «Ловушки и капканчики» для повышения уровня осознания возможных препятствий (ловушек) на пути к профессиональным целям и представления о механизмах преодоления этих препятствий. Завершающим этапом последует итоговая беседа и рефлексия результатов работы участниками.

Четвертое занятие будет направлено на мотивацию работников и побуждение их к активной деятельности. Традиционно после организационного этапа – приветствия участников – проведем мини-лекцию на тему практических методов для повышения мотивации к работе. В рамках основного этапа будут проведены упражнения «Мои поощрения» и «Мотивирующее обращение», в ходе которых работники получают возможность провести анализ причин, в связи с которыми важно признавать и поощрять сотрудников, изучат разнообразные способы признания и поощрения, по завершении работникам будет предложено подготовить мотивирующее обращение руководителя к подчиненным. Далее последует ролевая игра «Волк и семеро козлят», где каждый работник получит возможность оказаться в роли руководителя. По сценарию руководителю-волку необходимо замотивировать подчиненных работников-козлят к выполнению неприятной работы. Цель проведения ролевой игры – получение опыта роли руководителя коллектива с рефлексией сложности выбора мотивационных воздействий для каждого работника. Занятие завершится релаксационным упражнением «Маяк», направленным на раскрытие внутреннего мотивационного потенциала личности работников.

В связи с тем, что в рамках проведенной диагностики коллектива компании выявлена неудовлетворенность работников справедливостью принимаемых руководством решений, пятое занятие посвятим теме справедливости в команде. После приветствия, синхронизации группы и мини-лекции на тему чувства несправедливости, причин его возникновения и методов профилактики, работники получают навыки работы с автоматическими мыслями по заданной теме в технике когнитивной реструктуризации. Далее в целях рефлексии участниками справедливости совместной работы по организации вымышленного коллектива в заданных условиях проведем упражнение «Необитаемый остров». Для разгрузки участникам занятия будет проведено упражнение-головоломка «Справедливость» по совместному решению ситуационной задачи на тему справедливости принимаемых решений.

Далее в упражнении «Шериф и убийца» участники отработают навыки принятия справедливых и обоснованных решений. Завершающим этапом традиционно станет итоговая беседа и рефлексия результатов работы. В конце работникам будет дано домашнее задание пройти самостоятельную диагностику по методике Шмишека.

Предпоследнее занятие посвятим конфликтам в связи с тем, что по итогам диагностики выявлена неудовлетворенность работников взаимодействием внутри коллектива по выработке совместных решений в определенном блоке направлений, которые, вероятно, носят конфликтный характер. После приветствия будет проведена мини-лекция на тему конфликта, его этапов и формул. Работникам предложим решить ситуационные задачи по выявлению формул конфликта. Далее в рамках основного этапа пройдет упражнение «Ролевая игра», где участникам будет предложено по ролям проиграть и проанализировать конкретный конфликт, предложенный одним из участников занятия. Следом пройдет еще одна мини-лекция по теме управления конфликтом и характеристик основных стратегий поведения в нем. В целях отработки умений и навыков по сглаживанию конфликтов будет проведено одноименное упражнение «Сглаживание конфликта», далее с работниками будет организовано обсуждение результатов, полученных по методике Шмишека, на предмет выявленных типов акцентуации характера и их конфликтности. В последнем упражнении основного этапа – «Адские башни» – работники примут участие в построении команды в условиях конфликта, возникшего из-за коммуникативных барьеров между участниками. Завершающим этапом с работниками будет проведено упражнение «Бесплатные советы», с целью дать возможность каждому участнику получить индивидуальную рекомендацию по применению полученных знаний. Встреча завершится итоговой беседой и рефлексией результатов работы участниками.

Последнее занятие будет проведено с использованием метода «Парадигма позитивных перемен», который предложил в 1980 г. Д. Куперрайдер. Автор, проводя опрос работников одной из клиник Кливленда, совершенно случайно формулировал вопросы в позитивном ключе. Спрашивая, что хорошего есть в клинике, он отметил положительный отклик интервьюированных работников. Основное отличие этого метода от остальных в том, что при обсуждении проблем идеи формулируются исходя из позитивных моментов в прошлом или возможном будущем компании. Цикл работы состоит из четырех этапов, четырёх «D»: Discovery (открытие); Dream (мечта); Design (дизайн); Destiny (действия).

Работа по поиску позитивных мотивирующих моментов с работниками компании будет проведена на занятии поэтапно.

Первым этапом Discovery (открытие) работники компании разделятся по парам и проведут небольшое интервью друг другу на тему ситуаций, при которых работники были увлечены работой в компании. После интервью работники, объединившись в большие группы по 4-6 человек, обсудят интервью друг друга для выявления схожих факторов.

Вторым этапом Dream (мечта) работникам будет предложено помечтать на тему выполнения работы-мечты в компании спустя пять лет. Что Вам помогает? Что мешает? Как вы трансформируете,

дополняете, улучшаете этот вид деятельности? Что вы в него вносите уникального, благодаря своему участию?

Третьим этапом Design (дизайн) работники, объединившись в микро группы по три человека, должны будут обсудить конкретные действия, которые нужно совершить, чтобы приблизиться к рабочему мечте, чтобы быть чаще вовлеченными в дела компании. В последующем работники запишут на листах свои идеи, обсудят их в общей группе и разместят листы бумаги на магнитной доске.

Завершающим этапом Destiny (действия) каждый работник отметит на размещенных листах бумаги с идеями коллег конкретно те действия, которые приоритетны и которые он может взять себе на вооружение.

После проведения программы организационного консультирования для работников по формированию корпоративной преданности к компании будет проведён повторный срез и проанализирована эффективность предложенной программы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Хитрин Сергей Ионович Идентификация как фактор организационной приверженности // ОНВ. 2009. №1 (75). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/identifikatsiya-kak-faktor-organizatsionnoy-priverzhennosti> (дата обращения: 07.08.2023).

2. Смирнова Вероника Владимировна Организационная приверженность как показатель референтных отношений в организации // Logos et Praxis. 2008. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/organizatsionnaya-priverzhennost-kak-pokazatel-referentnyh-otnosheniy-v-organizatsii> (дата обращения: 17.11.2021).

3. Голубева Галина Федоровна Концептуальные подходы к диагностике и формированию лояльности персонала организации // Евразийский Союз Ученых. 2015. №7-6 (16). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kontseptualnye-podhody-k-diagnostike-i-formirovaniyu-loyalnosti-personala-organizatsii> (дата обращения: 19.06.2022).

4. Липатов Сергей Алексеевич, Синчук Христина Ивановна Социально-психологические факторы организационной приверженности сотрудников (на примере коммерческих организаций) // Организационная психология. 2015. № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskie-factory-organizatsionnoy-priverzhennosti-sotrudnikov-na-primere-kommercheskih-organizatsiy> (дата обращения 21.07.2023).

5. Магура М.И. Приверженность работников своей организации: дис.... канд. псих наук: 19.00.03: защищена 1999: утв. 1999. – М., 199. – 132 с.

6. Пантелеева В.В. Основы организационного консультирования : учебное пособие / ТГУ. Тольятти, 2013. 128 с.

7. Гребенюк Е.Г. Конструкционистские подходы в организационном консультировании // Организационная психология. 2016. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/konstruksionistskie-podhody-v-organizatsionnom-konsultirovanii> (дата обращения: 30.11.2021).

8. Ключева Н.В. Организационная психология: учебн. Пособие / Н.В. Ключева; Яросл. Гос. Ун-т. – Ярославль : ЯрГУ, 2008. – 136 с.

9. Оконечникова, Л. В. Основы консультативной деятельности психолога в организации: теоретические и практические аспекты : учеб. пособие / Л. В. Оконечникова, А. А. Печеркина ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. Федер. Ун-т.- Екатеринбург: Изд-во Урал. Ун-та, 2017. – 114 с.

10. Пантелеева В. В. Основы организационного консультирования: учебное пособие / ТГУ. Тольятти, 2013. 128 с.

11. Оконечникова, Л. В. Основы консультативной деятельности психолога в организации: теоретические и практические аспекты : учеб. пособие / Л. В. Оконечникова, А. А. Печеркина ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. Федер. Ун-т.- Екатеринбург: Изд-во Урал. Ун-та, 2017. – 114 с.

ORGANIZATIONAL CONSULTING AS A MEANS OF FORMING CORPORATE LOYALTY OF EMPLOYEES (PROGRAM OF EVENTS)

Kazakova Yu. V.

The article proposes to consider organizational consulting as a means of forming employee loyalty. In order to form a working group, the analysis of the state of the level of corporate loyalty of employees was carried out according to the main criteria: identification, involvement, loyalty, satisfaction, group cohesion, trust in the organization, the external prestige of the company and perceived organizational fairness. The main problematic moments of the team are highlighted because of which the general state of corporate loyalty of employees decreases. A program of events has been developed for the company's employees in order to develop communication skills, search for positive aspects of the company, reflection on personal perception, perception of existing opportunities for development and participation in the life of the company.

Keywords: corporate loyalty, organizational consulting, identification, engagement, loyalty, satisfaction, group cohesion, trust in the organization, external prestige of the company and perceived organizational fairness.

УДК 796.011.3

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ПРОФИЛАКТИКЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СТУДЕНТОВ

Киселева Ирина Вадимовна

Доцент, ФГБОУ ВО «Государственный университет
просвещения»

Будникова Ирина Анатольевна

Преподаватель высшей категории, ГБПОУ ОКГ «Столица»

Фомичева Ирина Владимировна

Старший преподаватель, ФГБОУ ВО «Российский
государственный университет им. А. Н. Косыгина
(Технологии. Дизайн. Искусство)»

В статье раскрыта сущность понятия эмоционального выгорания студентов с позиции разных исследователей. Для выявления уровня эмоционального выгорания среди студентов было проведено психодиагностическое тестирование по опроснику «Диагностика профессионального выгорания (МВІ)». Даны рекомендации по профилактике развития синдрома эмоционального выгорания с применением средств и методов физической культуры, как теоретического, так и практического разделов дисциплины.

Ключевые слова: *здоровье, здоровьесберегающие технологии, работоспособность, студенты, физическая культура, эмоциональное выгорание, эмоциональное истощение.*

В настоящее время в высшем и среднем профессиональном образовании уделяется повышенное внимание внедрению педагогических инноваций, направленных на сохранение и укрепление здоровья студентов. Спектр здоровьесберегающих технологий в современном образовательном пространстве представлен различными аспектами заботы о психическом, физическом и социальном здоровье студентов. Известно, что обучение представляет для студентов серьезную психофизиологическую нагрузку и, в связи с этим, в последнее время стала актуальной проблема эмоционального «выгорания» у студентов, получающих высшее и среднее профессиональное образование.

К факторам, вызывающим активацию механизмов профессионального выгорания, можно отнести постоянное умственное напряжение, особенно выраженное в период экзаменационных сессий, гиподинамию, дефицит времени, неупорядоченное питание, финансовые и бытовые трудности [1]. Эмоциональное выгорание определяется как психосоматическое состояние, близкое к психическому изнеможению, сопровождающееся отвращением к деятельности в результате многолетнего ее выполнения [5]. Выгорание

– это психологический синдром, включающий эмоциональное истощение, деперсонализацию и снижение личных достижений, возникающий среди людей из определенного окружения [2, 10]. Некоторые исследователи пришли к выводам, что «синдром эмоционального выгорания появляется у здорового человека вследствие интенсивного и эмоционально нагруженного общения в процессе профессиональной работы с клиентами, пациентами, воспитанниками, обучающимися» [1]. В этой связи к числу наиболее часто подверженных синдрому эмоционального выгорания относятся специалисты в области категорий «помогающих» профессий, а именно в сфере деятельности «человек-человек» (медицинские работники, учителя, юристы, психологи). Вследствие эмоционального выгорания у студента может произойти потеря физической и умственной работоспособности, что находит свое проявление в эмоциональном истощении, личной отстраненности, физическом утомлении и уменьшении удовлетворения, получаемого от деятельности [1, 4]. Исследователи отмечают, что «наиболее опасен данный синдром в начале своего развития, так как зачастую человек не осознает его симптомов» [1].

Для выявления уровня эмоционального выгорания среди студентов было проведено тестирование, в котором приняли добровольное участие 60 человек. Студентам третьих курсов было предложено пройти психологическое тестирование «Диагностика профессионального выгорания (МБИ)» [11]. Опросник является комплексной достоверной методикой, признанной академической психологией и помогает выявить совокупность негативных переживаний, связанных с работой, коллективом и всей организацией в целом. Мы выбрали эту методику, так как она специально разработана для выявления «выгорания» в профессиях типа «человек – человек». Студенты были проинструктированы для адаптации методики к их виду деятельности таким образом, что терминология о профессиональной деятельности учитывалась ими как деятельность учебная и вместо руководства и коллектива считались преподаватели и однокурсники. В анализе результатов тестирования учитывался показатель шкалы «Эмоциональное истощение», так как это значение является наиболее актуальным для студентов, и отображает те изменения, к которым приводит их основной вид деятельности - обучение. В результате проведенного психологического тестирования было выявлено, что эмоциональное истощение распределено в следующем соотношении: низкий уровень (L) 0 – 15 баллов – 35 % студентов, средний уровень (M) 16 – 24 баллов – 55% и высокий уровень (H) 25 и больше – 10% студентов.

Полученные в результате проведенного психологического тестирования данные позволяют сделать вывод, что уровень эмоционального выгорания у современных студентов весьма высок и подтверждают актуальность изучения выбранной проблематики и необходимости поиска путей профилактики этого явления.

Деятельность по преодолению синдрома профессионального выгорания, обеспечивается комплексом ресурсов, которые позволяют достичь поставленной цели. Исследователи выделяют несколько видов таких ресурсов: внутренний ресурс личности, внешний ресурс (ресурс ближайшего окружения), институциональный ресурс (учреждения

направленной поддержки и помощи), административный ресурс, законодательный ресурс [3]. В рамках данного исследования рассмотрим решение проблемы эмоционального выгорания студентов на основе усиления внутреннего ресурса личности. На уровне образовательного учреждения высшего или среднего профессионального образования наибольшим потенциалом для формирования физического, психического и социального здоровья студента обладает дисциплина «Физическая культура», ведь именно в ней сочетаются такие критерии как здоровьесберегающие технологии и формирование психофизических качеств личности. В рамках дисциплины «Физическая культура» обеспечивается повышение уровня общей и специальной физической, профессиональной и прикладной подготовленности студентов. Занятия общими физическими упражнениями укрепляют костно-мышечный и связочный аппарат и совершенствуют, и укрепляют функции организма, а также развивают физические и морально-волевые качества [6]. Воздействие средств и методов физического воспитания на психологическое состояние человека, его морально-волевые качества, стрессоустойчивость и др. позволяют применять физическую культуру в профилактике эмоционального выгорания у студентов. Формированию эмоциональной устойчивости в процессе занятий физической культурой и спортом способствует также целый ряд факторов: положительные эмоции, характерные для физической тренировки, закрепляющие благоприятные эмоционально-вегетативные реакции в сложных условиях двигательной деятельности, различные физиологические изменения, определяющие повышение продуктивности в работе и устойчивость психических функций [8].

Физическая культура по современным Федеральным государственным стандартам имеет теоретическую и практическую части дисциплины. Теоретическая часть представлена лекционным курсом, в рамках которого необходимо обучать студентов основам здоровьесберегающих технологий, средствам и методам поддержания профессионального, социального, психического и физического здоровья. Здоровьесбережение как фактор развития личностного роста имеет наивысшее значение, так как воспитание у человека культуры здоровья является основой формирования личности [6]. Теоретический раздел физической культуры может быть дополнен следующими методами регулирования психоэмоционального состояния студентов:

- средства физической культуры в регулировании работоспособности;
- психофизиологические основы учебного труда студентов;
- объективные и субъективные факторы обучения и их влияние на организм студента;
- влияние некоторых условий и характерных особенностей учебного труда студента на состояние его организма и работоспособность;
- динамика работоспособности студентов в процессе обучения и факторы, её определяющие;
- особое состояние и работоспособность студентов в экзаменационный период;
- влияние на работоспособность студентов индивидуальной периодичности ритмических процессов в организме;

- средства и методы регулирования психоэмоционального и функционального состояния [6].

Ещё один оригинальный творческий подход к формированию стрессоустойчивости, а, следовательно, и к профилактике эмоционального выгорания студентов, который находит возможность применения в рамках лекционной части дисциплины «Физическая культура» - применения арт-технологий как педагогического средства формирования стрессоустойчивости студентов. В теории и методике преподавания «Физической культуры» есть раздел, в котором рассматриваются средства и методы регулирования психоэмоционального состояния с помощью средств и методов физической культуры, где арт-технологии могут найти непосредственное применение в процессе преподаваемой дисциплины [9].

Практическая часть дисциплины «Физическая культура» представлена реализацией здоровьесберегающего подхода и носит системный характер. Здоровьесбережение как педагогическая технология представляет собой интеграцию оздоровительной работы в учебно-воспитательный процесс университета. Здоровьесоздающие технологии – это целенаправленно обеспечивающие сохранение, поддержание, укрепление и наращивание здоровья элементы педагогического процесса, которые позволяют осуществить обучение студентов рациональному двигательному режиму [7] для повышения стрессоустойчивости и профилактики эмоционального выгорания у студентов.

Для повышения эффективности занятий по физической культуре в профилактике эмоционального выгорания студентов можно рекомендовать следующие разновидности физической активности: комплексы упражнений дыхательной гимнастики, йога, прогрессивная мышечная релаксация (ПМР) по Джекобсону, аутогенная тренировка И. Шульца, релаксационная тренировка по Э. Якобсону, упражнения для выработки навыков расслабления мышц по А. З. Пилиповскому и Г. С. Решетникову, медитативные техники, релаксационная ритмическая гимнастика и прочие методы и средства нервно-мышечной релаксации. Кроме комплексов упражнений на расслабление, можно применять упражнения, направленные на улучшение мыслительной деятельности, стимуляцию высших мозговых функций. Здесь следует применять упражнения на развитие внимания, пальчиковую нейрогимнастику, упражнения и игры на развитие межполушарного взаимодействия. Применение данных методик позволит студентам лучше справляться и легче переносить учебные нагрузки в большом объёме.

Значимость профилактики эмоционального выгорания у студентов трудно переоценить. Подготовка специалистов к будущей профессиональной деятельности начинается в университетах и в учреждениях среднего профессионального образования. На этапе обучения необходимо принять все меры для того, что бы вовремя предотвратить эмоциональное выгорание. В процессе получения профессионального образования прикладной характер физической культуры заключается и в том, чтобы студенты были осведомлены о средствах и методах борьбы с профессиональным выгоранием. Важно искать новые пути и методы для профилактики эмоционального

выгорания студентов и внедрять их в систему высшего и среднего профессионального образования.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамовская, И. В. К проблеме эмоционального выгорания у студентов высших учебных заведений / И. В. Абрамовская // Устойчивое развитие науки и образования. – 2022. – № 1(64). – С. 63-67. – EDN JTLXGK.

2. Ахметова, А. М. Эмоциональное выгорание и признаки депрессии у студентов медицинского вуза / А. М. Ахметова, Л. Д. Садретдинова, Д. М. Габитова [и др.] // Siberian Journal of Life Sciences and Agriculture. – 2022. – Т. 14, № 3. – С. 312-325. – DOI 10.12731/2658-6649-2022-14-3-312-325. – EDN NFYVEE.

3. Бажук, О. В. Социально-педагогическая профилактика синдрома профессионального выгорания студентов педагогического вуза / О. В. Бажук // Омский научный вестник. – 2010. – № 6(92). – С. 156-159. – EDN NTPQND.

4. Безбородых, К. В. Синдром эмоционального выгорания у юношей и девушек в студенческом коллективе / К. В. Безбородых // Форум молодых ученых. – 2017. – № 3(7). – С. 34-36. – EDN WARSBM.

5. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства [Электронный ресурс] / Е.П. Ильин // СПб: Питер, 2001. – 752 с: ил. – (Серия «Мастера психологии») – Электрон. дан. – Режим доступа:

https://www.psychologos.ru/images/VpMUHgCnBE_1383052761.pdf / (дата обращения 29.01.2022).

6. Карелина, Н. Н. Здоровьесберегающие технологии: аксиологический подход / Н. Н. Карелина // Шамовские чтения : сборник статей XV Международной научно-практической конференции: В 2 ч., Москва, 21–25 января 2023 года. Том Ч. 1.. – Москва: 5 за знания, 2023. – С. 444-447. – EDN PJHSDM.

7. Карелина, Н. Н. Формирование стрессоустойчивости студентов в процессе воспитательной работы: системный подход / Н. Н. Карелина // Шамовские педагогические чтения : Сборник статей XIV Международной научно-практической конференции. В 2-х частях, Москва, 22–25 января 2022 года. Том Часть 1. – Москва: Научная школа управления образовательными системами, Международная академия наук педагогического образования, "5 за знания", 2022. – С. 314-317. – EDN QWQAGW.

8. Раевский Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов: Учеб. пособие . - М.: Высш.шк., 1985. - 136 с., ил.

9. Юзефовичус, Т. А. Применение арт-технологий в формировании стрессоустойчивости студентов / Т. А. Юзефовичус, Н. Н. Карелина // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Гуманитарные науки. – 2023. – № 1-2. – С. 68-72. – DOI 10.37882/2223-2982.2023.1-2.33. – EDN GCSKBJ.

10. Burnout and satisfaction with work-life balance among US physicians relative to the general US population. Shanafelt TD, Boone S, Tan L, Dyrbye LN, Sotile W, Satele D, West CP, Sloan J, Oreskovich MR. Arch Intern Med., 2021 Oct 8, vol. 172(18), pp. 1377-1385. DOI: 10.1001/archinternmed.2012.3199

11. Диагностика профессионального выгорания. [Электронный ресурс]:URL: <https://onlinetestpad.com/ru/testview/99851-diagnostics-professionalnogo-vygoraniya-mbi> (доступ от 29.08.2023)

**PHYSICAL CULTURE IN THE PREVENTION
OF EMOTIONAL BURNOUT IN STUDENTS**

Kiseleva I. V., Budnikova I. A., Fomicheva I. V.

The article reveals the essence of the concept of emotional burnout of students from the perspective of different researchers. To identify the level of emotional burnout among students, psychodiagnostic testing was conducted according to the questionnaire "Diagnostics of professional burnout (MBI)". Recommendations are given for the prevention of the development of emotional burnout syndrome with the use of means and methods of physical culture, both theoretical and practical sections of the discipline.

Keywords: health, health-saving technologies, performance, students, physical education, emotional burnout, emotional exhaustion.

УДК 159.9

ОСОБЕННОСТИ ПРАВОВОЙ СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ У СОВРЕМЕННОГО СТАРШЕКЛАСНИКА

Комлик Любовь Юрьевна,

Кандидат психологических наук, доцент,
доцент кафедры психологии и психофизиологии,
Елецкий государственный университет имени И.А. Бунина, Елец

Копылова Наталья Михайловна,

Учитель начальных классов, МБОУ «Лицей №5 г.Ельца», Елец

Социализация индивида – это процесс протяженный, растянутый во времени, окутывающий всю жизнь человека. Стихийность социализация прослеживается в ходе интеграции личности в социальное сообщество, в непосредственном взаимодействии с социумом. Направленность социализации определяется воспитательными воздействиями, обществом используется система средств воздействия на развивающуюся личность с тем, чтобы его поведение и деятельность соотносились с целями и интересами социума. Активные изменения, быстрые трансформации современного общества, негативно влияют на гражданскую, трудовую, правовую и другую социализацию современного человека, особенно сложно подросткам и старшеклассникам. Наше исследование нацелено на выявление особенностей правовой социализации у современного старшеклассника и влияние на неё интеллекта. Общее число участников исследования составило 100 человек, обучающихся в общеобразовательных учреждениях города.

Ключевые слова: правовая социализация, становление личности, самосознание, самореализация, интеллект, юношеский возраст, современный старшеклассник, дети поколения Z.

В отечественной психологии наиболее распространен подход к социализации как «двустороннему процессу, сочетающему присвоение человеком социальных норм и ценностей в процессе взаимодействия с другими людьми и воспроизведение социального опыта за счет его активного включения в социальную среду» [1].

По мнению М.В. Телегина, в современной трактовке социализация определяется способностью ребенка интегрироваться в социум, найти своё место в мире, а также уметь приспосабливаться к актуализированным запросам общества [5].

Социализация – процесс трудный и многогранный, который привлекал внимание разных ученых. Психологические исследования больше всего внимания уделяют психологическим основам социализации, механизмам ее протекания и причинам успешности.

Необходимо отметить, что трактовка понятия «социализация» неоднозначна. Так, при широком толковании понятие «социализация» представляет собой «процесс вхождения в социальную действительность через развитие психики и личности ребенка» [7,8].

В психологическом словаре социализация рассматривается как «процесс усвоения индивидом социального опыта, системы социальных связей и отношений. В процессе социализации человек приобретает убеждения, общественно одобряемые формы поведения, необходимые ему для нормальной жизни в обществе» [3].

Социализация, по Ж. Пиаже, есть «процесс, позволяющий ребенку старшего дошкольного и младшего школьного возрастов преодолеть собственный эгоцентризм» [6].

Достаточно часто в науке социальную зрелость считают качественной характеристикой социализации, «процесс усвоения человеческим индивидом определенной системы знаний, норм и ценностей, позволяющих ему функционировать в качестве полноправного члена общества» [2].

Главной особенностью старшекласников, по мнению ученых, выступает изменение его самосознания. Самосознание оказывает влияние на контроль за своим поведением, его регулировку, проявления творческих способностей и т.п. Кроме того, самосознание играет огромную роль во взаимоотношениях старшекласников со взрослыми и сверстниками, а также в становлении их самооценки, которая отличается критичностью и притязательностью.

Ребенку этого возраста очень хочется быть наравне со взрослыми. Он желает, чтобы окружающие увидели его неповторимость, оригинальность, нестандартность. Такие потребности и приводят к тому, что ребенок желает вызвать интерес к себе какими угодно способами.

Юношеский возраст характеризуется уходом от устоявшихся во времени форм построения карьеры и взаимоотношений с социальным окружением, высоким уровнем эрудиции, креативным мышлением и при этом снижением аналитических способностей. С одной стороны, есть способность к решению множественных задач, ярко выражена клиповость мышления, с другой стороны, дефицит внимания и низкий уровень его устойчивости, часто гиперактивность, при этом полное погружение в информационное поле, перегруженность информацией, мировоззренческий разрыв с родителями и т.п.

Для современных старшекласников характерной причиной возникновения конфликтов становится материальное благополучие. Все без исключения старшие школьники стремятся выглядеть современно, престижно и не быть хуже своих сверстников. Реалии современной жизни говорят о нестабильности доходов у многих граждан страны. Карантинные меры, связанные с высокой заболеваемостью новой короновирусной инфекцией, привели к тому, что многие люди лишились возможности заработать, либо вообще потеряли работу. В связи с этим, финансовый вопрос стоит достаточно острым и является одним из ведущих конфликтогенных факторов.

Еще одним конфликтогенным фактором по мнению зарубежных и отечественных ученых является особенности семейных отношений. Многие из них утверждают, что от благополучия семьи зависит уровень конфликтности у детей, а также характер протекания конфликтов.

Процессуально социализация осуществляется в институтах социализации. Важнейшими институтами социализации выступают: семья, группа сверстников, образовательные учреждения, СМИ. Кроме того, к ним относят различные неформальные объединения.

В качестве агентов социализации выделяют людей, входящих в ближайший круг взаимодействия человека: родственники, друзья семьи, сверстники, воспитатели, учителя и т.п. К агентам вторичной социализации относят всех тех, кто оказывает менее важное влияние на человека.

«Современная многомерная культура предполагает «жидкую» социализацию, в которой возможно многоаспектное и ненаправленное воздействие, а результат может быть отсроченным, латентным» [4,9].

В современной трактовке правовая социализация старшеклассников характеризуется через приобщение молодежи (16-18 лет) к социально-правовому полю социума, реализуемое благодаря познанию и осмыслению правовых принципов и норм общества, построению эмоционально-оценочных отношений, овладению навыками правового взаимодействия и взаимоотношений, усвоению прав и обязанностей, формированию правовых установок и ценностно-правовых ориентаций, умению применить в реальной жизнедеятельности, усвоенные правовые знания, оцениванию собственной и совместной деятельности.

Для экспериментального изучения влияния интеллекта на правовую социализацию старшеклассников, мы использовали тест интеллекта Д. Векслера, опросник для изучения особенностей правовой социализации старшеклассников; метод статистической обработки результатов: коэффициент корреляции Пирсона.

Мы получили следующие результаты.

Уровни интеллектуального развития детей старшего школьного возраста, соотношение уровней интеллектуального развития в данной выборке представлены на рисунке 1.

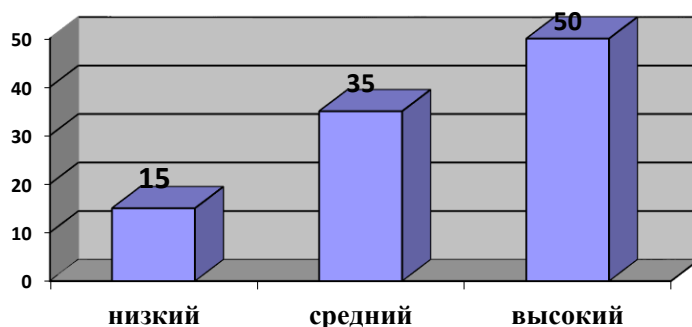


Рисунок 1. Уровни интеллектуального развития детей старшего школьного возраста

Правовая социализация современных старшеклассников имеет ряд особенностей.

1. Общее понимание правовой ситуации часто ошибочно, применяя определенные нормы права с опорой на признаки, несущественные в данном контексте. Причиной может быть неумение выделить общий признак в ходе анализа правовых ситуаций, опора на ситуационный характер анализа норм права учащимися.

2. Малодоступность распознавания старшеклассниками правовой ситуации, это прослеживается в использовании метода сравнения при анализе предложенных ситуаций на основе имеющихся знаний бытового характера, к одной и той же ситуации применяются известные им правовые нормы из разных отраслей права.

3. Отсутствует осознанное и верное применение нормативной лексики при изложении необходимых данных.

4. Старшеклассникам наиболее трудозатратным представляется решение некоторых правовых проблем, в основе которых лежат стереотипные представления.

5. Учащиеся старших классов подменяют правовые знания отрывочными сведениями, обыденными знаниями.

6. Практическое мышление не задействовано в процессе использования разных правовых норм в конкретных практических ситуациях.

7. На эмоциональную оценку того, что обозначает то или иное понятие влияет социально-психологический и культурный облик социального окружения, в котором находится старшеклассник.

Данные представлены на рисунке 2,3.

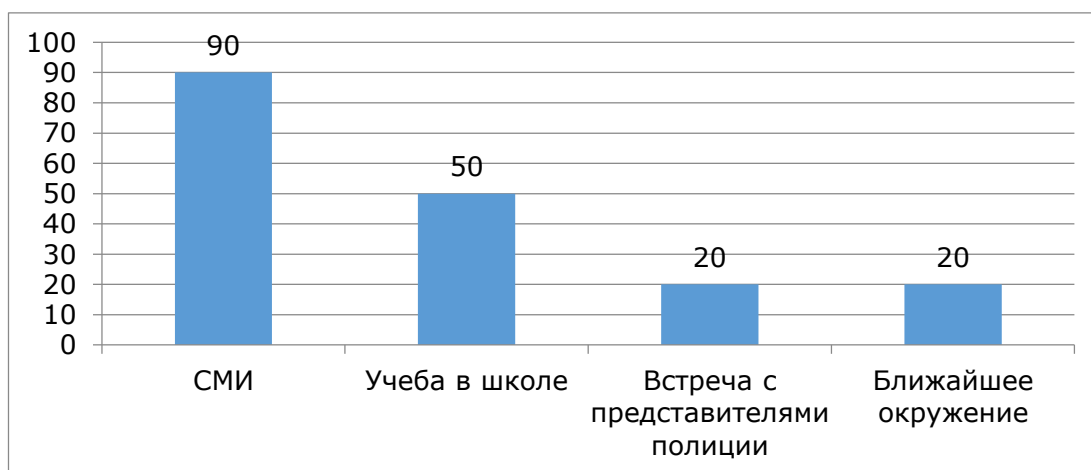


Рисунок 2. Источники получения правовых знаний старшеклассниками (% соотношение)

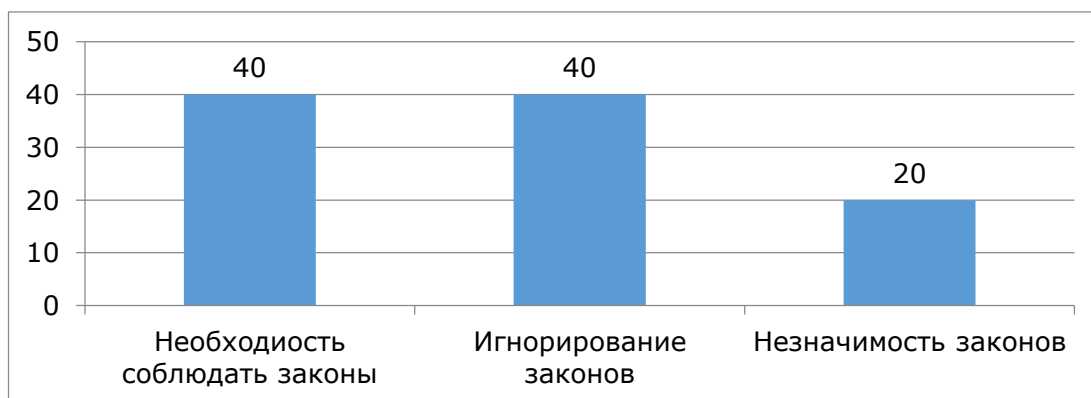


Рисунок 3 - Отношение старшеклассников к соблюдению законов

В результате обработки данных опросника, проведенного в экспериментальной выборке, мы получили следующие результаты, представленные на рисунке 4.

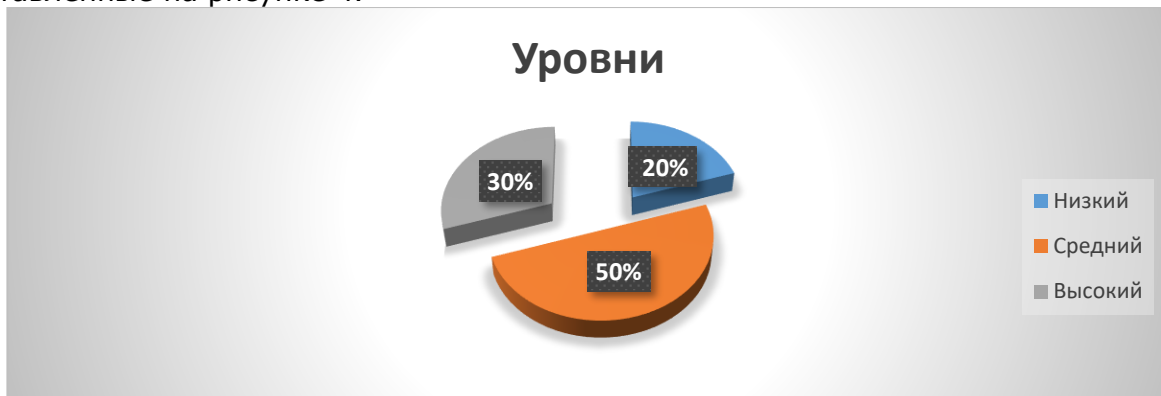


Рисунок 4 - Уровни правовой социализации школьников с высоким уровнем интеллекта

Корреляционный анализ проводился с помощью программы Excel. В результате его проведения нами были получены высокие значения коэффициента корреляции между показателями интеллекта, а именно высоким уровнем интеллектуального развития и высоким уровнем правовой социализации (0,82 при $p \leq 0,001$).

Положительная корреляция (0,31 при $p \leq 0,05$) выявлена и между низкими интеллектуальными показателями и низкой правовой социализацией (при уровне значимости ($p \leq 0,05$)).

Таким образом, в результате проведенного экспериментального исследования взаимосвязи интеллекта и правовой социализации старшеклассников было установлено, что старшие школьники с высоким уровнем интеллекта имеют высокий уровень правовой социализации, и наоборот, старшеклассники с низким уровнем интеллекта показали низкий уровень правовой социализации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева Е.Е. О сущности понятия «правовая компетенция обучающихся 10–11 классов» // Сибирский педагогический журнал. — 2016. - № 4. - С. 37–43.
2. Анкудинова Е.В. Теоретико-методологический анализ проблемы социализации школьников / Анкудинова Е. В. - Комсомольск-на-Амуре: Изд-во АмГПУ, 2008. - 75 с.
3. Гилфорд Дж. Три стороны интеллекта / Дж. Гилфорд // Психология мышления. – Москва: Прогресс, 1965. - С. 433-457.
4. Дьяченко О.М. Проблема индивидуальных различий в интеллектуальном развитии ребенка / О.М. Дьяченко // Вопросы психологии. – 1997. - № 4. – С. 138-145.
5. Федоров В.В. Правовая социализация учащейся молодежи России: факторы формирования и ценностные ориентиры: автореферат дис. ... кандидата социологических наук: 22.00.04 Краснодар. акад. МВД России / В.В. Федоров. - Ростов-на-Дону, 2005. - 23 с.
6. Холодная М.А. Интеллектуальное воспитание или функциональная грамотность: проблема приоритетов в сфере школьного образования / М.А. Холодная // Психология и современное

российское образование: Материалы IV Всероссийского съезда психологов образования России. – Москва, 2008. – С. 381-382.

7. Яковлева А.Н. Социализация школьников и студентов / А.Н. Яковлева. – Санкт-Петербург: С.-Петерб. гос. ун-т пед. мастерства, 2001. – 98 с.

8. Cohn E. S., White S. O. Legal socialization: A study of norms and rules. – Springer Science & Business Media, 2012.

9. Fagan J., Tyler T.R. Legal Socialization of Children and Adolescents. Soc Just Res 18, 217–241 (2005).
<https://doi.org/10.1007/s11211-005-6823-3>

FEATURES OF THE LEGAL SOCIALIZATION OF THE PERSONALITY OF A MODERN HIGH SCHOOL STUDENT

Komlik L.v Yu., Kopylova N. M.

The socialization of an individual is an extended process, stretched over time, enveloping the whole life of a person. The spontaneity of socialization can be traced in the course of the integration of the individual into the social community, in direct interaction with society. The orientation of socialization is determined by educational influences, the society uses a system of means of influencing a developing personality so that his behavior and activity correlate with the goals and interests of society. Active changes, rapid transformations of modern society, negatively affect the civil, labor, legal and other socialization of a modern person, especially difficult for teenagers and high school students. Our research is aimed at identifying the features of legal socialization in a modern high school student and the influence of intelligence on it. The total number of participants in the study was 100 people studying in general education institutions of the city.

Keywords: legal socialization, personality formation, self-awareness, self-realization, intelligence, adolescence, modern high school student, children of generation Z.

УДК 159.9

ЦИФРОВАЯ СРЕДА КАК ФАКТОР СОЦИАЛИЗАЦИИ СОВРЕМЕННОГО РЕБЕНКА

Королева Юлия Александровна

Доцент, кандидат психологических наук,
кафедра специальной психологии
ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный педагогический
университет»

В статье рассматриваются позитивные и негативные аспекты влияния цифровой среды на социализацию современного ребенка. Активное внедрение цифровых технологий во все виды деятельности человека, формирование особой цифровой среды приводит к трансформации условий социализации подрастающего поколения. Неоднозначность влияния цифровой среды на процесс развития и становления личности современного ребенка актуализирует вопросы посредничества родителей в освоении цифровой среды ребенком, начиная с дошкольного возраста.

Ключевые слова: *цифровая среда, социализация, «цифровые аборигены», цифровые технологии; социальная среда; социальные контакты, посредничество родителей.*

Условия взросления ребенка XXI века значительно изменились в сравнении с условиями взросления предшествующих поколений. Появляются и активно внедряются в жизнь новые технологии, трансформируются способы коммуникации, совершенствуются пути обработки и передачи информации, меняется объем и качество общественных связей и межличностных отношений, социальная картина усложняется «множественностью новых социализирующих ячеек, конкурирующих между собой за влияние на подрастающее поколение, активно вовлекая подростков всех возрастных подгрупп в социальное взаимодействие и движение» [2, с. 119]. Развитие современного ребенка происходит в условиях иной среды – социально-цифровой.

Цифровая среда, являясь частью социальной, культурной и технологической сред, становится неотъемлемой частью социализации ребенка с первых лет жизни. Она рассматривается как система условий и возможностей, которая обеспечивает человеку «набор цифровых технологий и ресурсов для самореализации, личностно-профессионального развития, решения различных бытовых и профессиональных задач» [9, с. 48].

Цифровая среда вносит специфику во все виды активности «цифровых аборигенов»: игру, коммуникацию, обучение, досуговую деятельность, трансформируя деятельность ребенка [3]. Изменяется не только структура деятельности, но и социальная ситуация развития

современных детей и подростков, которая находится в условиях слома, сложных и противоречивых [5; 12].

Сведения об особенностях влияния цифровой среды на социализацию современного ребенка, содержащиеся в некоторых научных работах современных авторов, позволяет провести их теоретический анализ и обобщение (таблица 1).

Таблица 1
Влияние цифровой среды на социализацию современного ребенка

| Единицы анализа | Позитивные аспекты | Негативные аспекты |
|-------------------------------------|---|--|
| Игра | -Истоки виртуальной игры находятся в традиционной детской игре [17]. | - Игровая и предметная деятельности начинают вытесняться взаимодействием с компьютером (и его аналогами) [8; 11]; - виртуальная игра не представляет собой аналог традиционной сюжетно-ролевой игры, как и сам компьютер, является не игрушкой, а определенным пространством между ребенком и игрой [15]. |
| Межличностные отношения, общение | - Устанавливаются социальные контакты (знакомство с новыми людьми); - поддерживаются социальные связи (поддержание уже существующих контактов прежде всего с реальными друзьями- сверстниками) [13]. | - Использование интернета изолирует людей друг от друга [15]; - снижается возможность накопления опыта реагирования на конфликты, их предотвращения или конструктивного разрешения [4]; - коммуникация в Интернете приводит к снижению эмпатии, способности распознавать эмоции других людей [15]; - эмоциональный компонент общения со сверстником в компьютерных играх «несколько смазывается и притупляется» [7, с. 6]; - «в компьютерных играх утрачиваются богатство и разнообразие коммуникативных действий» [7, с. 10]. |
| Психические познавательные процессы | -Применение цифровых инструментов | - Увлечение Интернетом приводит к развитию |

| | | |
|--|--|---|
| | <p>обеспечивает устойчивую мотивацию и развивает познавательную активность ребенка [4; 7];</p> <p>- развивается способность к восприятию одновременно разных потоков информации в интерактивном и игровом формате [4].</p> | <p>фрагментарного восприятия [4];</p> <p>- у «цифровых аборигенов» наблюдаются «сложности в восприятии линейного текста, проблемы с вниманием и памятью» [9, с. 26];</p> <p>- увлечение такими компьютерными играми, как квесты и аркады приводит к снижению у ребенка уровня развития воображения [16];</p> <p>- чрезмерное тяготение к цифровым технологиям в детском возрасте может иметь такое последствие как ограниченное использование собственных умственных способностей [14];</p> <p>- доступность информации в Интернете сказывается на памяти ребенка, снижая мотивацию к запоминанию [10];</p> <p>- интернет-ресурсы формируют сетевое мышление вместо логического [10].</p> |
| <p>Идентичность, рефлексия, самосознание</p> | <p>- Цифровая среда предоставляет большие возможности «цифровым аборигенам» в поиске себя, в разнообразной самопрезентации, в представлении себя способами, которые недоступны в реальной жизни [13].</p> | <p>- Вариативность самопрезентации в онлайн-пространстве приводит к нестабильности цифровой идентичности [9];</p> <p>- общение в Интернет-пространстве снижает уровень рефлексии, приводит к клиповому сознанию [4].</p> |

Анализ представленных данных позволяет заключить, что на современном этапе произошло не просто интегрирование цифровых аспектов в разные виды детской деятельности, но и наблюдается «размывание» игры, общения и учения, как ведущих видов деятельности ребенка. Если ранее роль опосредования детской деятельности выполняло общение, то сейчас многие из них зачастую сопровождаются, а порой и вымещаются цифровой деятельностью.

Это повышает роль взрослых, прежде всего, родителей в процессе специального обучения подрастающего поколения

использованию цифровых инструментов и применения цифровых ресурсов для решения различных задач.

Еще Л. С. Выготский [6] отмечал, что ведущим источником развития ребенка является окружающая его среда (природная, социальная) как совокупность знаков, исторически выработанных форм и способов деятельности. Именно эта среда определяет, какой опыт будет получен ребенком, какие навыки у него сформируются.

Несмотря на большой потенциал цифровой среды в обретении коммуникативного опыта, формировании межличностных отношений, развитии высших психических функций, повышения мотивации к деятельности, формирования идентичности необходимо учитывать, что все это для ребенка дошкольного и младшего школьного возраста становится возможным только при участии взрослых, характер посредничества которых во многом зависит от их цифровой компетентности и отношения к новым технологиям. Большинство родителей недооценивают свою роль как посредников между цифровой средой и ребенком, между тем, именно они с первых лет его жизни определяют траекторию включения ребенка в цифровое пространство и несут ответственность за результат его цифровой социализации. Как отмечают Н.В. Сек и И.И. Какадий, именно родители «обязаны обучить детей правильно проводить время с помощью цифровых технологий» [10, с. 440]. Для подрастающего поколения, самостоятельно осваивающих цифровую среду, риск получения негативной информации, возникновения компьютерной и интернет-зависимости, ухода от реальности и предпочтения виртуального цифрового пространства, а также возможность стать жертвой кибербуллинга, киберпреследования и т.д. увеличивается в несколько раз.

Таким образом, цифровая среда в XXI веке является той новой социальной средой, которая оказывает двойственное влияние на социализацию современного ребенка: с одной стороны, она обладает мощным позитивным потенциалом (образовательным, развивающим, мотивационным), а с другой – имеет негативное психологическое воздействие на формирующуюся личность. Анализ различных исследований позволяет выявить проблему неоднозначности и противоречивости влияния на социализацию современного ребенка цифровой среды, которая способна не только быть источником формирующим, но и причиной разрушающей или искажающей интеллектуальное, культурное и социальное развитие современного ребенка. Влияние цифровой среды на развитие личности ребенка во многом обусловлено социальной средой в целом, в том числе применяемыми стратегиями посредничества между цифровой средой и ребенком, цифровыми навыками самих родителей и их отношением к цифровым технологиям.

ЛИТЕРАТУРА

1. Богачева Н.В, Сивак Е.В. Мифы о «поколении Z» // Современная аналитика образования. – 2019. – № 1(22). – С. 1-64.
2. Беляев Г.Ю. Социально-цифровая среда как источник новых возможностей и новых рисков для современного образования // Отечественная и зарубежная педагогика. – 2020. – Т. 1, № 4 (69). – С. 109–123.

3. Бесчасная А.А. Исследование префигуративных аспектов современного детства // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. – 2019. Т. 12, вып. 4. С. 297–316. DOI: <https://doi.org/10.21638/spbu12.2019.401>
4. Буслаева Е.Л. Цифровизация общества как фактор психического и психосоциального развития младших школьников // Вестник Московского государственного лингвистического университета. Образование и педагогические науки. – 2020. – № 2(835). – С. 159-172.
5. Вихман А.А., Скорынин А.А. Факторная структура цифровой социализации подростка и ее связь с критическим мышлением и эмоциональным интеллектом // Гуманитарные исследования. Педагогика и психология. – 2022. – № 11. – С. 53–63.
6. Выготский Л.С. Психология развития человека. – Москва: Смысл: Эксмо, 2003. – 1134 с.
7. Гуляева Е.В., Токарчук Ю.А. Компьютерные игры в жизни дошкольников // Психологическая наука и образование. – 2012. – Т. 17. – №2. – С. 5-12.
8. Денисенкова Н.С., Красило Т.А. Развитие дошкольников в эпоху цифровой социализации // Современное дошкольное образование. – 2019. – №6(96). – С. 50–57. DOI: 10.24411/1997-9657-2019-10058
9. Мешкова Л.Н. Современная цифровая среда как средство социокультурного становления личности подростка // Контекст и рефлексия: философия о мире и человеке. – 2021. – Том 10. – № 4А. – С. 23-32. DOI: 10.34670/AR.2021.62.17.003
10. Сек Н.В., Какадий И.И. Социализация ребенка в цифровом обществе // Бюллетень науки и практики. – 2020. – Т. 6. – №3. – С. 438-441. DOI: <https://doi.org/10.33619/2414-2948/52/53>).
11. Смирнова Е.О. Дошкольник в современном мире. – М.: Дрофа, 2006. – 272 с.
12. Солдатов Г.У. Цифровая социализация в культурно-исторической парадигме: изменяющийся ребенок в изменяющемся мире// Социальная психология и общество. – 2018. – Т9. – № 3. – С. 71–80. DOI: <https://doi.org/10.17759/sps.2018090308>
13. Цифровая образовательная среда электронного обучения: методическое пособие / Дурноглазов Е.Е., Кузнецова Е.А., Шевердин И.В., Горбулина Т.С., Колесниченко К.А. – Курск, 2019. – 64 с.
14. Шпицер М., Гришин А.Г. Антимозг. Цифровые технологии и мозг. –М.: Кладезь: АСТ, 2013. – 288 с.
15. Эльконинова Л.И., Григорьев И. С. Опыт и перспективы исследования детской игры в рамках культурно-исторической психологии // Культурно-историческая психология. – 2015. – Т. 11. – № 3. – С. 16–24.
16. Ягловская Е.К. Компьютерные игры в жизни современного дошкольника. Доклад на секции «Ребенок и социальные риски» на Всероссийской научно-практической конференции «Ребенок в современном обществе». Ноябрь. 2007.
17. Hoffman B. Computer as a Threat or an Opportunity for Development of Children // Procedia – Social and Behavioral Sciences. – 2014. – P. 15–21.

**DIGITAL ENVIRONMENT AS A FACTOR
OF SOCIALIZATION OF A MODERN CHILD**

Koroleva J. A.

The article discusses the positive and negative aspects of the influence of the digital environment on the socialization of a modern child. The active introduction of digital technologies into all types of human activity, the formation of a special digital environment leads to the transformation of the conditions of socialization of the younger generation. The ambiguity of the influence of the digital environment on the process of development and formation of the personality of a modern child actualizes the issues of mediation of parents in the development of the digital environment by a child, starting from preschool age.

Keywords: digital environment, socialization, "digital aborigines", digital technologies; social environment; social contacts, mediation of parents.

УДК 159

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОВЗ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Осипова Алла Анатольевна,

Доктор психол. н., профессор, Южный федеральный университет

Романенко Ася Петровна,

учитель – логопед МБДОУ 63 г.Ростова-на-Дону

В связи с лавинообразным ростом диджитал-грамотности детей и уязвимости психики в дошкольном возрасте особое значение приобретает проблема информационной безопасности. В статье рассматриваются различные аспекты влияния интернета на психофизиологические и психологические свойства личности ребенка. Предложены конкретные практические мероприятия по обеспечению информационной безопасности детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: сетевая паутина, дети с ОВЗ, гаджеты, информационная безопасность, полезные сайты, компьютерные технологии.

Современные дети растут более раскрепощенными, чем их сверстники 20-30 лет назад, без комплексов, в раннем возрасте умеют добывать быстро и легко необходимую информацию из сетевой паутины, едва научившись ходить познают мир через гаджеты. На первый взгляд, в этом нет причин для тревог и волнений, однако над юными гражданами нависла серьезная угроза, таящаяся во всемирной паутине и наибольшему риску подвержены дети дошкольного возраста с ОВЗ.

Учитывая повышенный интерес взрослых и детей к интернет-пространству, рост использования современных компьютерных технологий в образовательных организациях, следует информировать родителей и педагогов о наиболее частых опасностях виртуального социума. Что такое детская информационная безопасность? Это уверенность родителей в том, что их дети полностью защищены от виртуального насилия, растления, разврата, от мошенничества и обмана, что ничто не угрожает здоровью, психическому состоянию, духовному развитию и нравственному становлению ребенка дошкольного возраста [9].

Современные дети не могут представить свою жизнь без Интернета. С раннего возраста многие дети бесконтрольно играют в компьютерные игры, смотрят различный контент в интернет-пространстве. В ряде психолого-педагогических исследований было показано, что обычный ребенок проводит бесконтрольно в сети Интернет 25 часов в неделю, при этом многие родители полагают, что

такое времяпровождение способствует развитию ребенка, ведь ребенок увлечен и занят интересным для него делом. Но они не принимают во внимание тот факт, что в настоящее время Интернет насчитывает свыше 1,8 млрд пользователей, среди которых есть преступные элементы, люди с большой психикой, которые создают потенциально опасный для детей контент для достижения своих целей. Такой контент имеет весьма привлекательную внешнюю оболочку, а дети дошкольного возраста, в силу крайне ограниченного жизненного опыта не могут отличить «что такое хорошо от что такое плохо».

Особенно уязвимыми в этом плане оказываются дети с ОВЗ, которые ищут в Интернете и соцсетях внимания, заботы, любви, интереса к своим проблемам, - того, что ожидают получить от родителей и близких, но в силу ряда причин не получают. И, вот, ограниченный возможностями здоровья маленький человек ищет виртуальную родную душу, подобно белому медвежонку Умке, мечтавшую найти любящую и заботливую маму [7].

Бесконтрольное пользование Интернет-ресурсами ребенком с ОВЗ несет ряд определенных рисков, связанных с тем, что компьютерные игры могут быть напичканы сценами жестокости, насилия, видеопродукция может содержать пропаганду терроризма и экстремизма, нецензурные тексты.

Государство осуществляет контроль качества интернет – ресурсов, стремится обеспечить информационную безопасность как всех детей, так и детей с ограниченными возможностями здоровья. Президент РФ В.В. Путин в своем выступлении назвал преступниками тех, кто организовал в социальных сетях так называемые «группы смерти», призвав пресекать самым жестким образом их опасную деятельность [10].

Чтобы противостоять негативному воздействию информации, получаемой ребенком из сетевой паутины, необходимо прежде всего знать нормативно – правовые документы, гарантирующими информационную безопасность как маленького гражданина, так и семьи в целом:

- Федеральный Закон №436 от 29.12. 2010 г. «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;

- Федеральный Закон №252 от 21.07.2011 г. «Об изменениях, направленных на защиту детей от травмирующего их психику информационного воздействия»;

- Статья 17 Конвенции о правах ребёнка, которая обеспечивает каждому, в том числе и детям с ОВЗ, возможность доступа к материалам, направленным на физическое и психическое развитие., об отсутствии риска причинения информации вреда физическому, психическому, нравственному здоровью и развитию.

В соответствии с Конституцией РФ (статья 29) каждый имеет право свободно искать информацию любым законным способом, но жертвами из – за неосведомлённости или вследствие домогательств с использованием информационных технологий - ребёнок с ОВЗ может стать только при отсутствии контроля и внимания родных к его общению в сети Интернет [6].

Рядом исследователей выделяются как положительные, так и отрицательные аспекты использования сети Интернет детьми дошкольного возраста с ОВЗ.

В качестве благоприятного фактора воздействия Интернета на развитие личности и психики ребенка является получение новой информации. Многие развивающие сайты носят образовательный характер, оказывают положительное влияние на развитие ребенка, способствуют подготовке к школьному обучению, расширяют кругозор ребенка. Познавательные сайты, рассказывающие о животных, истории, путешествиях, о жизни растений, быте и традициях разных народов дают ребенку знания о культурных, моральных и духовных ценностях [1].

Вместе с тем, современные гаджеты удаляют малышей от реальной действительности. Вместо игр на свежем воздухе со сверстниками дети могут много времени проводить с планшетом, телефоном, компьютером, что ведет к отставанию в физическом развитии, ухудшению сна, быстрой утомляемости, частым головным болям, ухудшению осанки, которая в дальнейшем может переходить в сколиоз. Напряжение зрения, вследствие долгого пребывания у компьютера, мелькание кадров, мелкий шрифт, отрицательно влияют на зрение ребенка, приводя к ранней близорукости. Дети, длительное время проводящие с гаджетами испытывают трудности в социализации, могут проявлять агрессию к людям, животным. Сцены жестокости на сайтах в интернете негативно влияют на психику детей, приводя их к вспышкам гнева, поэтому нахождение у компьютера должно быть ограничено по времени. Так как дошкольник при дозированном пребывании у гаджетов получает новые знания и положительный опыт, поэтому полный запрет нецелесообразен [8].

Так же к негативным последствиям нахождения в сети Интернета для детей можно отнести:

- призывы к совершению действий, угрожающих жизни и здоровью детей;
- пробуждение у детей интереса к алкогольной продукции, табачным изделиям, наркотикам;
- пробуждение интереса к бродяжничеству;
- нахождение на детских страницах информации порнографического характера;
- призывы к отрицанию семейных ценностей;
- оправдание жестокости и насилия в отношении людей или животных;
- наличие нецензурной лексики [2].

Для детей дошкольного возраста с ОВЗ виртуальное общение представляет особую ценность в силу того, что в реальной жизни общение со сверстниками затруднено. Но в силу своего возраста и ограниченности жизненного опыта дети с ОВЗ могут не понимать, кто именно может скрываться за личиной виртуального друга. Для того, чтобы защитить ребенка от кибермошенников и обеспечить его информационную безопасность родным и близким необходимо соблюдать ряд несложных правил:

- помогайте детям выбрать нужные и полезные сайты. Следите за тем, сколько ваш ребенок находится у экрана. Время пребывания у экрана у ребенка-дошкольника составляет 6 – 7 часов в неделю, в день – 30 минут;
- объясняйте ребенку, что не все передачи можно смотреть детям, расскажите о возрастных значках на экране;

- составьте ребенку каталог мультфильмов, детских фильмов, сайтов, которые соответствуют его возрасту и интересам;

- обсудите с ребенком просмотренный фильм или мультфильм, разберите поведение героев, их характеры, человеческие качества; расспросите ребенка - какой персонаж может выступать в качестве примера и почему? Спросите у малыша, как он поступил бы в данной ситуации;

- объясните ребенку, как нужно сидеть у экрана, чтобы не ухудшилось зрение. [3]

Общение в социальных сетях для детей очень значимо и не стоит родителям их запрещать своему ребенку. В старшем дошкольном возрасте малышу можно помочь в создании собственной страницы. Родители должны научить ребенка правильно реагировать на рекламу, спам, неприличные картинки. [4]

Основные правила работы ребенка в интернете:

- родители обязаны следить за тем, сколько времени их ребенок проводит в сети, какие сайты посещает. Они должны объяснить основные правила пребывания, дать ссылки на разрешенные детские сайты;

- ребенку необходимо объяснить, что личную информацию вводить в интернет запрещено. Номера телефонов, домашний адрес и фотографии – это личная информация;

- объясните ребенку об опасностях, с которыми он может встретиться в сети. Малышу необходимо помнить, что нельзя заходить на подозрительные ссылки или серверы, невзирая на их соблазнительный облик;

- ребенок должен знать, что открывать незнакомые файлы нельзя. Они могут быть заражены вирусами или содержать ненужную информацию;

- на компьютер, которым пользуется ребенок, необходимо установить хорошую антивирусную программу, входящую фильтрацию, подключить «родительский контроль»;

- на компьютер установите только те программы, которыми пользуетесь в семье. Чаще проверяйте настройки, чтобы понять, что программное обеспечение не требует обновлений;

- постоянно проверяйте, какие сайты посещает ваш ребенок;

- сделайте ребенку перечень полезных и безопасных сайтов, которыми он сможет постоянно пользоваться. [5]

Эти правила индивидуальны, зависят от возраста и развития ребенка.

В заключении необходимо отметить, что от успешности ранней социализации и интеграция в общество детей с ОВЗ зависит их дальнейшая жизнь. Интернет стал мощным преобразователем жизни современного общества. В конце XX в интернет был доступен лишь единицам. На сегодняшний день половина населения земного шара пользуется компьютерами и интернетом и с каждым годом пользователей становится больше. Владение компьютером внесло изменения в различные сферы: развлечений и досуга, общения, образования. Появились онлайн-игры, в любой момент можно прочитать нужную книгу, посмотреть интересный фильм, послушать любимую музыку и т. д. Стало проще общаться с семьей, друзьями, с кем угодно, независимо от расстояния, видя собеседника в режиме реального

времени. Интернет – это одна из основ современной жизни и только от ответственных взрослых зависит, какими членами общества вырастут дети.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бободжанова О.Н. Психологические аспекты инфекционной безопасности детей с ОВЗ и инвалидностью в Интернет – среде.// Методическое пособие, 2021.
2. Карасева Е.Г. Инклюзивное обучение и воспитание детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья. // Изд – во: Русское слово, 2018 .
3. Леонгард Э. И. Нормализация условий воспитания и обучения детей с ограниченными возможностями в условиях инклюзивного образования. Методическое пособие / Э.И. Леонгард, Е.Г. Самсонова, Е.А. Иванова. - М.: МГППУ, 2018 .
4. Лобанова Е.В. Современные проблемы и перспективы внедрения информационных технологий в образовательное пространство дошкольников с ограниченными возможностями здоровья /Е.В.Лобанова, М.А.Хмелькова, О.В. Дорошенко// Процессы цифровизации в современном социуме: тенденции и перспективы развития: сборник докладов Всероссийской научно – практической конференции с международным участием. -2019. - С. 66 -75
5. Лыкова И.А., Шипунова В.А. Информационная культура и безопасность в детском саду: учебно-методическое пособие для реализации образовательной программы «Мир Без Опасности»./ – М.: Издательский дом «Цветной мир». 2018.
6. Муравьева А.В. Разработка концепции методологии развития коммуникативных навыков у дошкольников с применением информационных технологий/А.В.Муравьева, М.А. Кудрявцев// Аспирант. – 2019. -№5. – С. 71 – 75.
7. Солдатова Г.У. Особенности использования цифровых технологий в семьях с детьми дошкольного и младшего школьного возраста /Г.У.Солдатова, О.И. Теславская// Национальный психологический журнал. - 2019. – Т.4. - №4.- С.12 – 27
8. Тихонова Ю.А. Цифровое образование: использование электронных ресурсов в психологическом сопровождении образовательного процесса // Информатика и образование. - 2020.- №3. – С. – 55 – 61.
9. Устюгова Ольга Жизненные стратегии лиц с ограниченными возможностями здоровья / Ольга Устюгова. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2019.
10. Шабас С.Г. Психолого – педагогическое сопровождение субъектов дистанционного дошкольного образования /С.Г. Шабас// Мир науки. Педагогика и психология. – 2020 - Т.8 - №3 –С.78.

**ENSURING INFORMATION SECURITY
OF PRESCHOOL CHILDREN WITH DISABILITIES
ON THE INTERNET**

Osipova A. A., Romanenko A. P.

Due to the avalanche-like growth of the DJ vulnerability of children and the vulnerability of the psyche at preschool age, the problem of information security is of particular importance. The article discusses various aspects of the influence of the Internet on the psychophysiological and psychological properties of the child's personality. Specific practical measures have been proposed to ensure information security of preschool children.

Keywords: network web, children with disabilities, gadgets, information security, useful sites, computer technologies.

УДК 159.923

МЕНТАЛЬНЫЙ РЕСУРС: К ОПРЕДЕЛЕНИЮ ПОНЯТИЯ

Пичуев Юрий Леонидович

Аспирант, Таганрогского института управления и экономики

Статья посвящена характеристикам категории «ментальный ресурс». Автор выделяет основные подходы к пониманию категории «ресурс», сформировавшихся в психологии XX века: концепцию когнитивного ресурса, теорию индивидуального интеллектуального ресурса, понимание ресурса как контроля поведения, дифференционно - интеграционная теория. Отмечено, что по мере развития представлений о ресурсе стало понятно, что наиболее полно его содержание раскрывается в процессе изучения ментального опыта, что и обуславливает формирование такой категории как «ментальный ресурс». Обосновано предположение о том, что данная категория позволяет определить психологическую и физическую активность человека как условие сохранения его ментального здоровья. Таким образом, сделан вывод о взаимосвязи сознания, ментального опыта и ментальных ресурсов и о сращивании философского и психологического подхода в процессе изучения категории «ментальный ресурс».

Ключевые слова: ментальный ресурс, ментальный опыт, когнитивный ресурс, индивидуальный интеллектуальный ресурс, ресурс контроля поведения, ментальное здоровье, внутренний мир человека, сознание, ситуационное целеполагание, позитивное развитие личности, ценности, смыслы, жизнеспособность человека.

Категория «ментальный ресурс» может определяться и определяется с различных позиций: с точки зрения его функционального значения, с позиции его динамики, с позиции его влияния на человека и общество, с позиции их эффективности и целеполагания и др. Однако, единого определения данного термина не существует, так как исследователи выделяют его характеристики в зависимости от целей и задач своего научного исследования. В этой связи, актуальность определения категории «ментальный ресурс» является особо значимой в современной системе психологического знания.

Корни термина «ментальный ресурс» уходят в понятие «ресурс», которое наиболее интенсивно стало разрабатываться в психологии XX века. К настоящему времени существует свыше десятка научных направлений и подходов, которые определяют специфику ресурса с различных позиций: от функциональной значимости ресурса до его динамичной характеристики. Так, например, Дружинин В.Н., изучая проблему интеллекта, сформулировал концепцию когнитивного ресурса, согласно которой определяет его как количественную

характеристику когнитивной системы, которая отвечает за активное создание многомерных моделей реальности в процессе решения задач разного уровня сложности [1, с.91]. Холодная М.А., изучая интеллект человека, использует термин «индивидуальный интеллектуальный ресурс», который характеризуется особенностями организации индивидуального ментального опыта [8]. Сергиенко Е.А. понимает ресурс как «ресурс контроля поведения», который способствует саморегуляции личности [5]. Кроме того, она формулирует комплексное определение термина «психологические ресурсы человека», позиционируя их как весь индивидуально выраженный структурно - функциональный арсенал способностей субъекта собственной жизни и деятельности, который актуализируются в зависимости от задач и целей взаимодействия [6, с. 114.]. Примерно в таком же ключе определяет ресурс и Моросанова В.И., которая исследует его с позиции субъектного целеполагания [4, с. 78].

По мере развития представлений о ресурсе в системе психологического знания стало понятно, что наиболее полно его содержание раскрывается в процессе изучения ментального опыта, благодаря которому человек формирует собственную систему представлений об окружающей действительности и своего места в ней. Именно в рамках данного подхода Хазова С.А. вводит такую категорию как «ментальный ресурс», который отражается в ментальном опыте. Данная психическая (психологическая) характеристика либо определенным образом воспринимаемые и интерпретируемые элементы объектной, социальной и природной среды должны устойчиво связываться с полезностью (пригодностью, пользой, выгодой, положительными эффектами) от их мобилизации [7, с. 48].

Впоследствии Волковой Е.В. была разработана дифференционно - интеграционная теория развития, в рамках которой формулировался вывод о том, что ментальные структуры напрямую влияют на успешность жизнедеятельности [2, с.12]. Человек может использовать данные ресурсы для того, чтобы сформировать у себя историю успеха, достичь поставленных целей и задач, актуализировать уже имеющиеся предпочтения в соответствии с меняющимися внешними условиями. Если ментальный опыт субъекта сформировал определенный позитивный набор целей и задач, то их достижение во многом зависит от того, какими инструментами человек может пользоваться в процессе своей жизнедеятельности. Именно сознание человека дает ему тот ориентир, который может быть определен как позитивный, а ментальные ресурсы определяются как инструменты, способствующие позитивному развитию личности, и регуляции такой деятельности, которая направлена на успех [2, с.15].

В целом, изучение ресурса как качества элемента ментального опыта дает возможность анализировать взаимосвязь психологической и физической активности человека с условиями сохранения его ментального здоровья. Данный вывод обусловлен тем, что ментальные ресурсы активизируются в определенной ситуации, в которой оказывается человек, и именно от задачи, которую субъект ставит перед собой в этих условиях, зависит какие именно ментальные ресурсы он будет использовать для достижения этой цели. Сами же ментальные ресурсы формируются под влиянием множества обстоятельств, самым важным из которых является внутренний

ориентир, который человек формирует для себя. Если функциональная составляющая жизни человека и то количество времени, которое он уделяет для интеллектуальной и физической активности, достаточно велико, то процесс сохранения ментального здоровья будет успешен.

Вышеуказанные ситуационные характеристики, имеющие пространственно – временной характер, дают возможность связать интенсивность ментального ресурса с личностными целями и задачами человека, достижение которых помогает поддерживать собственную активность. В результате этой активности происходит процесс формирования новых ценностей и смыслов, а также - актуализация уже имеющегося символического набора. Таким образом, ценности, смыслы и ментальные ресурсы образуют единый механизм реализации поведения человека [3] и способствуют формированию смысла его жизни, что особенно актуально в меняющихся условиях современного мира.

Фактически, можно говорить о прочной взаимозависимости между внутренней системой ценностей человека, внешним миром, в которой существует человек, и его личностными ориентирами. Постоянно воспринимая информацию, занимаясь рефлексией, человек соотносит новые данные с тем гносеологическим багажом, который у него уже имеется. В процессе этого соотнесения формируются новые смысложизненные ориентиры и актуализируются ментальные ресурсы. Это происходит тогда, когда появляется потребность в них, которая тесно связана с ростом значимости того, на что направлено в данный момент сознание человека [3]. Именно эта характеристика напрямую связывает ментальные ресурсы с внутренним миром человека, который конструируется в процессе всей его жизнедеятельности под влиянием двух видов символов: «значимых для себя» и «значимых для других» [9, с. 71 - 72].

Таким образом, на основании всего вышесказанного, можно сделать вывод о том, что процессе формулирования содержания категории «ментальный ресурс» наблюдается сращивание философского (онтология, философия сознания, теория конструирования реальности) и психологического (изучение ментального ресурса как основы жизнеспособности человека) подхода. Эта тенденция наиболее полно находит свое проявление в пространственно – временной, аксеологической и личностной характеристиках данной категории.

ЛИТЕРАТУРА

1. Дружинин, В.Н. Когнитивные способности: структура, диагностика, развитие. – М.: ПЕР-СЭ; СПб.: ИМАТОН-М, 2001. – 224 с.
2. Волкова Е. В. Технологии развития ментальных ресурсов. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015. – 256 с.
3. Калугин А.Ю. К проблеме связи ценностей, смыслов, ментальных ресурсов и концептов // Мир науки. - 2018. - №6. - Т.6. – Режим доступа: <https://mir-nauki.com/11PSMN618.html> (дата обращения 01.08.2023).
4. Моросанова В.И. Осознанная саморегуляция произвольной активности человека как Психологический ресурс достижения целей //

Теоретическая и экспериментальная психология. - 2014. - №4. - С. 62 - 78.

5. Сергиенко Е.А. Контроль поведения как основа саморегуляции // Психология развития. - 2018. - №4. - Т.19. - Режим доступа: <https://journalsr.kubsu.ru/article/view/29> (дата обращения 07.08.2023).

6. Способности и ментальные ресурсы человека в мире глобальных перемен. - М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. - 1905 с.

7. Хазова С.А. Ментальные ресурсы субъекта: природа, функции, динамика // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. - 2014. - Т. 20. - №4. - С. 47 - 53.

8. Холодная М.А. Психология интеллекта: парадоксы исследования. - СПб.: Питер, 2002. - 272 с. - Режим доступа: <http://psihdocs.ru/m-a-holodnaya-psihologiya-intellekta-paradoksi-issledovaniya.html> (дата обращения 27.07.2023).

9. Штанько М.А. Конструирование политической реальности: основные элементы и символическая характеристика. - Томск: Изд-во «ТМЛ-Пресс», 2007. - 104 с.

MENTAL RESOURCE: TO THE DEFINITION OF THE CONCEPT

Pichuev Y. L.

The article is devoted to the characteristics of the category «mental resource». The author identifies the main approaches to understanding the category of "resource" that were formed in the psychology of the twentieth century: the concept of a cognitive resource, the theory of an individual intellectual resource, the understanding of a resource as a behavior control, the differentiation and integration theory. It is noted that with the development of ideas about the resource, it became clear that its content is most fully revealed in the process of studying mental experience, which determines the formation of such a category as a "mental resource". The assumption is substantiated that this category makes it possible to determine the psychological and physical activity of a person as a condition for maintaining his mental health. Thus, the conclusion is made about the relationship of consciousness, mental experience and mental resources and about the fusion of philosophical and psychological approaches in the process of studying the category of "mental resource".

Key words: mental resource, mental experience, cognitive resource, individual intellectual resource, behavior control resource, mental health, human inner world, consciousness, situational goal-setting, positive personality development, values, meanings, human vitality.

УДК

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ВЗРОСЛЫХ КАК СРЕДСТВО ПОМОЩИ В САМОПРИНЯТИИ

Протасова Дарья Дмитриевна

Магистрант, Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева

Научный руководитель: Сафонова Марина Вадимовна
к.п.с.н., доцент, Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева

В данной статье обозначена значимость проблемы самопринятия в современном обществе. Приводятся результаты изучения самопринятия у взрослых. В исследовании приняли участие 30 человек в возрасте 23-50 лет. В статье рассматриваются результаты изучения таких показателей, как самооценка, самопонимание, рефлексия, самоуважение и саморазвитие. Относительно данных критериев проводится анализ уровня самопринятия и описание его характеристики.

Ключевые слова: самопринятие, консультирование, самооценка, самопонимание, рефлексия, самоуважение, самопознание, саморазвитие, взрослые, личность.

В современном обществе все больше людей сталкиваются с различными вызовами и трудностями, которые могут затрагивать их эмоциональное и психологическое благополучие. Самопринятие и умение эффективно справляться с жизненными ситуациями играют важную роль в достижении психологического равновесия и личностного развития. В этом контексте индивидуальное консультирование взрослых становится важным средством помощи, которое может способствовать самопринятию и повышению качества жизни.

Исследование самопринятия как зарубежные, так и отечественные авторы осуществляют преимущественно с позиции экзистенциального и гуманистического подходов (Дж. Бьюдженталь, Д. А. Леонтьев, А. Маслоу, Р. Мэй, С. Р. Пантлеев, К. Роджерс, В. В. Столин, И. Ялом и др.).

Представители экзистенциального направления (М. Босс, Дж. Бьюдженталь, Р. Мэй) отмечали важность принятия себя для возможности проживания «подлинной жизни», в том числе принятия своей судьбы и неизбежности, негативных эмоций, отрицательных переживаний, например, страха смерти или угасания, старения. Самопринятие с позиции психологов гуманистического направления (В. Г. Маралов, А. Маслоу, С. М. Рогожникова, К. Роджерс, В. Франкл, И. Ялом и др.) исследовалось как характеристика самоактуализирующейся

личности, стремящейся к саморазвитию, самореализации, как составляющая самоотношения (В. В. Столин, С. Р. Пантлеев), Я-концепции (А. М. Прихожан).

Самопринятие представляет собой ядерное образование структуры личности и проявляется в положительном эмоционально-ценностном отношении к себе, в адекватной самооценке, в самопонимании, рефлексии своего внутреннего мира и своих поступков, самоуважении и в принятии других людей, в осознании ценности себя, своего внутреннего мира. Самопринятие зависит от отношения к другим и адекватно тогда, когда это отношение становится ценностью. В основе самопринятия лежат нравственные ценности. Самопринятие как механизм личностного развития наиболее полно рассматривается в гуманистической психологии (Роджерс К., Маслоу А., Орлов А.Б.).

Теоретический анализ проблемы самопринятия в зарубежных и отечественных исследованиях позволяет получить обширный обзор существующих теорий, концепций и подходов, связанных с данной проблемой. Важно учитывать, как зарубежный, так и отечественный опыт, поскольку каждая культура и социальное окружение могут вносить свои особенности и влиять на самопринятие взрослых.

Цель исследования: оценка уровня самопринятия у взрослых людей относительно таких критериев как самооценка, самопонимание, рефлексия, самоуважение и саморазвитие.

В исследовании приняли участие 30 взрослых людей в возрасте 23-50 лет, среди них 26 женщин и 4 мужчин. Средний возраст респондентов составил 32 года. Были использованы тест на самооценку личности Будасси, методика исследования самоотношения (МИС) В.В. Столина, опросник рефлексивности А.В. Карпова, тест «Готовность к саморазвитию» В. Павлова.

При проведении исследования была разработана анкета, с помощью которой нами было сформировано представление о социально-демографическом статусе респондентов.

Таблица 1
Социально-демографические характеристики респондентов

| Социально-демографические характеристики респондентов | |
|---|-------------------------------|
| Число участников | 30 |
| Возраст (лет) | 23-50 |
| Образование | Среднее специальное – 3,3% |
| | Неоконченное высшее – 3,3% |
| | Высшее – 93,4% |
| Семейное положение | Разведены – 6,7% |
| | Сожительство – 33,3% |
| | В браке – 43,3% |
| | Не состоят в отношениях – 10% |
| Материальный уровень | Состоят в отношениях – 6,7% |
| | Низкий – 3,3% |
| | Средний – 83,3% |
| Условия проживания | Высокий – 13,4% |
| | Своя жилищная площадь – 80% |
| | Арендная квартира – 20% |

В ходе проведения анализа данных, полученных при изучении самопринятия, были получены результаты, которые представлены в таблице 2.

Таблица 2

Распределение респондентов по уровням самопринятия (частота встречаемости в %)

| Критерии самопринятия | Уровни | | |
|-----------------------|---------|---------|--------|
| | Высокий | Средний | Низкий |
| Самооценка | 20% | 33,3% | 46,7% |
| Самопонимание | 20% | 23,3% | 56,7% |
| Рефлексия | 10% | 26,7% | 63,3% |
| Самоуважение | 13,3% | 26,7% | 60% |
| Саморазвитие | 23,3% | 16,7% | 60% |

Согласно представленным данным, почти у половины респондентов наблюдается низкий уровень самооценки (46,7%), преувеличение значения неудач, присутствует комплекс неполноценности. Респонденты не верят в собственные силы и не видят перспектив.

Средний уровень самооценки (тенденция к завышению или занижению) был выявлен у 33,3% респондентов. У них наблюдаются неустойчивая самооценка, свои успехи и неудачи они оценивают по неудачам и успехам других людей. Помимо этого, у этой группы респондентов отмечается зависимость собственной ценности от окружающих людей и чужого мнения.

Высокий уровень (адекватная самооценка) выявлен у 20% испытуемых. Респонденты данной группы могут признавать свои достоинства и недостатки. Помимо этого, у них имеется определенный жизненный опыт, они могут правильно оценивать ситуацию.

По результатам изучения уровня самопонимания низкий уровень отмечен у 56,7% участников эксперимента, которые зависимы от мнения окружающих, имеют искаженное восприятие себя и других, внутриличностные конфликты. Они не способны устанавливать позитивные отношения и не умеют формулировать проблемы.

У 23,3% участвующих в эксперименте наблюдается средний уровень самопонимания, то есть у них отсутствуют выраженные оценочные суждения относительно себя. Им сложно осуществлять и реализовывать поставленные перед ними задачи без поддержки окружающих. Также у них отмечается критика с обвинением самих себя. Их отношение к себе не является устойчивым. В тоже время они обладают умением формулировать проблемы.

У 20% респондентов высокий уровень самопонимания. Эта группа респондентов способна ставить цели и задачи, их осуществление. Помимо этого, они способны устанавливать связи с окружающими, у них отсутствует самообвинение даже при неудачах, имеется терпение к своим и чужим проступкам. У респондентов данной группы отмечалось позитивное отношение к самим себе, а также к окружающим.

На основании исследования уровня рефлексии можно сказать о том, что у 63,3% наблюдается достаточно низкий уровень – у них

отсутствует понимание и осознание мотивов своего поведения. Помимо этого, наблюдается высокая внушаемость и низкая субъектность.

Средний уровень рефлексии был выявлен у 26,7% респондентов. Для данной группы характерны такие проявления, как частичное осознание собственных действий, эмоций. Им присуще адекватное понимание ситуации и своего отношения к ней.

У 10% респондентов, был выявлен высокий уровень рефлексии. При этом у них отмечается самоконтроль поведения, осознание мотивов, целей и эмоционального состояния.

Относительно изучения показателя самоуважения можно сказать, что у 60% респондентов зафиксирован достаточно низкий уровень. Для них характерна низкая самооценочность, они ориентируются на мнение окружающих, имеется страх осуждения, а также отмечается пассивное поведение.

Средний уровень самоуважения был выявлен у 26,7% участников. У этой группы отмечается наличие ответственности и самостоятельности, в тоже время присутствует ориентация на чужое мнение в трудных ситуациях и нехватка самооценочности.

У 13,3% респондентов был выявлен высокий уровень самоуважения. Им присуща самостоятельность и самооценочность. Помимо этого, у респондентов отмечается наличие системы ценностей и убеждений. Они умеют принимать решения и нести ответственность, а также признавать свои ошибки.

Из представленных в таблице 2 данных видно, что у 60% принимающих участие в исследовании наблюдается низкий уровень саморазвития. Этой группе респондентов присущ стагнирующий уровень саморазвития. Помимо этого, у них просто отсутствует мотивация к саморазвитию и отмечаются низкие показатели ценности саморазвития.

У 16,7% наблюдался средний уровень саморазвития (неустойчивый). Для данной группы характерно отсутствие систематического саморазвития. Также процесс их саморазвития зависит от внешних факторов.

У 23,3% респондентов наблюдался высокий уровень саморазвития. Они стремятся познавать себя и самосовершенствоваться.

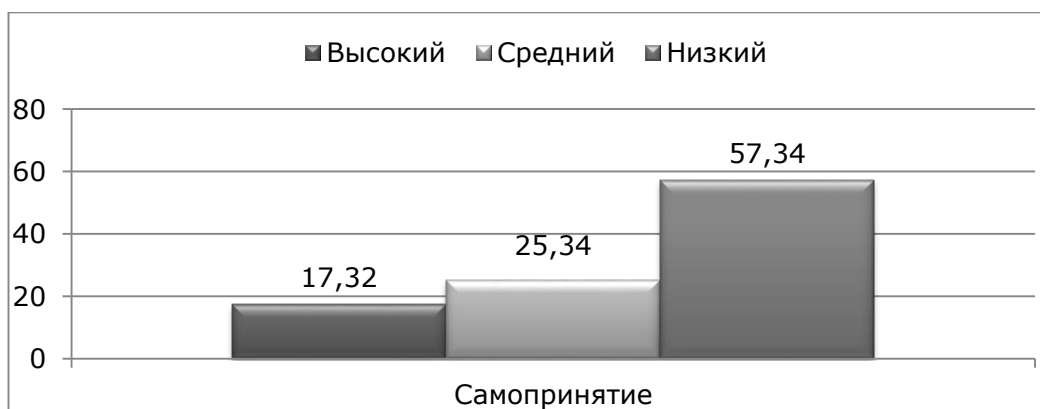


Рисунок 1. Распределение взрослых людей по уровням выраженности самопринятия (частота встречаемости в %)

Анализ полученных данных показал, что у большей части респондентов (57,34%) на констатирующем этапе исследования отмечается низкий уровень самопринятия, что характеризуется такими чертами как отсутствие веры в свои возможности, неумение ставить цели, задачи и правильно формулировать свои проблемы. Отсутствует склонность к самоанализу и мотивация к саморазвитию. Часто негативное отношение к себе и окружению. Возможны внутрилличностные конфликты, неустойчивые эмоциональные состояния.

Средний уровень самопринятия отмечен у 25,34% респондентов, что говорит о частичном осознании собственных действий, эмоций. У этой группы есть чувство ответственности и самостоятельности, но в сложных ситуациях им необходимо чужое мнение. На их саморазвитие влияют внешние факторы. Умеют формулировать проблемы, но испытывают трудности с пониманием их возникновения. Самооценка неустойчивая, собственная ценность зависит от мнения окружения.

Лишь 17,32% участников констатирующего эксперимента показали высокий уровень самопринятия. Для этой группы характерна осведомленность о своих достоинствах и недостатках, наличие жизненного опыта и знаний, способность ставить цели и осуществлять их. Чувство уважения к себе и умение брать ответственность. Стремление к саморазвитию и самосовершенствованию. Самоконтроль эмоционального состояния и уверенность в своих силах. Позитивное отношение к себе и окружающему миру.

Опираясь на полученные результаты необходимо выделить важность формирования самопринятия у взрослых. Акцент предполагается сделать на работу с эмоциональным состоянием, формированием активной жизненной позиции и определением системы ценностей, работу с осведомленностью о своих качествах с дальнейшим стремлением к саморазвитию и самореализации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Маралов В.Г. Основы самопознания и саморазвития: учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 256 с.
2. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. – М.: «Класс», 1994. – 132 с.
3. Орлов А.Б. Психология личности и сущности человека: парадигмы, проекции, практики: пособие для студентов психол. фак. – М.: Логос, 1995. – 224 с.
4. Пантеев С.Р. Методика исследования самооотношения. – М.: Смысл, 1993. – 32 с.
5. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. 3-е изд. – СПб.: Питер, 2020. – 608 с.

**ADULTS INDIVIDUAL COUNSELING
AS A MEANS OF HELP IN SELF-ACCEPTANCE**

Protasova D. D.

This article indicates the importance of the problem of self-acceptance in modern society. The results of the study of self-acceptance in adults are given. The study involved 30 people aged 23-50 years. The article discusses the results of studying such indicators as self-esteem, self-understanding, reflection, self-esteem and self-development. Regarding these criteria, an analysis of the level of self-acceptance and a description of its characteristics are carried out.

Keywords: self-acceptance, counseling, self-esteem, self-understanding, reflection, self-respect, self-knowledge, self-development, adults, personality.

УДК 159

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ КРИЗИСА СЕРЕДИНЫ ЖИЗНИ У ЛИЦ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА

Силантьева Ольга Владимировна
Магистрант, КГПУ им В.П. Астафьева

Научный руководитель: Сафонова Марина Вадимовна
к.п.с.н, доцент, КГПУ им В.П. Астафьева

В статье представлены результаты эмпирического исследования уровня проявления кризиса середины жизни и его отдельных показателей у испытуемых среднего возраста (от 35 до 45 лет), являющихся клиентами центра оказания психологической помощи, обратившихся за помощью с запросами, в той или иной степени отражающие признаки проживания кризиса середины жизни. Результаты проанализированы согласно выделенным компонентам (критериям) структуры проявления кризиса середины жизни: ценностно-смысловой, эмоциональный, мотивационно-поведенческий.

Ключевые слова: кризис середины жизни; лица среднего возраста; показатели проживания кризиса среднего возраста.

На сегодняшний день в научной литературе понятие «кризис среднего возраста» исследователи и ученые рассматривают как нормативный кризис развития личности в различных аспектах. Так, по определению К. Юнга, кризис среднего возраста отражает процесс столкновения на данном жизненном этапе имеющихся, но уже не удовлетворяющих личность жизненных ценностей и смыслов, порождающее становление самости и духовного формирования человека [6]. Л.И. Божович, вслед за Л.С. Выготским, рассматривают данный кризис как качественный переход человека от этапа к этапу, причиной возникновения которого выступает комплекс неудовлетворенных новых потребностей, аффективно заряженный и побуждающий к целенаправленной активности и изменениям [2;3]. Анализ научной литературы по проблеме позволил отметить, что ученые описывают следующие наиболее общие проявления кризиса среднего возраста: наличие внутренних противоречий, разлада с собой, переоценка жизненных приоритетов, желание перемен, столкновение и преодоление внутриличностного конфликта.

Эмпирическое исследование уровня и особенностей развития кризиса среднего возраста включало в себя изучение особенностей его проявления в рамках определенных критериев (компонентов) (ценностно-смысловой, эмоциональный, мотивационно-поведенческий для каждого из которых был подобран соответствующий диагностический инструментарий. В исследовании приняли участие 30 испытуемых среднего возраста (от 35 до 45 лет).

Для изучения ценностно-смыслового критерия применялись: тест смысложизненных ориентаций Д. Леонтьева [4]; методика «Уровень соотношения ценности и доступности в различных жизненных сферах» Е.Б. Фанталовой [5]. С целью изучения эмоционального критерия применялась шкала тревожности и шкала депрессии (HADS) (A. S. Zigmond и R. P. Snaithe) [7]. В рамках изучения мотивационно-поведенческого критерия использовался тест САТ: стремление к развитию Ю.Е. Алешиной [1].

Обратимся к рассмотрению результатов исследования, полученных при помощи этих диагностических инструментов.

Тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева позволил изучить проявления смысловой стороны жизни испытуемых. На рисунке 1 представлены значения по каждой шкале, отражающие максимально возможное значение, среднее значение в выборке, а также долю выраженности полученного по выборке среднего значения от максимально возможного значения по шкале (в %).

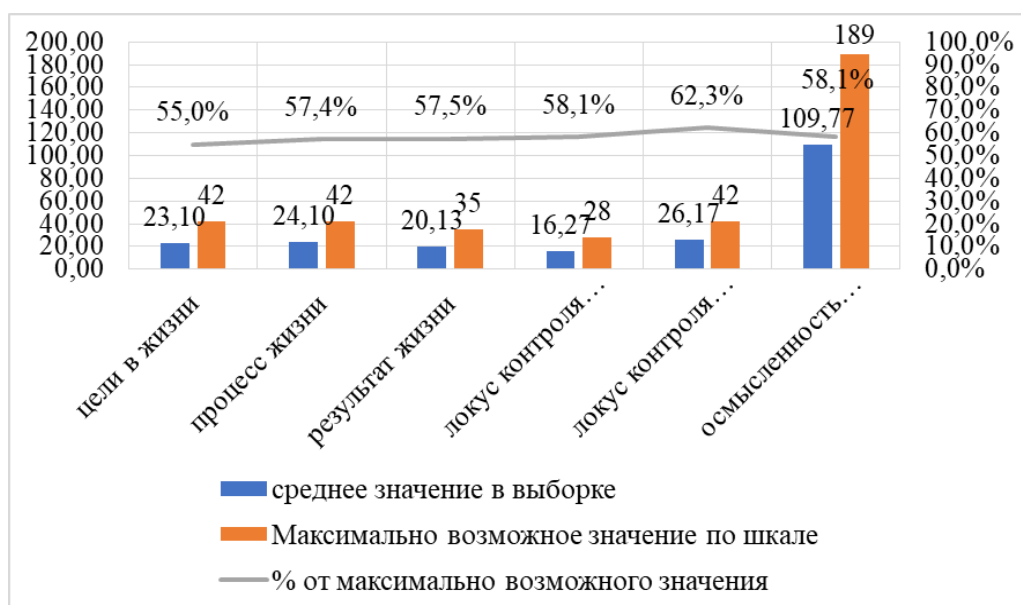


Рисунок 1. Средние значения испытуемых по шкалам методики СЖО Д.А. Леонтьева в сравнении с максимально возможными значениями по шкалам

Анализируя представленные данные, можем видеть, что у подавляющего большинства испытуемых отсутствуют высокие значения по изучаемым шкалам. Наименьшая выраженность среди испытуемых отмечается по шкале «цели в жизни» (всего 55% от максимально возможного значения): большинство испытуемых предпочитают жить сегодняшним днем или прошлым, у них очень слабая направленность в будущее. У большинства испытуемых отмечается низкий уровень выраженности по шкалам «процесс жизни» (57,4%) и «результат жизни» (57,5%). Такие испытуемые неудовлетворены прожитым отрезком жизни и также испытывают неудовлетворенность своей жизнью в настоящем. В отношении субшкал «локус контроля – Я» и «локус контроля – жизнь» большинство испытуемых характеризуются

как фаталисты, испытывающие дефицит веры в свою способность контролировать и влиять на события собственной жизни. По общему показателю осмысленности жизни (включающего в себя все субшкалы теста) выявилось, что 50% испытуемых отличаются низким уровнем осмысленности жизни; 30% – имеют высокий уровень осмысленности жизни и у 20% выборки выявился средний уровень осмысленности жизни. Так, по итогам проведенного анализа, можем сделать вывод, что 50% испытуемых эззачастую предпочитают жить сегодняшним или вчерашним днем; неудовлетворены своей настоящей и прошлой жизнью; чаще всего не верят в свою способность контролировать и влиять на события собственной жизни.

Результаты по итогам проведения методики «Уровень соотношения ценности и доступности в различных жизненных сферах» Е.Б. Фанталовой, позволили сделать выводы о значимости и доступности для испытуемых различных жизненных сфер и ценностей. На рисунке 2 представлены средние значения расхождения в выборке по изучаемым ценностям (по модулю), а также средний суммарный показатель расхождения по всем изучаемым ценностям (сферам).



Рисунок 2. Средние значения расхождения между значимостью и доступностью изучаемых ценностей в выборке испытуемых (в абсолютных значениях)

Анализируя представленные данные, можем отметить, что наибольшее расхождение в выборке испытуемых отмечается по таким сферам (или ценностям) как «творчество» (3,11); «уверенность в себе» (3,03); «интересная работа» (2,92); «наличие хороших и верных друзей» (2,81). Так, доступность творческой деятельности значительно превышает востребованность в ней у респондентов, переживающих кризис среднего возраста. Вместе с этим, у большинства лиц среднего возраста отмечается к этому возрасту достаточно высокая значимость уверенности в себе, т.е. потребность в ее обретении (что может быть связано со специфическими изменениями, которые происходят в данный период), при достаточно низкой ее доступности. Доступность ценности «интересная работа» к периоду среднего возраста стала достаточно высока при относительно низкой ее значимости на данном

этапе. Анализ результатов по ценности «наличие хороших и верных друзей» показал, что респонденты на данном возрастном этапе в особенной степени отмечают значимость данной сферы жизни, однако ее доступность в большинстве своем определено ниже имеющейся потребности.

По итогам проведения в выборке испытуемых методики «Шкала тревожности и шкала депрессии» (HADS), которая измеряет выраженность соответствующих показателей и позволяет изучить эмоциональный критерий развития кризиса среднего возраста, получены следующие результаты (рисунок 3).

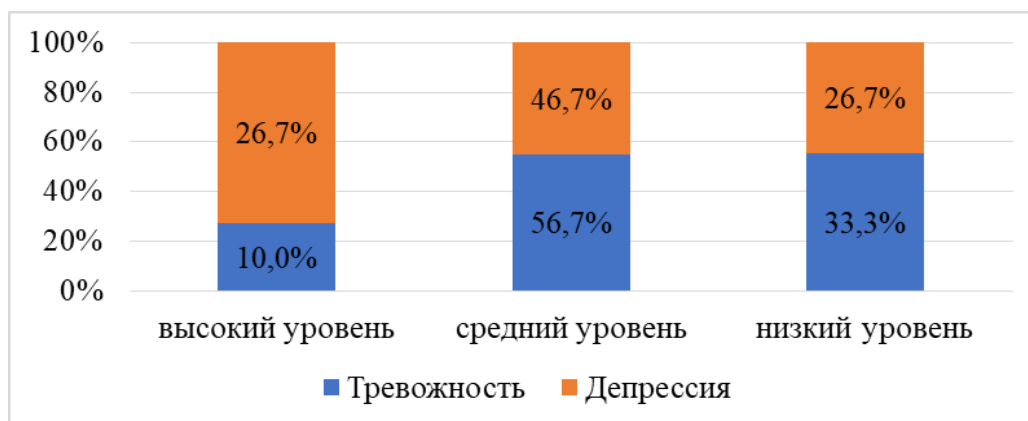


Рисунок 3. Количество испытуемых с разным уровнем тревоги и депрессии по результатам методики «Шкала тревожности и шкала депрессии» (HADS) (в %)

Анализ данных позволяет нам отметить, что наибольшее количество испытуемых отличается средним уровнем выраженности тревожности (56,7%) и депрессии (46,7%). Такие испытуемые характеризуются периодическим переживанием напряжения, беспокойств; им зачастую не так просто расслабиться в повседневной жизни; отмечается некоторое снижение физической и психической активности, появление чувства некоего «упадка» собственных сил и способности испытывать радости в жизни. При низком уровне выраженности тревожности (33,3%) и депрессии (26,7%) отмечается, что для данных лиц не является характерным переживание беспокойств, страхов, переживаний и депрессивных состояний, характеризующихся апатией и безразличием к некоторым сторонам своей жизни. Лишь у 10% испытуемых выявлен высокий уровень тревожности и 26,7% характеризуются высоким уровнем депрессии. Такие испытуемые характеризуются переживанием постоянных страхов, беспокойств, внутреннего напряжения, и даже столкновением с паническими состояниями; довольно часто находятся в состоянии подавленности, апатии, неудовлетворенности своей жизнью и практически не способны испытывать радость и удовольствие от происходящих в ней событий. Такое состояние может быть напрямую связано с проживанием кризиса среднего возраста.

Результаты испытуемых, полученные по итогам проведения теста САТ: стремление к развитию Ю.Е. Алешиной, позволяющего в рамках исследования изучить мотивационно-поведенческий критерий кризиса

среднего возраста представлены на рисунке 4, где отражены значения по каждой шкале теста: 1) максимально возможное значение, 2) среднее значение в выборке, 3) доля выраженности полученного по выборке среднего значения от максимально возможного значения по шкале (в %).



Рисунок 4. Средние значения испытуемых по шкалам теста САТ на констатирующем этапе в сравнении с максимально возможными значениями по шкалам

Среди испытуемых выборки отмечается достаточно высокие значения по шкале «поддержка» (74,2% от максимально возможного значения): большинство испытуемых чаще всего относительно независимы в своих поступках, стремятся руководствоваться в жизни собственными целями, убеждениями, установками и принципами, и это свидетельствует о преимущественном отсутствии у них враждебности к окружающим и конфронтации с групповыми нормами. Они свободны в своем жизненном выборе и не подвержены внешнему влиянию. По шкале «ориентация во времени» средний показатель в выборке близится к значению в 60% (57,1%). Это означает, что как минимум у трети испытуемых отмечается способность жить настоящим, а также ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего (видеть свою жизнь целостной). По остальным шкалам теста САТ, которые являются дополнительными, можем отметить, что средний уровень выраженности в выборке варьируется в пределах 50% от максимального уровня по каждой шкале, что указывает на наличие среднего и низкого уровня выраженности по данным шкалам.

Так, оценка и интерпретация всех полученных показателей по выделенным критериям позволила сделать выводы об общем уровне проявления кризиса среднего возраста у респондентов. У 57% от общего объема выборки (17 испытуемых) выявлен низкий уровень

проявления кризиса среднего возраста. Такие респонденты характеризуются высоким и средним общим уровнем осмысленности жизни; они реализуются в значимых для них сферах и не испытывают фрустрации, а также отличаются средним и низким уровнем выраженности тревожности и депрессии; уровень самоактуализации таких испытуемых зачастую высокий: респонденты способны жить настоящим, переживать настоящий момент своей жизни во всей его полноте, а также им свойственно ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего, то есть видеть свою жизнь целостной; они независимы в своих поступках, стремятся руководствоваться в жизни собственными целями, убеждениями, установками и принципами.

У 33% (10 испытуемых) выявился высокий уровень проявления кризиса среднего возраста. Такие испытуемые характеризуются низким уровнем осмысленности жизни; существует определенный разрыв между ценностью и доступностью реализации для них в определенных сферах («здоровье», «наличие хороших и верных друзей»; «творчество», «красота природы и искусства»); средний и высокий уровень тревожности и депрессии (склонны к депрессивным и тревожным состояниям и зачастую они являются личностными проявлениями); средний уровень самоактуализации: им не всегда свойственно ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего, то есть видеть свою жизнь целостной; не всегда способны проявлять независимость в своих поступках и могут искать помощи, совета и покровительства, поскольку собственные цели, убеждения, установки и принципы сформированы неполноценно.

У 10% от общего объема выборки (3 испытуемых) выявился средний уровень развития кризиса среднего возраста. Такие испытуемые характеризуются средним и низким общим уровнем осмысленности жизни; в некоторых аспектах их жизни присутствует разрыв между их ценностью и доступностью на данном жизненном этапе, однако зачастую он не выраженный; характеризуются средним уровнем проявлений тревоги и депрессии в жизни, а также средним уровнем самоактуализации (не всегда способны ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего, могут проявлять некоторую долю независимости и могут искать помощи и совета со стороны при необходимости принимать важные решения в своей собственной жизни).

Таким образом, по результатам исследования можем сделать вывод, что испытуемые с высоким уровнем проявления кризиса среднего возраста по всем изучаемым критериям, нуждаются в проведении с ними коррекционных мероприятий, направленных на оказание помощи в проживании и преодолении кризиса среднего возраста. Одной из наиболее оптимальных форм оказания такого вида помощи может выступать групповое психологическое консультирование, предоставляющее возможность оказывать помощь сразу нескольким людям, может служить открытому выражению сдерживаемых чувств, конструктивному разрешению жизненных затруднений посредством стимулирующих, поддерживающих эффектов взаимодействия в группе. В соответствии с полученными результатами исследования, основными задачами такой групповой консультативной работы могут выступать следующие:

1) организовать работу по поиску смысла и целей в жизни лицами среднего возраста в рамках выполнения ими различных практик и упражнений;

2) осуществить работу над восприятием и доступностью в жизненных сферах «здоровье», «уверенность в себе», «наличие хороших и верных друзей»;

3) снизить уровень тревожности и депрессии лиц среднего возраста;

4) сформировать у клиентов целостность восприятия своего жизненного пути;

5) развить у клиентов способность к проявлению независимости и самостоятельности на новом жизненном этапе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Дубовская Е.М. Социально-психологические методы исследования супружеских отношений. – М.: Моск. ун-т, 1987. – 120 с.
2. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2018. – 400 с.
3. Выготский Л.С. Психология развития. Избранные работы. М.: Юрайт, 2019. 281 с.
4. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций. – М.: Смысл, 1992. – 16 с.
5. Фанталова Е.Б. Методика «Уровень оценки ценности и доступности в различных жизненных масштабах»: ценностно-ориентированные конструкты личности и их иллюстрации на конкретных примерах // Сборники конференций НИЦ Социосфера. – 2013. – № 8. – С. 30-38.
6. Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени. СПб: Питер, 2019. 336 с.
7. Zigmond A.S., Snaith R.P. The Hospital Anxiety and Depression scale. Acta Psychiatr. – Scand., 1983. – pp. 361–370.

PECULIARITIES OF THE MANIFESTATION OF A MID-LIFE CRISIS IN MIDDLE-AGED PERSONS AT THE PRESENT STAGE OF SOCIETY DEVELOPMENT

Silanteva O. V.

The article presents the results of an empirical study of the level of manifestation of the mid-life crisis and its individual indicators in middle-aged subjects (from 35 to 45 years old) who are clients of the center for the provision of psychological assistance, who applied for help with requests, to one degree or another reflecting signs of living a mid-life crisis. The results are analyzed according to the selected components (criteria) of the structure of manifestation of the mid-life crisis: value-semantic, emotional, motivational-behavioral.

Keywords: mid-life crisis; middle-aged people; indicators of midlife crisis living.

УДК 159

ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТНОЙ АДАПТАЦИИ СПОРТСМЕНОВ НА ЭТАПЕ ЗАВЕРШЕНИЯ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ

Тахтагулова Карина Олеговна

Студентка, Кафедра психологии, педагогики и правоведения
Новосибирский государственный университет экономики и
управления «НИНХ» (ФГБОУ ВО «НГУЭУ» НГУЭУ)

Данная статья направлена на освещение существующей проблемы в вопросе прохождения адаптации действующих спортсменов в период формирования основного этапа завершения карьеры. В период проведения основного исследования, было выявлено, что в основной степени основное количество изученных показателей, например, таких как уровень мотивации, и других различных более эмоциональных действующих характеристик у большинства действующих спортсменов, зачастую находятся ряд отклонений от нормальных показателей. Таким образом, важно будет отметить, что зачастую основная масса спортсменов, которые приняли решение о завершении своей карьеры, в этот период времени находятся в определенном состоянии, которое принято называть дезадаптированностью.

Основные задействованные ключевые слова подразумевают: такие как личностная адаптация, определённый этап окончания действующей спортивной карьеры, основная действующая мотивация достижения, появившаяся тревожность, нарастание агрессии

Ключевые слова: личная адаптация, стадия завершения спортивной карьеры, само по себе, внутренность, мотивация достижений, беспокойство, разочарование, агрессивность.

Стоит отметить, что в различных науках достаточно популярен известный термин «адаптация». Данное слово пришло к нам из латыни, оно подразумевает приспособление. О данном термине мы впервые узнали от ря исследователя Г. Аубертом. Само понятие, если принимать во внимание формулировку Г. И. Царегородцева в книге «Философские проблемы теории адаптации», где он говорит о общности всех известных знаний абсолютно различных систем. Таким образом, сформированные понятия вполне готовы помочь в объединении большинства объектов в различных существующих науках [11]. Основной процесс адаптации также как и само понятие адаптации, можно рассмотреть с различных сторон: например общее понятие о ней пытались сформировать в свое время, ряд философов, к ним относились Гиппократ и Демокрит, они отмечали определенный аспект, что существующий внешний вид определённой личности, напрямую может зависеть от текущего образа жизни. Основное понятие термина адаптации, приводя пример с использованием эволюции, также пытался сформулировать мыслитель Ламарк, например, в основу теории

Дарвина полностью имеет строение на базе его идеи. Важно будет отметить тот факт, что физиологически, все скрытые резервы нашего организма, зачастую имеют способность к полной адаптации даже биохимическом, а также клеточном уровнях. Тут стоит опереться на создание классической модели Г. Селье, которая подразумевает под собой идею о становлении психологической, а также тот факт, что она происходит, проходя три этапа: первый этап - тревога, второй этап - сопротивление, третий этап - истощение.

Таким образом, в действующий период адаптации, полностью используются две противопоставленных системы: именно поэтому, существующая система некоторых изменений, напрямую касающаяся всей системы работы организма, а также действующая система сохранения. В своих трудах, Н. А. Фомин пишет, что «Физиология человека» и подразумевает полную сохранность определенного баланса между двумя действующими системами [9].

Например, если рассматривать адаптацию опираясь на мнение А. Маслоу, то основное формирование психологической адаптации считается наиболее оптимальным между объединением личности и существующей окружающей среды. Именно поэтому, главной задачей формирования такой адаптации будет получение позитивного духовного здоровья. В случае какой-либо нестыковки таковых ценностей с окружающим миром, вполне может спровоцировать конфликт, который та или иная личность будет стараться исключить методом мыслительной и какой-либо трудовой деятельности [3].

Рассматривая более подробно мнение Р. Ласаруса, в период основного восприятия мира, определенная личность получает набор информации, которая зачастую противоречит её заложенным установкам. Отсюда следует появление конфликта, сформированного между определёнными личностными установками и существующей действительности. Основная интенсивность различных произведенных реакций, которые имеют прямую направленность на непринятие конкретного раздражающего фактора, полностью говорит об уровне адаптированности конкретной личности.

Стоит так же отметить наблюдения И. А. Милославской «Роль социальной адаптации в условиях современной НТР» таким образом, полностью определяется объективно-субъективный принцип действующей адаптации, что вполне можно считать, что, проходя различные этапы социальной адаптации, индивидуум полностью проходит процесс по формированию основных навыков для дальнейшей жизнедеятельности и к приспособливанию определённых процессов [4].

В своих исследованиях касательно темы психоанализа, исследователи З. Фрейда и А. Адлера подразумевают адаптацию как набор различных защитных механизмов определённой личности. Таким образом, вся действующая адаптация определяет ряд ситуаций, которые имеют прямую связь с разрешением существующих конфликтов, и таким образом все проходящие процессы из области влияния Эго, то есть полностью свободной от каких-либо конфликтов. Важно отметить, что полностью адаптированный человек зачастую живёт без каких-либо появляющихся системных нарушений продуктивности и с довольно устойчивым уравновешенным психическим состоянием. Отметим тот факт, что любая личность

проходит ряд изменений в период основного прохождения адаптации, абсолютно с этим изменяется среда. Это связано с тем, что Эго полностью занимается регулированием всего действующего процесса адаптивности [1].

Вся существующая социально-психологическая адаптация полностью построена на объединении между собой как личности, так и группы, где личность достаточно самостоятельно может обходиться каких – либо возникающих конфликтов, можно сказать что полностью выполняет удовлетворяет все необходимые потребности, а также в некоторой степени производит демонстрацию нормальную, девиантную и патологическую видов адаптации [5].

Таким образом, существующая нормальная адаптация полностью подразумевает себя в наиболее устойчивом поведении при каких – либо возникающих конфликтных ситуациях, без каких-либо проявлений в изменении конкретной личности, а также действующих норм какой-либо социальной группы, в сам момент взаимодействия личности с ними. При условии возникновения девиантной адаптации, какая –либо личность полностью занимается обеспечением только своих потребностей, не беря во внимание нужды какой-либо социальной группы, а любая появившаяся патологическая адаптация определяет набор негативных моментов для какой-либо личности только в интересах существующей социальной группы, это вполне способно привести к различному роду невротических расстройств [5].

Довольно часто, в специальной литературе встречается достаточно объемное определение термина для социальной адаптации. Именно поэтому, стоит отметить, что социальная адаптация считается основным итогом социальных, а также различных психологических, экономических и демографических различных изменений существующих отношений между индивидуумами. Следует сделать акцент о том, что протекающий процесс социально-психологической адаптации не регламентирован какими-либо рамками во времени. [7].

Например, в своих работах Л. П. Хохлова определяет ряд условий, которые изначально важны для процесса социально-психологической адаптации. Все существующие условия вполне можно поделить на внешние и внутренние условия. Таким образом, ко внешним стоит отнести совместную деятельность работы с группой и её дальнейшая способность так же к встречной адаптации с индивидуумом. В то время, как к протекающим внутренним условиям следует определить ряд действий самого высокого уровня личностной структуры, сюда стоит отнести жизненные цели, а также различные ориентиры [1].

Именно поэтому, адаптацию вполне можно объединить с набором личностных характеристик. Первоочередно на нее вполне могут оказывать свое влияние внушаемость, а также какое-либо эмоционально-волевое самообладание, сюда также относится и тревожность. В своих работах, исследователь К. К. Платонов говорит про - активность, которая подразумевает определенную деятельность личности, а также в совокупности все социально-психологические качества, характеризующие различные воздействия субъекта на ряд предметов, а также на происходящие процессы и различные явления [6].

Исходя из всего вышесказанного, в активности следует определить два фактора: к ним относится изменение и сохранение.

Таким образом, личность достаточно активно меняет основную систему отношений, когда проходит новый этап сформированной конфликтной среде, но также личность, зачастую старается удержать все основные позиции своей существующей системы ценностей. В следствии чего, подобная балансировка между данными параметрами зачастую приводит к формированию социально-психологической адаптации личности [7].

Основное содержание такого термина как «карьера» для действующей российской спортивной науки, в настоящее время считается новым. В существующей отечественной культуре в период советского времени данный феномен относили только к разряду буржуазного общества. Поэтому сформировался определённый негативный умысел данного термина: например, сделать карьеру – подразумевает стать карьеристом, не достаточно разбираться в методах достижения своих задуманных целей. Так же вполне можно добиться определённого успеха в конкретной деятельности, например, пройдя не простой путь долгого и тяжелого труда, тем самым полностью удовлетворяя свое честолюбие, а также стремление к самореализации.

Одним из возможных шагов, с целью разрешения данной проблемы вполне может быть важность привлечения для процесса работы со спортсменами различных действующих специалистов-психологов, таким образом, они достаточно активно смогут проработать все необходимые моменты в период завершения его карьеры. Таким образом, основное психическое состояние спортсменов в сам момент покидания спорта считаются очень негативными, и таким образом профессиональное психологическое консультирование будет считаться достаточно эффективным методом. Стоит отметить, что у большинства бывших спортсменов относительно к «финиширующими», намного выше уровень тревожности, а также некое переживание одиночества, чувство депрессии, а также чувство обиды, и возможно астении. Параллельно с этим, у них повышен негативизм, а также общее чувство вины, усиливается подозрительность. Следует отметить, что неизменным остается только уровень агрессии и раздражения [1].

Таким образом, любое завершение спортивной карьеры считается достаточно непростым для любого спортсмена в субъективном плане. Глобализация данных трудностей настолько велика, что вполне может привести к кризису. Отсюда следует сделать вывод, о том, что спортсмены, которые совсем недавно подошли к завершению своей карьеры, в большинстве случаев нуждаются в различной психологической помощи, а в некоторой степени даже сильнее, нежели спортсмены, которые находятся на завершающем этапе. Таким образом, действующий психолог способен оказать необходимую помощь спортсмену, а также разобраться с предстоящей траекторией его дальнейшей жизни, определить, куда в каком направлении действовать дальше. Для оперативного решения таких вопросов, скорее всего недостаточно только одной помощи специалиста-психолога. Наиболее активное участие в формировании дальнейшей судьбы спортсмена, следует доверить Минспорту нашей страны, Олимпийский комитет, Общероссийские спортивные федерации, региональные органы власти, когда лишь многостороннее взаимодействие всех вышеизложенных субъектов зачастую способен достаточно легко выдержать

определённую социальную адаптацию конкретного спортсмена к существующим условиям после достаточно активной жизни.

Таким образом, подходя к завершению карьеры в спорте, абсолютно всем действующим спортсменам важно внедряться в новую для них профессиональную деятельность, возможно в дальнейшем она также будет связана со спортом, но различные профессиональные обязанности подразумевают выход на другой уровень какой – либо трудовой деятельности, это достаточно сильно обусловлено в условиях всеобщей технологизации общества, а также на фоне стремительного формирования новой цифровой экономики. Например, при использовании полного комплексного подхода для решения ряда существующих проблем с параллельным внедрением различных механизмов действующей социальной поддержки, большинству спортсменов получится наиболее эффективнее уменьшить основное существующее социальное напряжение, а также различные негативные последствия от возможной неразрешенности ряда проблем [2].

Существующую степень основной адаптированности человека к определённой ситуации, зачастую рассматривают две группы определённых критериев: сюда относятся объективные и субъективные. Например, набор личностных качеств полностью играют некую роль основного регулятора адаптации, касательно их выраженности вполне возможно сформировать прогноз уровня качества адаптации к определённой деятельности. В настоящее время актуальны вариативные модели психолого-педагогической поддержки спортсменов, завершающих профессиональную карьеру, классификация психолого-педагогических условий социальной адаптации спортсменов, завершающих профессиональную карьеру [3].

К основным существующим причинам для завершения спортивной карьеры вполне возможно отнести получение ряда травм, а также согласно достижению определённого возрастного лимита, достаточно долгий период постоянных неудач в различных соревнованиях, также возможная нехватка финансирования. Таким образом, не исключено что первая и третья причины вполне могут повлечь за собой ряд возникших проблем различного психологического характера, а также различные возникшие проблемы касательно здоровья. В первую очередь, в основном периоде разрешения таких появившихся проблем, достаточно хорошо помогает специальная разработанная реабилитация. Существующая таким образом, «Послеспортивная реабилитация» – подразумевает специально разработанный метод, в основе которого заложен поэтапный выход того или иного спортсмена из конкретного профессионального спорта. Таким образом, она полностью подразумевает реабилитацию и как итог дальнейшее восстановление физиологического, а также всего социально-психического состояния индивидуума.

Основной процесс, касающийся непосредственно основного этапа в завершении действующей спортивной карьеры, большинство специалистов определяют, как наиболее кризисный период в жизни того или иного спортсмена. Основное количество большинства спортсменов, а в значительной степени это касается именно профессионалов, высокого класса, иногда оказываются полностью неготовыми покинуть спорт и связи с чем испытывают ряд проблем касающихся социальной адаптации в текущей действительности.

Исходя из этого, следует определить такой набор проблем: сложности к приспособлению в новой жизни без отсутствия спорта; новое формирование проф самоопределения; сильные затяжные переживания, из –за окончания профессиональной карьеры.

В целом, основная адаптация любого спортсмена напрямую зависит от его спортивных достижений: например, чем больше различных побед было в соревнованиях, тем более сложным будет решение о завершении действующей спортивной карьеры и тем труднее будет его дальнейшая адаптация к новой реальности.

Именно поэтому, основная проблема всей психологической адаптации спортсменов на таком важном этапе, как окончание спортивной карьеры в значительной степени имеет достаточно высокую научную, а также практическую актуальность. В настоящее время, она считается недостаточно изученной в нашей стране. Довольно малое количество работ написано на эту тему, зачастую страдают полным отсутствием разработанного комплексного подхода к существующей проблеме адаптации всех спортсменов. Таким образом, основные психологические аспекты адаптации большинства спортсменов, в настоящее время довольно редко изучаются. Следует отметить, что зачастую берутся за изучение психофизиологических и социально-психологических аспектов адаптации всех спортсменов. Большое количество исследователей не берут в расчет тот факт, что достаточно серьезные изменения в такой наиболее сложный период происходят у спортсменов. Так как под адаптацию попадает не только весь организм спортсмена, но также, а полностью его личность. Отсюда можно сделать вывод, что с точки зрения проведения адаптации, самыми «чувствительными» к новым реалиям в этап окончания спортивной карьеры считаются существующие характеристики самосознания индивида, а также полностью все его мотивационные, эмоциональные и различные регулятивные свойства.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бутова Е. С., Демьянова Л. М. Проблемы социальной адаптации спортсменов после завершения карьеры // Наука без границ. – 2018. – №. 5 (22). – С. 122-124.
2. Высоцкая Т. П. Предложения по социально-психологической адаптации спортсменов высокой квалификации после завершения спортивной карьеры // Наука и спорт: современные тенденции. – 2018. – Т. 20. – №. 3. – С. 53-59.
3. Джаубаев Ю. А. Педагогическая поддержка социальной адаптации высококвалифицированных спортсменов по завершению спортивной карьеры // Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2021. – №. 7 (197). – С. 80-85.
4. Кокоулина О. П. Социально-психологическая адаптация спортсменов после завершения профессиональной карьеры // Теория и практика физической культуры. – 2019. – №. 7. – С. 49-51.
5. Погадаева А. Я., Манжелей И. В. Спортивная карьера и социальная адаптация спортсменов после завершения спортивной карьеры // Физическая культура, спорт, туризм: научно-методическое сопровождение. – 2019. – С. 203-206.

6. Смирнова Р. В. Социально психологическая характеристика спортсменов, завершающих профессиональную карьеру, в процессе адаптации к постспортивной жизни // Актуальные проблемы психологического знания. – 2019. – №. 3-4. – С. 102-111.

7. Шихвердиев С. Н. Карьерные и смысложизненные ориентации спортсменов на этапе завершения спортивной карьеры // Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2021. – №. 2 (192). – С. 437-440.

8. Шихвердиев С. Н. Средства и методы оптимизации социально-психологической адаптации спортсменов на этапе завершения спортивной карьеры // Актуальные вопросы развития государственности и публичного права. – 2019. – С. 159-162.

9. Шихвердиев С. Н., Джалилов С. А. Стратегии социально-психологической адаптации спортсменов на заключительном этапе спортивной карьеры // Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2019. – №. 6 (172). – С. 159-162.

10. Шихвердиев С. Н., Джалилов С. А. Структура социально-психологической адаптации спортсменов, завершающих карьеру в спорте // Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2018. – №. 12 (166). – С. 437-440.

FEATURES OF PERSONAL ADAPTATION OF ATHLETES AT THE STAGE OF COMPLETION OF A SPORTS CAREER

Takhtagulova K. O.

The article is devoted to the problem of personal adaptation of athletes at the stage of completion of a sports career. In the course of the study, it was shown that for most of the studied indicators of self-attitude, achievement motivation, internality and emotional characteristics, deviations from optimal values were found in athletes. Athletes completing their sports career are in a state of personal maladaptation.

Keywords: personal adaptation, sports career completion stage, attitude itself, internality, achievement motivation, anxiety, frustration, aggressiveness.

УДК 159

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПОДРОСТКОВ

Туценко Анна Олеговна

Магистрант, Красноярский государственный педагогический
университет им.В.П. Астафьева

Научный руководитель: Сафонова Марина Вадимовна
к.п.н., доцент, Красноярский государственный педагогический
университет им.В.П. Астафьева

В статье рассматривается: актуальность развития эмоционального интеллекта, теоретические основы и результаты констатирующего эксперимента, направленного на определение уровня развития эмоционального интеллекта подростков. Уровень развития эмоционального интеллекта подростков рассматривается как в целом, так и по критериям более детально. В статье содержится описание психологических характеристик для низкого, среднего и высокого уровней развития эмоционального интеллекта подростков.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, подростки, уровни эмоционального интеллекта, понимание эмоций, управление эмоциями, эмпатия, компоненты эмоционального интеллекта.

Эмоциональный интеллект (ЭИ) важная и необходимая компетенция для развития подростка. В современных реалиях мы сталкиваемся с тем, что в образовании детей порой ставят акцент на получении теоретических знаний по школьным предметам, а прикладными навыками по пониманию и управлению своими эмоциями и эмоциями других людей пренебрегают. Подростки переживают кризисный период, который сопровождается гормональной перестройкой, эмоциональными качелями, трудностями в общении. В этот период как никогда важны навыки ЭИ. Более того, зачастую, на чувства накладываются запреты и осуждение, что приводит к подавлению эмоций и психологическим проблемам.

Изучением феномена ЭИ занимались многие зарубежные и отечественные исследователи. Понятие ЭИ как самостоятельного феномена ввели Дж. Майер и П. Сэловей в 1990 г. Они определяли ЭИ как способность воспринимать и выражать эмоции, понимать и объяснять эмоции, регулировать свои эмоции и других людей. Значительный вклад в изучение ЭИ внес Д. Гоулман, он разработал собственную модель и структуру, диагностические материалы и по сей день занимается глубоким изучением ЭИ и внедряет всё новые способы управления эмоциональным состоянием [2].

Что касается отечественных авторов, исследованием ЭИ занимаются И.Н. Андреева, Д.В. Люсин, Ю.В. Давыдова, М.А. Манойлова. В нашей работе мы придерживаемся определения понятия Д.В. Люсина:

ЭИ - способность к пониманию и осознанию своих собственных эмоций и эмоций других людей, а также управлению ими. [1]

Опираясь на изученные модели и теории ЭИ, были выделены следующие структурные компоненты: когнитивный, эмоциональный, регулятивный, рефлексивный. Критерии исследования определяются уровнем сформированности выделенных компонентов [3].

Эксперимент проводился на базе Краевого дворца пионеров г. Красноярска, школа молодого предпринимателя «Бизнес-класс», в количестве 26 человек, в возрасте 14-17 лет, 14 девочек, 12 мальчиков. Цель эксперимента: определение уровня ЭИ подростков по выделенным критериям.

Диагностический комплекс, используемый при проведении эксперимента, включал «Тест на эмоциональный интеллект» Н. Холла (опросник EQ), опросник ЭМИн (Д.В. Люсин) [4], опросник «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн).

Рассмотрим результаты констатирующего эксперимента.

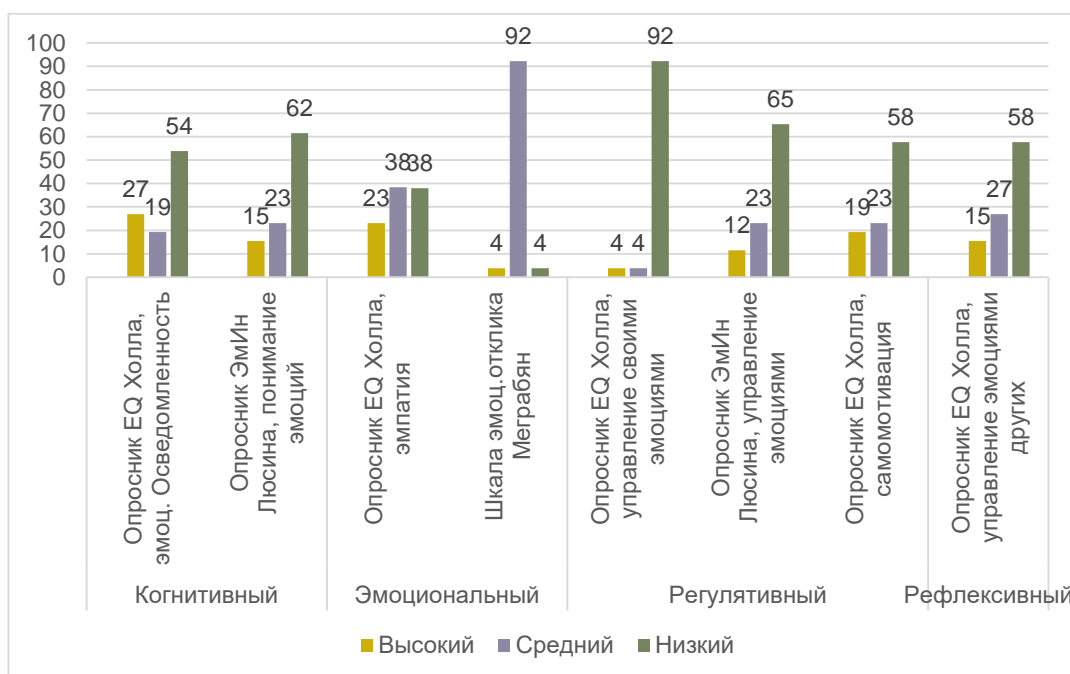


Рисунок 1. Распределение подростков по уровню ЭИ, по выделенным критериям, на этапе констатирующего эксперимента, в %

На рисунке мы можем увидеть, что большинство участников эксперимента имеют низкий уровень развития по большинству критериев.

Низкий уровень по критерию «Когнитивный» говорит о том, что у подростков недостаточно развит навык понимания своих чувств и эмоций, также неразвит словарь эмоций, чтобы подобрать подходящее слово для обозначения своих переживаний. Это может быть связано с тем, что подростки во время проведения эксперимента озвучивали пренебрежительное отношение к своему эмоциональному состоянию, говорили о том, что для развития своих проектов им необходимо

мыслить рационально и эмоций нужно избегать. Из этого следует, что подростки не осознают значимости и влияния эмоций на различные сферы жизни, а также важности развития ЭИ. Кроме того, существует запрет на эмоциональность и давление общественных стереотипов, касающихся проявления эмоций, например: «Грустить – это слабость», «Плачут только девчонки», «Не злись» и т.д., что также формирует у подростков идею, что эмоции необходимо сдерживать и подавлять.

По критерию «Эмоциональный» по шкале «Эмпатия» большинство участников показали низкий и средний уровни, а по шкале «Эмоциональный отклик» большинство продемонстрировали средний уровень, что может говорить о том, что у подростков более развит интуитивный канал понимания эмоций, чем осознанная и рациональная эмоциональная осведомленность.

По критерию «Регулятивный» большинство респондентов показали низкий уровень развития по всем трем шкалам, что говорит о том, что подростки не умеют управлять своим эмоциональным состоянием, не знают способов регуляции и не используют их в жизни.

Результаты по критерию «Рефлексивный» показали низкий уровень развития у большинства подростков, это означает, что у респондентов возникают сложности с анализом эмоций и управлением эмоциональным состоянием других людей. Участники эксперимента говорили о том, что для достижения своих целей часто пользуются манипуляциями, а о других способах влияния им неизвестно.

Далее рассмотрим результаты эксперимента по общему уровню развития ЭИ.

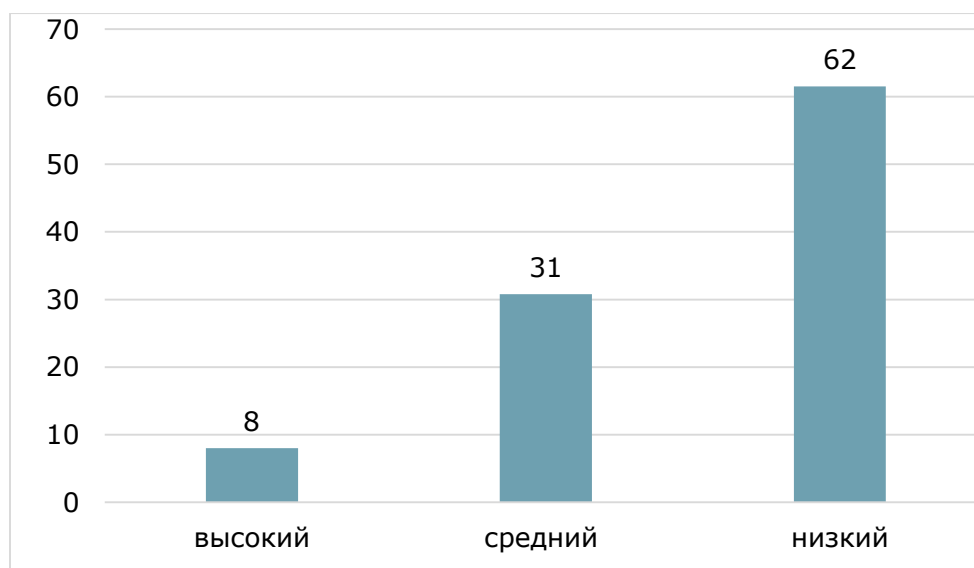


Рисунок 2. Распределение подростков по общему уровню ЭИ, на этапе констатирующего эксперимента, в %

Меньшинство подростков – 8% обладает высоким уровнем развития ЭИ. Эти участники эксперимента отлично понимают и осознают свои эмоции и эмоции других людей, и умеют их проживать. Они четко отслеживают причинно-следственные связи и понимают, что послужило причиной их эмоций. Также у подростков с высоким уровнем

ЭИ наполненный эмоциональный словарь, они отлично подбирают обозначение своим ощущениям. Подростки умеют управлять своим эмоциональным состоянием, в зависимости от ситуации и цели, корректировать свое поведение. Кроме того, они эмпатичны и способны управлять эмоциями других людей. У этих подростков высокий уровень осознанности и прочный контакт с собой и со своими ощущениями. Подростки с высоким уровнем ЭИ отлично взаимодействуют с другими участниками, успешно работают в команде и получают высокие результаты в своих проектах, нацелены на развитие.

Средним уровнем обладают 31% подростков. Они не всегда понимают, что они чувствуют, недостаточный эмоциональный словарь не позволяет вербализовать свои ощущения. Эти участники скованны в проявлении и проживании своих эмоций, склонны к подавлению эмоций. Недостаточно навыков управления эмоциями, зачастую подросткам сложно связать ситуацию, мысли и эмоции. Подростки со средним уровнем развития ЭИ не всегда понимают эмоции других людей, что затрудняет общение.

Низким уровнем ЭИ обладает большинство (62%) участников эксперимента. У этих подростков скудный эмоциональный словарь, они не понимают своих ощущений и не могут их назвать. Зачастую путают эмоции, мысли, ощущения в теле. Подростки с низким уровнем развития ЭИ чаще подавляют свои эмоции, либо проявляют их в деструктивной форме. Не умеют управлять своими эмоциями и не знают способов, которые можно применить в сложных эмоциональных ситуациях. Обладают низким уровнем эмпатии и не понимают чувства других, склонны в общении к манипуляциям, а открытое искреннее общение для них некомфортно.

Проанализировав полученные результаты, можно сделать вывод, что групповое консультирование, направленное на развитие ЭИ, для участников будет не только полезным, но и необходимым для здорового развития подростков. Психологическая консультативная работа будет направлена на развитие как на развитие ЭИ в целом, так и на развитие выше обозначенных компонентов более детально. Предполагается работа в следующих направлениях: пополнение эмоционального словаря, развитие умения проживать эмоции, развитие навыков понимания своих эмоций и эмоций других людей, развитие навыков эмпатии, развитие навыков управления своими эмоциями и эмоциями других людей, повышение уровня осознанности.

Далее мы планируем разработать программу групповых консультаций, направленную на развитие ЭИ подростков и апробировать ее.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева И.Н. Структура и типология эмоционального интеллекта.: дис. док. псих. наук: 19.00.01: утв. 17.10.2017. М., 2017. 48 с.
2. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. М.: Аст, 2012. 478с.
3. Давыдова Ю.В. Особенности эмоционального интеллекта подростков. // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2007. №2.

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

FEATURES OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF ADOLESCENTS

Tucenko A.O.

The article considers: the relevance of the development of emotional intelligence, the theoretical foundations and results of a stating experiment aimed at determining the level of development of the emotional intelligence of adolescents. The level of development of emotional intelligence of adolescents is considered both in general and by criteria in more detail. The article contains a description of psychological characteristics for low, medium and high levels of development of adolescents' emotional intelligence.

Keywords: emotional intelligence, adolescents, levels of emotional intelligence, understanding of emotions, emotion management, empathy, components of emotional intelligence.

УДК 159

ОСОБЕННОСТИ РОДИТЕЛЬСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ СОВРЕМЕННЫХ РОДИТЕЛЕЙ

Яковлева Анастасия Алексеевна

Студент, ФГБОУ ВО «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»

Научный руководитель: Сафонова Марина Вадимовна
к.п.н., доцент, ФГБОУ ВО «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»

В данной статье рассматриваются результаты исследования особенностей родительской компетентности современных родителей. В рамках исследования был проведен анализ ответов свободного ассоциативного эксперимента с целью изучения социальных представлений о родительской компетентности, а также были изучены отдельные параметры родительской компетентности современных родителей. Исходя из полученных данных удалось зафиксировать, что в представлениях родителей о родительской компетентности присутствует противоречие между сознательными убеждениями и неосознаваемыми представлениями.

Ключевые слова: родители, дети, воспитание, родительская компетентность, саморазвитие, социальные представления, ассоциативный эксперимент, эмоциональный компонент, поведенческий компонент, когнитивный компонент.

Актуальность исследования проблемы родительской компетентности в современных реалиях определяется существующим противоречием между необходимостью в самообразовании и саморазвитии и искаженным представлением о сущности родительской компетентности [4].

Говоря о компетенции родителей в области воспитания часто, мы имеем в виду не экспертность в каком-либо вопросе, а лишь наличие большого объема бытового опыта в рамках жизнедеятельности семьи. Такие знания имеют практическое применение в локальных ситуациях, но не имеют научного обоснования и не гарантируют результативности при применении в измененных условиях. Проблема родительской компетентности была актуальна еще в прошлом веке. В. А. Сухомлинский знаменитый советский педагог предложил обоснование родительского воспитания в своем труде «Родительская педагогика». Его гуманистические представления о процессе родительского воспитания детей актуальны по сей день и находят отражение в работах современных педагогов [2].

Сейчас тенденции родительства, которое реализуется в ситуации социальной нестабильности, большого психологического воздействия среды на родителя и ребенка, развития науки и доступности получения

научных знаний, формируют новую культуру родительской компетентности, которая пользуется спросом в обществе [1].

Ключевым определением исследования является родительская компетентность, которая рассматривается как интегративное свойство личности, возникающее в процессе освоения родителем деятельности, связанной с реализацией родительства, и актуализирующееся в процессе ее осуществления [6].

Р. В. Овчарова в качестве критерия компетентности родителя определяет отсутствие страха за то, что он «плохой» родитель, отсутствие переноса чувство страха и вины на ребенка. Так, компетентный родитель способен видеть реальную ситуацию роста и развития ребёнка, он может что-то изменять и предпринимать. Компетентный родитель понимает, что необходимо меняться, учиться самому для изменения развития ребенка [4].

В работах Р. В. Овчаровой, Н. И. Мизиной, М. О. Ерохиной структура родительской компетентности рассматривается как совокупность трех составляющих: когнитивная компетентность, эмоциональная компетентность и поведенческая компетентность.

Развитие родительской компетентности – одна из важных задач психолого-педагогической деятельности, в реализации которой, главным образом, должны быть мотивированы и вовлечены не педагоги и специалисты по обучению и воспитанию, а сами родители. В этой связи, является важным изучение представлений о родительской компетентности самих родителей, что поможет выявить актуальные запросы в решении этой задачи.

В рамках научной программы «Стажер-исследователь», реализуемой в КГПУ им. В.П. Астафьева, были изучены особенности родительской компетентности.

В исследовании приняли участие 52 респондента в возрасте от 23 до 55 лет, которые имеют 1-2 ребенка, в редких случаях 3 и более. Из числа всех респондентов 100% опрошиваемых - женщины.

В качестве методов, используемых в исследовании, были выбраны свободный ассоциативный эксперимент для изучения социальных представлений о компетентном родителе и тестирование по методике М.С. Ермихиной, направленное на изучение отдельных параметров родительской компетентности. При проведении свободного ассоциативного эксперимента респондентам было предложено дать по 5 ассоциаций к стимулам «компетентный родитель», «я как компетентный родитель». Мы придерживаемся теории С. Московичи, согласно которой «социальные представления — это общественное обыденное сознание, в котором очень сложно взаимодействуют на уровне здравого смысла различные убеждения, идеологические взгляды, знания, собственно наука, раскрывающие и во многом составляющие социальную реальность» [5]. Анализ ассоциативного эксперимента проводился с помощью контент-анализа и метода семантической универсалии по Е.Ю. Артемьевой.

В ходе проведенного исследования были получены следующие результаты.

Таблица 1

Ассоциативный ряд респондентов
на словосочетание «Компетентный родитель»

| Компонент родительской компетентности | Ассоциации | Количество ответов | Мера |
|---------------------------------------|---|--------------------|------|
| Когнитивный (0,75) | Умный, теоретически подкованный, знающий | 15 | 0,29 |
| | Грамотный, образованный | 15 | 0,29 |
| | Умеющий, опытный, специалист | 9 | 0,17 |
| Эмоциональный (0,69) | Чуткий, слышащий, внимательный, принимающий | 25 | 0,48 |
| | Понимающий | 11 | 0,21 |
| Поведенческий (0,55) | Воспитанный, уважающий | 11 | 0,21 |
| | Учитывающий интересы ребенка | 9 | 0,17 |
| | Справедливый, адекватный, рассудительный | 9 | 0,17 |

Компетентный родитель в представлениях респондентов имеет следующие качества, которые соответствуют трём компонентам родительской компетентности выделенными Р.В. Овчаровой. Не осознавая того, родители отдают приоритет когнитивному компоненту (0,75), что скорее всего связано с социальным представлением: компетентный - знающий. На втором месте выделяют эмоциональный компонент, так как, по их мнению, компетентный родитель умеет слышать, чувствовать, принимать и понимать своего ребёнка. Несмотря на то, что родитель - это, в первую очередь, человек реализующий практическую деятельность, в своих социальных представлениях респонденты поведенческий компонент (0,55) не считают основополагающим.

Данные ассоциации о компетентном родителе в сознании респондентов мы можем считать семантической универсалией, т.е. ядром представлений о компетентном родителе.

Таблица 2
Ассоциативный ряд респондентов на словосочетание
«Я-компетентный родитель»

| Компонент родительской компетентности | Ассоциации | Количество ответов | Мера |
|---------------------------------------|---|--------------------|------|
| Поведенческий (0,81) | ... адекватная и сдержанная, справедливая, «не ору», эмоционально зрелый, честный | 12 | 0,23 |
| | ... веду диалог со своим ребенком, слушающий, коммуникабельный, умею договориться | 11 | 0,21 |
| | ... думающий наперед, анализирующий, критично мыслящий, наблюдающий, видящий талант | 10 | 0,2 |
| | ...знаю потребности и интересы своего ребенка, интересуюсь друзьями | 9 | 0,17 |
| Когнитивный (0,71) | ... знаю что и когда делать, имею знания и опыт | 22 | 0,42 |
| | ... работающий над собой, занимаюсь саморазвитием | 15 | 0,29 |
| Эмоциональный (0,69) | ... сочувствую и поддерживаю, помогаю, понимаю, обнимаю | 23 | 0,44 |
| | ... внимательный и заботливый, чуткий, уважаю, доверяю | 13 | 0,25 |

Следующие ассоциации демонстрируют как родитель представляет себя в роли компетентного родителя. Сравнивая два ассоциативных ряда, можно сказать, что в первом случае родители давали представление о компетентном родителе в идеальном образе, а во втором случае описывали реальные действия, которые так же, как и представления о компетентном родителе можно рассмотреть, как совокупность трех составляющих. Но на первое место теперь выходит поведенческий компонент (0,81), потому что, когда родители говорят о себе как о компетентном родителе, они описывают себя как человека, реализующего практическую деятельность ежедневно. На второй план уходит когнитивный компонент (0,71), но представлен он не так четко, при описании идеального родителя, скорее всего у родителей не сформированы представления о составляющих когнитивного компонента и способах его развития. На последнее место ушел эмоциональный компонент (0,69), скорее всего так произошло, потому что эмоциональное отношение к ребенку может теряться в повседневности и возможно этот компонент родители не считают основополагающим в воспитании.

Подводя итог изучению представлений о компетентном родителе заметим, что родителями недооценивается важность эмоциональной

компетентности для установления доверительных отношений и устойчивого психологического контакта с ребенком, что должно стать одной из задач психолого-педагогического просвещения родителей.

При обработке результатов по методике М.С. Ермихиной, направленной на изучение отдельных параметров родительской компетентности, ответы респондентов оценивались согласно шкалам, результаты которых указывали на компетентность родителей в этом вопросе.

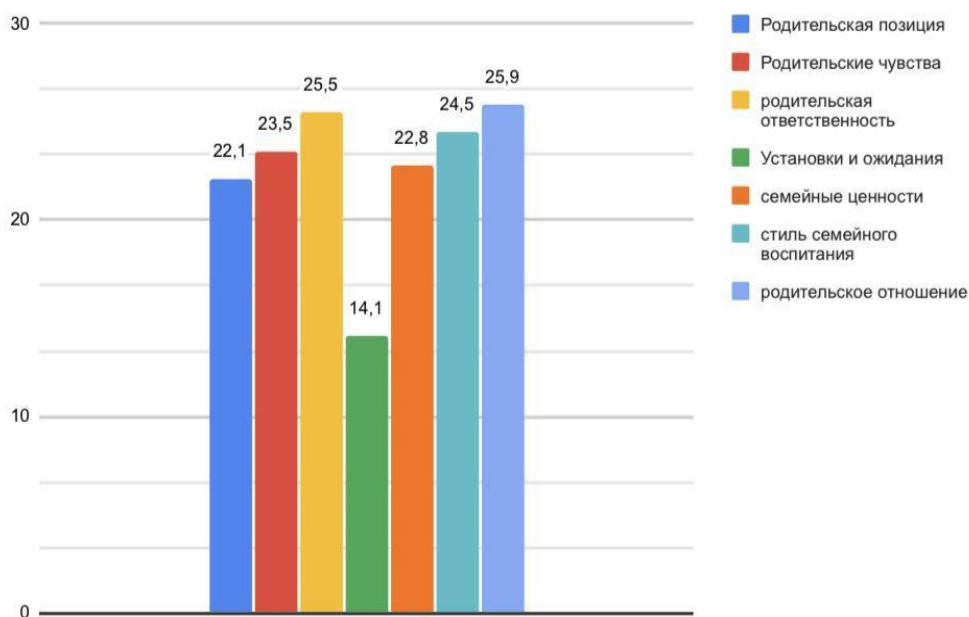


Рисунок 1. Средние значения по шкалам опросника родительской компетентности (в баллах)

Самый высокий средний балл 25,9 отмечен по шкале «Родительское отношение», следовательно, мы можем говорить, что родителю важно устанавливать позитивные отношения с ребенком, а также проявлять интерес к его деятельности и занятиям. Примечательно, что родители максимально оценили свою способность к установлению и поддержанию отношений с ребенком, хотя по результатам ассоциативного эксперимента эмоциональный компонент не так важен для родителей.

Следующий показатель шкале «Родительская ответственность» имеет средний балл 25,5, что демонстрирует готовность родителей обеспечить ребенку заботу, любовь и необходимые материальные условия для его развития.

Шкала «Стиль семейного воспитания» (24,5 балла) говорит о том, что в семьях присутствует совокупность правил и норм поведения как между самими родителями, так и с ребенком.

Результаты по шкале «Родительские чувства» (23,5 балла) указывают на то, что взаимоотношения родителей и детей не заканчиваются хозяйственно-бытовыми отношениями, чувственный аспект важен, так как взаимоотношения родителей и детей должны подкрепляться эмоциональным компонентом.

Средний балл по шкале «Семейные ценности» (22,8) указывает на то, что родителям важны семейные ценности и традиции, они их чтят и поддерживают.

По шкале «Родительская позиция» средний балл составляет 22,1, и это отражает уровень сформированности четких принципов в воспитании, педагогических взглядов по отношению к ребенку.

По шкале «Родительские установки и ожидания» зафиксированы самые низкие показатели (14,1). Следовательно, родительские установки и ожидания относительно ребенка подвержены социальным стереотипам и строятся не на личностных и семейных предпочтениях, а диктуются социальными нормами.

Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы:

В представлении современных родителей компетентный родитель - в первую очередь тот, кто обладает необходимыми психолого-педагогическими знаниями о развитии, обучении, воспитании ребенка. Вероятно, именно этим обусловлено стремление родителей к получению психолого-педагогической информации, возрастающую активность в запросах на консультативную помощь. Эмоциональный компонент, связанный с установлением психологически близких отношений с ребенком представляется менее важным и на последнем месте находится поведенческий компонент, связанный с реализацией психолого-педагогических воздействий на ребенка. Таким образом, компетентный родитель, прежде всего многое знает о развитии и воспитании, а как он эти знания применяет остается неясным. Можно говорить о формировании относительно стереотипного представления о выполнении родительской роли, без учета индивидуальности родителя и ребенка. Это делает важным смещение акцента в психолого-педагогическом просвещении и обучении родителей на развитие эмоциональной компетентности, расширения репертуара способов взаимодействия с ребенком с учетом его индивидуальности.

В представлении родителей о себе как о компетентных родителях преобладающим является поведенческий компонент, а наименее важным - эмоциональный, что позволяет фиксировать противоречия между сознательными убеждениями родителей: на сознательном уровне есть убеждение, что развит эмоциональный компонент, в системе представлений он наименее важен. И наоборот: в системе представлений наиболее важен поведенческий компонент, при сознательном анализе он менее развит.

Просвещая, консультируя и обучая родителей, педагоги и психологи могут грамотно скорректировать общение и взаимодействие родителей с ребенком, выстроить ее так, чтобы она была более продуктивна. Высокий уровень родительской компетентности будет способствовать заинтересованности в приобретении новых знаний и навыков эффективной коммуникации, взаимодействия с ребенком.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева, Т.В. Семейная психология / Т.В. Андреева. - СПб. : Речь, 2004. - 244 с.
2. Грицай Л.А. Гуманистические представления о процессе родительского воспитания детей в наследии В. А. Сухомлинского //

Педагогика и просвещение. 2019. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/gumanisticheskie-predstavleniya-o-protse-roditelskogo-vozpitaniiya-detey-v-nasledii-v-a-suhomlinskogo> (дата обращения: 28.07.2023).

3. Емельянова Т.П. Социальные представления: история, теория и эмпирические исследования. - М. :«Институт психологии РАН», 2016.

4. Кабанченко Е. А. Родительская компетентность как психологический феномен // Научный форум: Педагогика и психология. - 2017. - С. 43-47.

5. Московичи С. Социальные представления: исторический взгляд // Психол. журн. 1995. № 1. С. 3-18.

6. Погодина Е.К. Формирование психолого-педагогической компетентности родителей учащихся // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. 2019. №4 (44). [Электронный ресурс]: URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-psihologo-pedagogicheskoy-kompetentnosti-roditeley-uchaschihsya> (дата обращения: 28.07.2023).

FEATURES OF PARENTAL COMPETENCE OF MODERN PARENTS

Yakovleva A. A.

This article discusses the results of a study of the features of parental competence of modern parents. Within the framework of the study, the responses of a free associative experiment were analyzed in order to study social perceptions of parental competence, and individual parameters of parental competence of modern parents were studied. Based on the data obtained, it was possible to fix that in the ideas of parents about parental competence there is a contradiction between conscious beliefs and unconscious ideas.

Keywords: parents, children, upbringing, parental competence, self-development, social representations, associative experiment, emotional component, behavioral component, cognitive component.

Отпечатано в ООО «Девять Линий»
Юридический адрес: ул. 9я линия, д. 72, г. Ростов-на-Дону,
Ростовская область, Россия, 344019
Подписано в печать 15.09.2023г., Тираж 220 экз., цена свободная

ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ СТАТЬИ

1. Файл с текстом статьи должен иметь расширение *.doc или *.docx. Разметка страницы: поля со всех сторон 2 см, ориентация книжная, формат А4. Текст набирается шрифтом Times New Roman, размер (кегель) 14, абзацный отступ 1,25 см, межстрочный интервал полуторный с использованием автоматической расстановки переносов. Страницы должны быть пронумерованы (внизу страницы, выравнивание по центру).

Структура статьи:

- *индекс УДК в соответствии с классификатором (в левом верхнем углу);*
- *название статьи;*
- *инициалы и фамилии авторов (полностью);*
- *место (-а) работы (учебы) автора (-ов);*
- *аннотация (от 50 до 150 слов) на русском языке;*
- *ключевые слова на русском языке (от 10 до 15 слов);*
- *название статьи на английском языке;*
- *аннотация на английском языке (перевод);*
- *ключевые слова на английском языке (перевод);*
- *текст статьи;*
- *список использованных источников;*
- *сведения об авторах на русском языке (с указанием полного ФИО, названия учебного учреждения, должность, звание, научные степени и т.д.)*

Все статьи проверяются системой АНТИПЛАГИАТ.
Процент авторского текста должен составлять не менее 75%.

