

№2- 2024

НАУЧНО-
ПРАКТИЧЕСКИЙ
ЖУРНАЛ



Э П В ВОПРОСЫ
ПСИХОЛОГИИ
ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ
СИТУАЦИЙ



Nº2- 2024

**RESEARCH
AND PRACTICE
JOURNAL**



**ISSUES
IN EXTREME
SITUATION
PSYCHOLOGY**

“Issues In Extreme Situation Psychology” is peer-reviewed research and practice journal. It publishes general scientific and practice-oriented articles concerned with the topical problems of educational, developmental, special, forensic, social, health psychology, psychological assessment and counselling.

The journal’s mission and tasks are defined by contemporary science which, alongside case-specific approaches to psychology of human, consistently synthesizes achievements in various fields of knowledge associated with specific and general aspects of personality upbringing and education, professional identity, as well as personality development and social adaptation.

The target readers of the journal are researchers, teachers, practitioners in psychology and psychiatry, post-graduate students, applicants, master’s students and students of specialized higher educational establishments (faculties and/or departments), as well as all those showing interest in the problems of social and personal psychology.

Each article published in the journal is to undergo obligatory reviewing by the editorial board members.

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

ISSN электронного сетевого издания 3034-2767

Регистрационный номер и дата принятия решения о регистрации: серия ЭЛ № ФС77-87682 от 28 июня 2024 г.

Сайт издательства <https://extrapsy.ru/>

Разделы и рубрики журнала:

- Общая психология, психология личности
- Медицинская психология
- Психология труда, инженерная психология, когнитивная эргономика
- Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред
- Коррекционная психология и дефектология
- Юридическая психология и психология безопасности
- Социальная психология, политическая и экономическая психология
- Психофизиология
- Возрастная психология

Учредитель издания: Алагаева Кавсарат Юсуповна

Адрес редакции и учредителя: 344114, Ростовская область, г. Ростов-на-Дону, ул. Боряна, 20.

Тел.: +7 (929) 817-10-07.

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР-

РЮМШИНА ЛЮБОВЬ ИВАНОВНА

Доктор психологических наук, профессор кафедры социальной психологии и психологии личности Академии психологии и педагогики ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет».

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

ГУСЕВ АЛЕКСЕЙ НИКОЛАЕВИЧ

Доктор психологических наук, профессор, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова».

БЕЛЫХ ТАТЬЯНА ВИКТОРОВНА

Доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры социальной психологии образования и развития, ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского».

БЫЗОВА ВАЛЕНТИНА МИХАЙЛОВНА

Доктор психологических наук, профессор кафедры общей психологии, Санкт-Петербургский Государственный университет.

ВАЧКОВ ИГОРЬ ВИКТОРОВИЧ

доктор психологических наук, профессор, профессор-исследователь кафедры общей психологии факультета клинической и специальной психологии, НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа».

ГРОШЕВ ИГОРЬ ВАСИЛЬЕВИЧ

Доктор психологических наук, профессор, заслуженный деятель науки РФ. Лауреат премии Правительства РФ в области образования. Автономная некоммерческая организация «Научно-исследовательский институт образования и науки».

ЖДАНОВА СВЕТЛАНА ЮРЬЕВНА

Доктор психологических наук, заведующая кафедрой психологии развития, директор Центра психолого-педагогической помощи, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Пермский государственный национальный исследовательский университет».

ИГОЛЕВИЧ НАТАЛЬЯ ИВАНОВНА

Доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры гуманитарных наук и технологий, ФГБОУ ВО «Тюменский индустриальный университет».

КИБАЛЬЧЕНКО ИРИНА АЛЕКСАНДРОВНА

Доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры психологии и безопасности жизнедеятельности, Институт компьютерных технологий и информационной безопасности, ФГБОУ ВО «Южный федеральный университет».

КОРЖОВА ЕЛЕНА ЮРЬЕВНА

Доктор психологических наук, профессор, профессор, зав. кафедрой общей и социальной психологии, Российский государственный педагогический университет имени А. И. Герцена.

КУДИНОВ СЕРГЕЙ ИВАНОВИЧ

Доктор психологических наук, профессор, Российский университет дружбы народов им. Патриса Лумумбы.

КУЛИКОВ ЛЕОНИД ВАСИЛЬЕВИЧ

Доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры социальной психологии, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский государственный университет».

МАЗУРОВА НАДЕЖДА ВЛАДИМИРОВНА

Доктор психологических наук, профессор, директор Института психологии им. Л.С. Выготского РГГУ.

МАКАРОВА ЕЛЕНА АЛЕКСАНДРОВНА

Доктор психологических наук, профессор кафедры «Общая и консультативная психология», Донской государственный технический университет.

НАУМЕНКО ЕВГЕНИЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ

Доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры педагогики и психологии, Ургенчский государственный университет, Республика Узбекистан.

ОГНЕВ АЛЕКСАНДР СЕРГЕЕВИЧ

Доктор психологических наук, профессор, заместитель директора института гуманитарных технологий и социального инжиниринга, Финансовый университет при Правительстве РФ.

ПАЗУХИНА СВЕТЛАНА ВЯЧЕСЛАВОВНА

почетный профессор РАО, доктор психологических наук, доцент, зав. кафедрой психологии и педагогики, ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого».

СЕЛЮЧ МАРИНА ГРИГОРЬЕВНА

Доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры психологии и педагогики, Амурский государственный университет.

СЕМЕНОВА ЛИДИЯ ЭДУАРДОВНА

Доктор психологических наук, доцент, ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского», профессор кафедры возрастной и клинической психологии.

СИМАЕВА ИРИНА НИКОЛАЕВНА

Доктор психологических наук профессор, Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта, профессор-консультант ОНК «Институт образования и гуманитарных наук».

СИНЯКОВА (ГРИНИК) МАРИНА ГЕННАДЬЕВНА

Доктор психологических наук, доцент, Заведующая кафедрой Государственной службы и кадровой политики, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования Уральский институт Государственной противопожарной службы МЧС России.

УЛЬЯНИНА ОЛЬГА АЛЕКСАНДРОВНА

Доктор психологических наук, доцент, член-корреспондент РАО ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет», руководитель Федерального координационного центра по обеспечению психологической службы в системе образования Российской Федерации.

EDITOR-IN-CHIEF

LYUBOV IVANOVNA RYUMSHINA

Doctor of Psychological Sciences, Professor of the Social Psychology and Personality Psychology Department. Academy of Psychology and Pedagogy, Southern Federal University".

EDITORIAL BOARD:

GUSEV ALEXEY NIKOLAEVICH

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Lomonosov Moscow State University.

BELYKH TATYANA VIKTOROVNA

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Social Psychology of Education and Development Department, Saratov National Research State University named after N.G. Chernyshevsky.

BYZOVA VALENTINA MIKHAILOVNA

Doctor of Psychological Sciences, Professor of the General Psychology Department, St. Petersburg State University.

VACHKOV IGOR VIKTOROVICH

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Research Professor at the General Psychology Department, Faculty of Clinical and Special Psychology, Moscow Institute of Psychoanalysis.

GROSHEV IGOR VASILYEVICH

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Honored Scientist of the Russian Federation. Laureate of the Russian Government Prize in the field of education. Autonomous non-profit organization "Scientific Research Institute of Education and Science".

ZHDANOVA SVETLANA YURYEVNA

Doctor of Psychological Sciences, Head of the Developmental Psychology Department, Director of the Center for Psychological and Pedagogical Assistance, Perm State National Research University.

IOGOLEVICH NATALIA IVANOVNA

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Humanities and Technologies Department, Tyumen Industrial University.

IRINA ALEXANDROVNA KIBALCHENKO

Doctor of Psychology, Associate Professor, Professor of the Psychology and Life Safety Department, Institute of Computer Technology and Information Security, Southern Federal University.

KORZHOVA ELENA YURYEVNA

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor, Head of the Department of General and Social Psychology, A. I. Herzen Russian State Pedagogical University.

KUDINOV SERGEY IVANOVICH

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Peoples' Friendship University of Russia named after Patrice Lumumba

KULIKOV LEONID VASILYEVICH

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Social Psychology Department, St. Petersburg State University.

MAZUROVA NADEZHDA VLADIMIROVNA

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Director of the Vygotsky Institute of Psychology of the Russian State University.

MAKAROVA ELENA ALEXANDROVNA

Doctor of Psychological Sciences, Professor of the General and Consultative Psychology Department, Don State Technical University.

NAUMENKO EVGENY ALEXANDROVICH

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Pedagogy and Psychology Department, Urgench State University, Uzbekistan.

OGNEV ALEXANDER SERGEEVICH

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Deputy Director of the Institute of Humanitarian Technologies and Social Engineering, Financial University under the Government of the Russian Federation.

PAZUKHINA SVETLANA VYACHESLAVOVNA

Honorary Professor of the Russian Academy of Sciences, Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Head of the Psychology and Pedagogy Department, Tula State Pedagogical University named after L.N. Tolstoy.

SELYUCH MARINA GRIGORYEVNA

Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of Psychology and Pedagogy, Amur State University.

SEMENOVA LIDIYA EDUARDOVNA

Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Lobachevsky National Research Nizhny Novgorod State University, Professor of the Age and Clinical Psychology Department.

SIMAEVA IRINA NIKOLAEVNA

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Immanuel Kant Baltic Federal University, Consulting Professor at the Institute of Education and Humanities.

SINYAKOVA (GRINIK) MARINA GENNADIEVNA

Doctor of Psychology, Associate Professor, Head of the Public Service and Personnel Policy Department, Ural Institute of State Fire Service of the Ministry of Emergency Situations of Russia.

ULYANINA OLGA ALEXANDROVNA

Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Corresponding Member of the RAO Moscow State Psychological and Pedagogical University, Head of the Federal Coordination Center for Providing Psychological Services in the Education System of the Russian Federation.

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА:

ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

- Камаев Владимир Евгеньевич. ВЗАИМОСВЯЗЬ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ С САМООЦЕНКОЙ И ЦЕННОСТНЫМИ ОРИЕНТАЦИЯМИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ **14**
- Зозолева Алевтина Викторовна. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ **21**
- Новикова Ксения Владимировна, Зырянкина Ангелина Денисовна. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ОБРАЗА ТЕЛА С САМООЦЕНКОЙ ПОДРОСТКОВ **28**
- Христинович Алена Денисовна, Новикова Ксения Владимировна. ИССЛЕДОВАНИЕ СТРАХОВ У ПОДРОСТКОВ И МЕТОДЫ ИХ ПРЕОДОЛЕНИЯ **35**
- Пензина Дарья Евгеньевна, Евсеева Антонина Николаевна. К ПРОБЛЕМЕ ПОВЕДЕНЧЕСКИХ СТРАТЕГИЙ ГРАЖДАН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА **41**

КОРРЕКЦИОННАЯ ПСИХОЛОГИЯ

- Юрасова Светлана Викторовна. ДИСЛЕКСИЯ: ПРОБЛЕМЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ В ЗРЕЛОМ ВОЗРАСТЕ **51**
- Хараева Карина Замировна, Башиева Жансурат Дугуевна. ОСОБЕННОСТИ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКОВ С ОВЗ **60**
- Роговой Андрей Константинович. МОДЕЛЬ ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ С ЦЕЛЬЮ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ КРИЗИСА СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ МОЛОДЕЖИ **64**

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

- Кочетков Дмитрий Алексеевич. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АВИАЦИОННЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ **73**
- Калюжная Полина Вячеславовна, Артемьева Галина Николаевна. ДОМИНИРУЮЩИЕ МОТИВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫБОРА У ВЫПУСКНИКОВ ШКОЛЫ **80**
- Боровицкая Юлия Витальевна, Лобачева Анна Сергеевна. РОЛЬ ПЕРВОГО УЧИТЕЛЯ В СТАНОВЛЕНИИ ЛИЧНОСТИ И ФОРМИРОВАНИИ ЖИЗНЕННЫХ ЦЕННОСТЕЙ УЧАЩИХСЯ **85**

МЕДИЦИНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Мыльникова Мария Сергеевна, Майстренко Елена Викторовна.
ПОДБОР МЕТОДОВ ДЛЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ВЗАИМОСВЯЗИ
СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И НЕРВНО-
ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У СПЕЦИАЛИСТОВ
ТЕХНОСФЕРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ **92**

Храмова Алена Александровна, Родермель Татьяна Алексеевна.
КЛИНИЧЕСКИЙ СЛУЧАЙ ИЗ ПРАКТИКИ РАБОТЫ С ПОДОПЕЧНОЙ С
АЛЕКСИТИМИЕЙ, ИМЕЮЩЕЙ АГРЕССИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ **99**

**ЮРИДИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЯ
БЕЗОПАСНОСТИ**

Клопотенко Александр Григорьевич. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ
ИСПРАВЛЕНИЯ ОСУЖДЁННЫХ **105**

Клопотенко Александр Григорьевич. СОДЕРЖАНИЕ ТРУДНОЙ
ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ ОСУЖДЁННЫХ И ПУТИ ЕЁ РЕШЕНИЯ.
ПРОБАЦИЯ КАК ИНСТРУМЕНТ СОПРОВОЖДЕНИЯ **112**

Свечканев Александр Дмитриев. СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
ВЫГОРАНИЯ В СРЕДЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЮРИСТОВ **119**



CONTENTS

AGE PSYCHOLOGY

Kamaev Vladimir Evgenievich. IDENTIFICATION OF ADOLESCENTS WITH SOCIO-PSYCHOLOGICAL DISADAPTATION. RELATIONSHIP OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL DISADAPTION WITH SELF-ESTEEM AND VALUE ORIENTATIONS IN ADOLESCENCE **14**

Zozoleva Alevtina Viktorovna. SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS PROFESSIONAL SELF-DETERMINATION HIGH SCHOOL STUDENTS **21**

Novikova Ksenia Vladimirovna Zyryankina Angelina Denisovna. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND ADOLESCENT SELF-ESTEEM **28**

Khristianovich Alina Denisovna Novikova Ksenia Vladimirovna. THE STUDY OF FEARS IN ADOLESCENTS AND THEIR METHODS OVERCOMING **35**

Penzina Daria Evgenievna Evseeva Antonina Nikolaevna. ON THE PROBLEM OF BEHAVIORAL STRATEGIES OF ELDERLY CITIZENS **41**

CORRECTIONAL PSYCHOLOGY

Yurasova Svetlana Viktorovna. DYSLEXIA: PROBLEMS AND CONSEQUENCES IN ADULTHOOD **51**

Karaeva Karina Zamirovna, Bashieva Zhansurat Duguevna. FEATURES OF SELF-ESTEEM OF ADOLESCENTS WITH DISABILITIES **60**

Rogovoy Andrey Konstantinovich. A MODEL OF PSYCHOCORRECTIVE MEASURES TO PREVENT A CRISIS IN THE LIFE ORIENTATIONS OF YOUNG PEOPLE **64**

EDUCATIONAL PSYCHOLOGY

Kochetkov Dmitry Alekseevich. PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE TRAINING AND ACTIVITIES OF AVIATION SPECIALISTS **73**

Kalyuzhnaya Polina Vyacheslavovna, Artemyeva Galina Nikolaevna. THE DOMINANT MOTIVES OF PROFESSIONAL CHOICE AMONG SCHOOL GRADUATES **80**

Borovitskaya Julia Vitalievna, Lobacheva Anna Sergeevna. THE ROLE OF THE FIRST TEACHER IN THE FORMATION OF PERSONALITY AND THE FORMATION OF STUDENTS' LIFE VALUES **85**

MEDICAL PSYCHOLOGY

Mylnikova Maria Sergeevna Maistrenko Elena Viktorovna.
SELECTION OF METHODS FOR STUDYING THE RELATIONSHIP
BETWEEN EMOTIONAL BURNOUT SYNDROME AND
NEUROPSYCHIC STABILITY IN TECHNOSPHERE SECURITY
SPECIALISTS **92**

Khramova Alyona Alexandrovna, Rodermele Tatyana Alekseevna. A
CLINICAL CASE FROM THE PRACTICE OF WORKING WITH A WARD
WITH ALEXITHYMIA WHO HAS AGGRESSIVE BEHAVIOR **99**

LAW PSYCHOLOGY AND SECURITY PSYCHOLOGY

Klopotenko Alexander Grigoryevich. PEDAGOGICAL ASPECTS OF
THE CORRECTION OF CONVICTS **105**

Klopotenko Alexander Grigoryevich. THE CONTENT OF THE
DIFFICULT LIFE SITUATION OF CONVICTS AND WAYS TO SOLVE
IT. PROBATION AS A SUPPORT TOOL **112**

Svechkanov Alexander Dmitriev. BURNOUT SYNDROME AMONG
PROFESSIONAL LAWYERS **119**



ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

УДК 159

ВЗАИМОСВЯЗЬ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ С САМООЦЕНКОЙ И ЦЕННОСТНЫМИ ОРИЕНТАЦИЯМИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Камаев Владимир Евгеньевич

Магистрант, УдГУ (Удмуртский Государственный Университет)
направления «психология образования»

E-mail: vladimirkymaev@gmail.com

Научный руководитель: Троянская Светлана Леонидовна,
кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики
и педагогической психологии, УдГУ
(Удмуртский Государственный Университет)

Статья посвящена достаточно актуальной проблеме современной педагогики и психологии - социально-психологической дезадаптации, а также ее взаимосвязи с самооценкой и ценностными ориентациями в подростковом возрасте. Наиболее актуальной эта проблема становится в подростковом возрасте, поскольку этот период оказывает особое влияние на развитие личности, представление о себе и мире в целом. Выявление подростков с психосоциальной дезадаптацией в дальнейшем поможет корректировать их поведение и взаимосвязь таких детей с подростковом коллективом, а также поможет не допустить регресса развития всего коллектива в целом. В статье представлены результаты экспериментального исследования, которое проводилось на базе средней образовательной школы, в исследовании приняло участие 40 человек в возрасте 12 – 14 лет. В рамках исследования была составлена карта наблюдения для выявления подростков с психосоциальной дезадаптацией, опробованы методики выявления ценностных ориентаций и самооценки. Выявлена взаимосвязь этих показателей с психосоциальной дезадаптацией.

Ключевые слова: психосоциальная дезадаптация, подростковый возраст, ценностные ориентации, самооценка, взаимосвязь, адаптация, корреляция, карта наблюдения, коэффициент.

Актуальность исследования.

Проблема адаптации детей к школьной жизни исследуется давно, однако, наряду с развитием общества, появляются и новые проблемы, под влиянием которых настоящему подростку тяжело приспособиться к традиционным устоям. Одним из важных и актуальных вопросов, связанных с безопасностью психического здоровья детей и подростков, является процесс их психосоциальной адаптации. Адаптация, традиционно, рассматривается, как приспособление организма человека к изменяющимся условиям внешней среды, направленное на сохранение динамического

равновесия его внутреннего состояния, и представляет собой сложный социально-биологический процесс. Для организма подростка эффективность адаптации имеет особое значение, так как она находится под мощным влиянием двух неоднозначных процессов - активной физиологической перестройки организма и интенсивной социализации личности. Если такой важный процесс пройдет с отклонениями или же ребенок вовсе не адаптируется, существует риск отрицательного влияния на его дальнейшее развитие.

Краткий обзор исследований.

Психосоциальная или социально-психологическая дезадаптация – комплекс личностных психологических признаков, включающий в себя черты характера, неадекватное проявление самооценки, фобии, девиантное поведение, которые затрудняют социальную адаптацию. Вызвана половозрастными и индивидуально-психологическими особенностями индивида, обуславливающими их определенную нестандартность, трудновоспитуемость, которая требует индивидуального подхода и, в отдельных случаях, специальных психосоциальных и психолого-педагогических коррекционных программ. Социальная дезадаптация – совокупность признаков, которые свидетельствуют о несоответствии социопсихологического и психофизиологического статуса индивида с требованиями социальной ситуации, овладение которой по ряду причин осложняется или становится невозможным. В зависимости от глубины деформации процесса социализации выделяют такие виды социальной дезадаптации ребенка как педагогическая запущенность (школьная дезадаптация) и социальная запущенность [10].

По своей природе и характеру различные формы психосоциальной дезадаптации делятся на устойчивые (акцентуации характера, дефекты эмоционально-волевой и мотивационно-познавательной сфер и др.) и временные, неустойчивые (половозрастные особенности кризисных периодов развития ребенка, психические состояния, спровоцированные различными психотравмирующими обстоятельствами).[8]

Социальная дезадаптация проявляется в нарушении норм морали и права, асоциальных формах поведения и деформации системы внутренней регуляции, референтных и ценностных ориентаций, социальных установок. Речь идет о нарушении процесса социального развития, социализации индивида, когда имеет место нарушение как функциональной, так и содержательной стороны социализации. При этом нарушения социализации могут быть вызваны как прямыми (демонстрация ближайшим окружением образцов и установок девиантного поведения), так и косвенными десоциализирующими влияниями, когда имеет место снижение референтной значимости ведущих институтов социализации (семьи и школы). В зависимости от степени и глубины деформации выделяются две стадии социальной дезадаптации: стадия школьной дезадаптации, характеризующаяся парциальными социальными нарушениями, связанными с учебно-воспитательным процессом (сквернословие, курение, пропуски уроков, конфликты с учителями и сверстниками), и стадия социальной запущенности, характеризующаяся глубоким отчуждением от семьи и школы и различными асоциальными отклонениями (бродяжничество, наркомания, пьянство, алкоголизм, аморальное поведение и т. д.). [7]

Самооценку можно рассматривать как стабильную черту, так и нестабильное состояние, поскольку некоторые события (как успехи, так и неудачи) могут повлиять на мгновенное чувство собственного достоинства, особенно в конкретных областях самооценки (например, школьная

самооценка). Подростковый период может быть особенно динамичным в отношении самооценки. Этот период представляет собой время резких изменений во многих сферах развития, которые влияют на изменения глобальной самооценки и ее сфер.

Шавельсон и Хартер относятся к самооценке как к многомерной, иерархически организованной конструкции, где глобальная самооценка находится на вершине иерархии. Эта многомерность является основным отличием этих теорий от концепции самооценки Розенберга, которая представляет собой одномерный подход.[1]

Среди подростков низкая самооценка связана с проблемами психического здоровья, такими как депрессия и тревога, и она была описана как причина и следствие таких проблем. Кроме того, подростковый возраст – это чувствительный период, в течение которого молодые люди претерпевают различные физические и психологические изменения, которые могут быть связаны с низкой самооценкой. Проблемы с низкой самооценкой и негативной самооценкой связаны с различными другими проблемами, такими как более низкая удовлетворенность жизнью, проблемы с формированием идентичности и ухудшение физического здоровья.[4]

Причины, по которым самооценка важна для подростков:

1. Уверенность. Подростки будут иметь уверенность в себе, если у них есть самоуважение. Очень важно, что они не могут уверенно противостоять давлению сверстников. Если у них есть самоуважение и уверенность в себе, они могут справиться со всеми этими проблемами.

2. Характер. Подростковый период традиционно включает в себя множество стрессовых ситуаций и проблем. Такие ситуации зачастую возникают в школе и при общении с группами сверстников. Чтобы справиться с этими ситуациями, проблемами и вызовами, нужен сильный характер.

3. Постановка целей и их достижение. Подросткам в скором времени вступать во взрослую жизнь и если они так и не овладели умениями в постановке и достижении целей, они не смогут добиться успеха в своей жизни. Самооценка – это единственная часть личности, которая может помочь им в этом, потому что без адекватной самооценки они могут не знать своих собственных сильных и слабых сторон.

4. Мораль и ценности. Подростки могут легко поддаваться искушениям и поэтому, только если они знают, что может быть хорошо для них и что причиняет вред, они могут держать себя в стороне от таких нежелательных искушений.

5. Уважение. Только с чувством собственного достоинства они могут преуспеть в своих начинаниях, и только когда они достигают и добиваются успеха, они зарабатывают это уважение. Именно поэтому, самооценка очень важна для подростков. [5]

Самооценка в этом возрасте является одним из главных критериев формирования успешного образа «Я». Необходимо отметить, что подростки с низкой самооценкой наиболее подвержены стрессу, эмоциональному коллапсу и социальной дезадаптации.

И.Н. Истомин рассматривает ценностные ориентации как определенную категорию установок личности, которые определяют его дальнейшее поведение. По его словам, «состояние нужды в тех или иных предметах предстает как результат сопоставления всех ценностных критериев выбора поведения с наличной ситуацией». Наряду с этим В.И. Столяров подчеркивает, что ценности, в отличие от установок, имеют надситуативный характер: они в большей степени определяют характер

реализуемых личностью ценностных отношений, чем конкретные ситуативные условия ее взаимодействия с окружающим миром. Таким образом, в ценностных ориентациях как субъективных образах объективной реальности воедино слиты знание, переживание и стремление к действию, побуждаемое и направляемое имеющимся знанием и переживаемыми чувствами.[2] Ценностные ориентации определяют характер ценностных отношений личности, которые объективируются в виде действий и поступков подростка.[3]

С другой стороны, ценностное отношение выступает необходимым компонентом в формировании ценностной ориентации, деятельности и отношений, которые выражаются в ценностной установке личности подростка. При этом установка рассматривается как состояние готовности действовать определенным образом в определенной ситуации, а ориентации - как относительно устойчивые избирательные отношения к тем или иным ценностям жизни, имеющие более обобщенный, менее ситуативный характер. Ценностная установка предваряет деятельность, стимулирует и направляет ее, детерминирует отношение личности ко всем явлениям окружающей действительности. Вместе с этим, реализуемые личностью отношения к этим явлениям, оказывают формирующее влияние на содержание ценностных установок. [9]

Целью данного исследования является выявление взаимосвязи социально-психологической дезадаптации и ценностных ориентаций личности у подростков. Мы предполагаем, что между психосоциальной дезадаптацией, самооценкой и ценностными ориентациями подростков существуют статистически значимые связи.

Материалы и методы исследования.

В исследовании приняло участие 40 человек в возрасте от 12 до 14 лет.

В рамках исследования применялись следующие методики: 1. Карта наблюдения Д. Стотта, 2. Определение доминирующей личностной направленности подростка И. Д. Егорычевой, 3. Ценностные ориентации и направленность личности Л. Н. Силантьевой, 4. Ценностные ориентации М. Рокича, 5. Диагностика самооценки Дембо-Рубинштейна (модификация А. М. Прихожан).

При анализе данных были использованы методы математической статистики: χ^2 -критерий Спирмена. Для математико-статистической обработки данных применялся статистический пакет «SPSS Statistics version 22.0».

Результаты исследования и их обсуждение.

Изначально нами использовалась карта наблюдений Д. Стотта, позволяющая определить показатели дезадаптации у 40 исследуемых подростков. Карта наблюдения Д. Стотта используется для изучения эмоциональной и поведенческой сфер, при этом важно было выявить симптомы, которые свидетельствуют о наличии эмоциональных проблем и отклонений в поведении ребенка и которые в ходе непосредственного обследования ребенка должны найти подтверждение. Карта наблюдения Д. Стотта включает 198 фрагментов фиксированных форм поведения, о наличии или отсутствии которых у ребенка должен судить наблюдатель, заполняющий карту. Эти фрагменты сгруппированы в 16 синдромов. Если коэффициент дезадаптации превышает 25 баллов, то это свидетельствует о серьезности нарушения механизмов личностной адаптации, такой ребенок

составляет группу риска, но, тем не менее, его развитие считается соответствующим норме.

Полученные значения самого высокого показателя коэффициента дезадаптации подростка, более 25 (группа риска), приведены на рисунке 1.

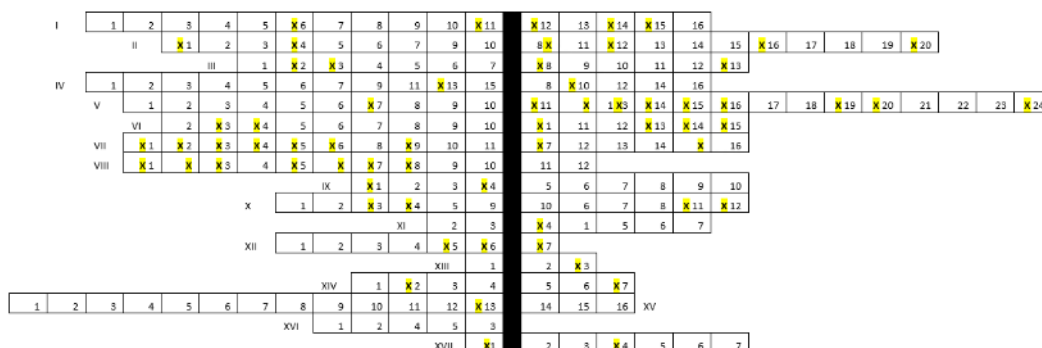


Рисунок 1 – Показатели дезадаптации исследуемого

Коэффициент дезадаптации подростка группы риска соответственно равен 97.

Далее нами было проведено исследование полученных данных на наличие взаимосвязи с ценностными ориентациями личности. Мы использовали г-критерий Спирмена для выявления статистически значимых корреляций между социально-психологической дезадаптацией и некоторыми ценностными ориентациями личности, и показателями самооценки, результаты корреляционного анализа представлены в таблице 1.

Таблица 1 - Коэффициенты корреляции между показателем социально-психологическая дезадаптация и ценностные ориентации личности

№	Ценностные ориентации личности	Социально-психологическая дезадаптация	
		г	р
1	Уверенность в себе	0,299	0,037
2	Чуткость	0,304	0,034
3	Уровень притязаний по счастью	0,365	0,010

На основе полученных данных (таблица 1) можно заключить, что показатель «социально-психологическая дезадаптация» статистически значимо положительно коррелирует с показателями «Уверенность в себе» ($r=0,299$ при $p=0,037$), «Чуткость» ($r=0,304$ при $p=0,034$), «Уровень притязаний по счастью» ($r=0,365$ при $p=0,010$).

Таким образом, чем в большей степени выражена приверженность вышеперечисленных ценностей и уровня притязаний по счастью, тем в большей степени данные лица склонны к социально-психологической дезадаптации.

А именно, социально-психологическая дезадаптация находится в положительной взаимосвязи с ценностями уверенности в себе и чуткости, а также в положительной взаимосвязи с уровнем притязаний по счастью

Выводы и заключение.

Подростковый возраст является особенно подходящим для изучения взаимосвязей психосоциальной дезадаптации с факторами, влияющими на формирование и развитие личности. В данной работе мы выявили подростков с высоким коэффициентом дезадаптации при помощи карты наблюдений Д.Стотта. В ходе проведенного исследования таких подростков группы риска, как и предполагалось, была выявлена статистически значимая связь между психосоциальной дезадаптацией, самооценкой и ценностными ориентациями. Полученные данные являются важными при определении факторов, влияющих на психосоциальную дезадаптацию, для разработки педагогической программы работы с социально-дезадаптированными подростками.

Результаты исследования могут использоваться школьными психологами и педагогами для предотвращения развития психосоциальной дезадаптации в классных коллективах, разработке программ педагогического сопровождения подростков с психосоциальной дезадаптацией, улучшения психологического климата в классе, повышения психологического благополучия подростков.

ЛИТЕРАТУРА

1. Harter S., Leahy R. L. The construction of the self: A developmental perspective. – 2001. P. 383-385.
2. Алмазов, Б.Н. Психологическая средовая дезадаптация несовершеннолетних// Свердловск. 1986
3. Архипова Л. Ю. Ценностные ориентации подростков: реалии и перспективы // Фундаментальные и прикладные исследования: проблемы и результаты. 2012. №1.
4. Бисултанова Т.М. Роль самооценки в подростковом возрасте: сборник трудов конференции. / Т.М. Бисултанова, В.М. Миназова // Педагогика, психология, общество: от теории к практике: материалы Всерос. науч.-практ. конф. с международным участием (Чебоксары, 26 нояб. 2021 г.) / редкол.: Ж.В. Мурзина [и др.] – Чебоксары: ИД «Среда», 2021. – С. 228-230.
5. Григорович Л.А. Проблема нравственного развития подростка / Л.А. Григорович. – М.: НОУ ВПО Московский психолого-социальный университет, 2015. – 248 с.
6. Конева О. Б. Социально-психологические аспекты дезадаптации личности // Вестник ЧелГУ. 2012. №19 (273). С. 75-79.
7. Мамайчук И. И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии. СПб. : Речь, 2008. С. 36-38.
8. Овчаренко Л.Ю. Проблемы успешности социально-психологической адаптации подростков в современной среде // Системная психология и социология. 2015. №1 (13).
9. Реан А.Л, Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология / А.Л. Реан, Я.Л. Коломинский. СПб.: Питер, 2014.
10. Словарь по профориентации и психологической поддержке. Изд-во: ФГБОУ ВПО "МГТУ им. Н.Э. Баумана". Эл № ФС 77.

**IDENTIFICATION OF ADOLESCENTS
WITH SOCIO-PSYCHOLOGICAL DISADAPTION. RELATIONSHIP
OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL DISADAPTION
WITH SELF-ESTEEM AND VALUE ORIENTATIONS
IN ADOLESCENCE**

Kamaev V. E.

The article is devoted to a fairly pressing problem of modern pedagogy and psychology - socio-psychological maladaptation, as well as its relationship with self-esteem and value orientations in adolescence. This problem becomes most pressing in adolescence, since this period has a special impact on the development of the individual, the idea of oneself and the world as a whole. Identifying adolescents with psychosocial maladjustment will further help to correct their behavior and the relationship of such children with the teenage team, and will also help prevent regression in the development of the entire team as a whole. The article presents the results of an experimental study, which was conducted on the basis of a secondary school; 40 people aged 12–14 years took part in the study. As part of the study, an observation map was drawn up to identify adolescents with psychosocial maladjustment, and methods for identifying value orientations and self-esteem were tested. The relationship between these indicators and psychosocial maladjustment was revealed.

Key words: psychosocial maladjustment, adolescence, value orientations, self-esteem, relationship, adaptation, correlation, observation map, coefficient.

УДК: 159

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Зозолева Алевтина Викторовна

Старший преподаватель кафедры Физики и высшей математики,
ФГБОУ ВО «Российский государственный университет
им. А.Н. Косыгина «Технологии. Дизайн. Искусство»

E-mail: zozoleva-av@rguk.ru

В статье представлен анализ изучения социально-психологических факторов профессионального самоопределения старшеклассников. Профессиональное самоопределение рассмотрено, как процесс, который охватывает весь период профессиональной деятельности личности: от возникновения профессиональных намерений до выхода из трудовой деятельности. Основываясь на анализе методологической базе исследования обосновано следующее суждение: профессиональное самоопределения старшеклассника рассматривается, как сложный процесс самоанализа, самопознания и самооценивания собственных способностей и ценностных ориентаций, происходящий по ходу получения допрофессиональной подготовки. Феномен «профессиональное самоопределение» объединяет в себе факторы и условия, при которых происходит общее развитие личности, самореализация, реализация интересов и ценностных ориентаций, социализация в обществе. Подтверждена гипотеза о том, что адекватность своим способностям и возможностям; осознание своего места в обществе; высокий уровень информированности – это параметры, показывающие готовность молодого человека к выбору профессии. Только при конструктивном взаимодействии личностных характеристик с общественной средой и социальным окружением старшеклассника профессиональное самоопределение станет осознанным и успешным.

Ключевые слова: профессиональное самоопределение, параметры готовности к выбору профессии, социально-психологические факторы самоопределения, самоанализ, самопознание, ценностные ориентации, довузовская подготовка.

Актуальность исследования.

Формирование профессионального самоопределения – сложный процесс саморазвития личности, играющий значимую роль в дальнейшей жизни человека. От правильности выбора профессиональной деятельности зависит как общественная ценность человека, так и его успешность. В современном мире рациональному использованию человеческого потенциала и личностной самореализации уделяется большое внимание. Проблемы поиска своего жизненного предназначения остаются актуальными вне зависимости от возраста. Однако, именно в старших классах средней школы вопросы: «Куда пойти учиться?», «Какую профессию выбрать?» и т.п. становятся особо острыми.

Краткий обзор исследований.

История рассмотрения вопроса профессионального самоопределения уходит в работы известных психологов, педагогов, социологов. Являясь одной из наиболее изученных проблем психологии личности проблема профессионального самоопределения не теряет своей актуальности в основном за счет того, что сильно подвержена влиянию социальной среды. Различные подходы к исследованию данного феномена объединяет тот факт, что профессиональное самоопределение является частью общей проблемы развития человека как личности, неотъемлемой частью построения личностью своего жизненного пути.

Факторы, воздействующие на процессы профессионального самоопределения молодежи, рассмотрены в работах Немировского В.Г., Матулениса А.А.

В работах Здравомыслова А.Г., Лапина Н.И., Наумовой Н.Ф. и др. даны теоретические и эмпирические материалы, позволяющие представить процессы профессионального самоопределения в зависимости от формирования интересов и ценностных ориентации молодежи в современных условиях [7; 11]. Водзинская В.В., Иконникова С.Н., Лисовский В.Т. к факторам самоопределения относят социальное положение, положительную успеваемость территориальный фактор [2; 8]. Позже Титма М.Х. выделил четыре группы факторов профессионального выбора:

- социальные условия,
- локальный фактор (местожительства, членство в формальных группах),
- внутреннюю структуру (потребности, интересы, жизненная ситуация),
- качества индивида (профпригодность).

Кон И.С. считает существенными такие факторы профессионального самоопределения как возраст, в котором осуществляется выбор профессии, уровень информированности и притязаний молодого человека [10; 16].

Профессиональное самоопределение старшеклассника – многогранный и динамичный процесс, происходящий по мере развития личности. Методологический подход к определению понятия «самоопределение», намеченный Рубинштейном С.Л. [15], развивают в своих исследованиях Климов Е.А., Абульханова-Славская К.А., где основной акцент делался на том, что социально-психологическая основа определения себя в мире профессий заключается в активном выборе личностью собственной социальной профессиональной позиции, в свободном избрании человеком своей судьбы [9; 14].

Профессиональное самоопределение Щедровицкий П.Г. связывал со способностью определять себя, строить свою индивидуальную личную историю, в том числе и в профессиональном поле [22]. Эта способность выражается в умении переосмысливать собственную сущность, дополнять и изменять содержание своей личности в зависимости от задач, стоящих перед ней.

Конкретизируя и дополняя методологические и теоретические подходы к проблеме определения себя в жизненном и профессиональном пространстве, Чистякова С.Н. дает более технологичное, методическое определение проблемы и вводит понятие «жизненное и профессиональное самоопределение», под которым понимается сознательный акт определения и утверждения личной позиции в проблемных ситуациях, связанных с выбором профессии [20]. Результатом этого процесса выступает

психологическая готовность к выбору профессии, которая проявляется на мотивационном и технологическом уровнях.

К основным психологическим показателям готовности к профессиональному самоопределению принято относить: осознанность, структурированность, взаимосвязь и социальную значимость мотивов выбора профессии.

Понятие «профессиональное самоопределение» Климов Е.А. рассматривал через профессионализацию личности и включение себя в профессиональный круг в качестве полноценного участника общества [9].

По мнению Климова Е.А. (от этого же упоминает в своей работе Носкова О.Г. [13]), у каждой личности к моменту выбора пути профессиональной жизни складывается определенное целостное отношение к разным областям труда, формируются представления о многих профессиях, оценка собственных возможностей, происходит процесс ориентирования в социально-экономической ситуации, человек определяет «запасные варианты» выбора профессии и многое другое, что характеризует состояние внутренней готовности к очередному профессиональному самоопределению. Согласно логике данного исследователя, профессиональное самоопределение начинается со старшего школьного возраста.

Согласно концепции Шнейдер Л.Б. [21], именно старший школьный возраст является тем сенситивным периодом, когда личность начинает осознавать себя в поле профессиональной деятельности. Но этот процесс не заканчивается одномоментным актом выбора профессии и завершением профессиональной подготовки, он длится на протяжении всей профессиональной жизни. Поэтому, на наш взгляд, необходимо рассматривать проблемы профориентации, профессионального самоопределения и кризисов, связанных с профессиональной реализацией, не только во время первичного выбора специализации (поступление в учебное заведение), обучения профессии, но и на протяжении всего рабочего процесса. И все-таки определяющим в сфере выбора является именно тот возраст, для которого характерны прохождение кризиса идентичности, принятие первых ответственных решений в выборе жизненного пути - именно эти решения в последующем определяют дальнейшую жизнь индивида. Возраст старшеклассников (15-17 лет) характеризуется нестабильностью как в аффективном, так и в социальном плане. Эриксон Э. в 1950-1960 гг. описал его как острый и временный кризис. Таким образом отмеченные особенности были выведены за рамки психиатрического рассмотрения в область психологии, психологии развития и возрастной психологии, а также в область социальной психологии.

В подростковом возрасте, как периоде первичной, амбивалентной оптации, закладываются основы нравственного отношения к разным видам труда, происходит формирование системы личностных ценностей, которые определяют избирательность отношения подростков к различным профессиям, формируется готовность к профессиональному самоопределению. Готовность к профессиональному самоопределению включает в себя потребность занять внутреннюю позицию взрослого, осознать себя в качестве члена общества, определить себя в мире, т.е. понять себя и свои возможности наряду с пониманием своего места и назначения в жизни.

Проведенный теоретический анализ свидетельствует, что профессиональное самоопределение можно сформулировать следующим образом: это сложный, поэтапный, социально детерминированный процесс формирования социально-профессиональных ориентации индивида,

предопределяющих его профессиональный выбор, приобретение знаний, умений и навыков по избранной профессии, а также его становление субъектом конкретного вида профессиональной деятельности, занятие определенного социального положения в соответствии с ним (Маслоу А., Климов Е.А., Кон И.С., Пряжников Н.С., Титма М.Х.).

Можно определить, что процесс профессионального самоопределения – это действия молодого человека по самоанализу, самопознанию и самооцениванию собственных способностей и ценностных ориентаций. Это действия по пониманию степени соответствия собственных особенностей требованиям выбираемой профессии. И это действия по развитию у себя возможностей в процессе профессиональной подготовки и обучения с целью достижения более полного соответствия самого себя относительно выбранной профессии и относительно собственных устремлений. В качестве критериев, определяющих готовность к профессиональному самоопределению у старшеклассников, можно выделить: уверенность (субъективная оценка правильности выбора); адекватность (соответствие выбора особенностям и возможностям личности); осознание действительности (активность и самостоятельность в достижении поставленных целей, готовность реализовать выбор).

Материалы и методы исследований.

Рассматривая феномен «профессиональное самоопределение» убеждаемся в том, что социально-психологическая сущность жизненного и профессионального самоопределения заключается в соотношении своего внутреннего мира, своих ценностей, мотивов, потребностей, особенностей, способностей, возможностей с миром профессиональной деятельности как на уровне общих представлений, так и на уровне конкретных навыков и умений. В результате этого соотношения происходит обретение в общем профессиональном поле своего личного, персонального пространства, гибкого и наделенного личностным смыслом, а также формируется умение изменять и активно строить это пространство.

Эмпирическую базу исследования составили обучающиеся 0-11 классов. В исследовании приняли участие 63 человека в возрасте 15- 18 лет. Анализ результатов показал, что психологическая готовность к профессиональному самоопределению у выпускников формируется в 11 классе под влиянием внешних факторов, таких как комплексная работа психологов и специалистов в области профориентирования, влияние социальной среды, необходимость выбора общеобразовательных дисциплин для сдачи итоговой аттестации и повышение уровня информированности старшеклассников о перспективах будущей профессии. В контрольной группе «посильный» школьный предмет в качестве приоритета выбора направления подготовки для получения высшего образования стоит в ряду наиболее значимых таких как «достойная зарплата» и «авторитет другого человека». До 82 % выбранных вариантов приходится на указанные показатели на момент перехода школьника в 11 класс средней школы. В экспериментальной группе приоритеты распределились иным образом: «большой интерес к профессии» (79 %), «авторитет другого человека» (57 %) и «достойная зарплата» (68 %). По данным исследования профессионального личностного типа с использованием методики Д. Голланда получены следующие данные: в экспериментальной группы 59 % школьников, а в контрольной группе 47% относится к социальному типу, основными чертами характера которых относится частая зависимость от мнения группы людей.

Результаты и их обсуждение.

Анализ результатов показал, что психологическая готовность к профессиональному самоопределению у выпускников формируется в 11 классе под влиянием внешних факторов, таких как комплексная работа психологов и специалистов в области профориентирования, влияние социальной среды, необходимость выбора общеобразовательных дисциплин для сдачи итоговой аттестации и повышение уровня информированности старшеклассников о перспективах будущей профессии.

Сегодня существуют все предпосылки для расширения возможностей самоопределения молодежи. Основные принципы ранней профориентации заложены и в правительственных национальных программах. Государство формирует долгосрочную кадровую политику, ориентированную на перспективные запросы общества. Национальный проект «Образование» нацелен на снижение возрастных рамок фазы оптации до раннего возраста, что, безусловно оправдано в рамках формирования интереса к профессиям. Важным условием формирования социально-профессионального самоопределения старшеклассников выступает довузовская подготовка. Под довузовской подготовкой мы понимаем самостоятельный вид образования, направленный на формирование образованной личности, ориентированной на получение профессионального образования, на подготовку к созидательной деятельности; предоставляющий возможности саморазвития и самореализации личности старшеклассника; формирующий готовность старшеклассников к социально-профессиональному самоопределению.

Как новую форму допрофессиональной подготовки, удовлетворяющую перечисленным современным требованиям, мы рассматриваем целостную образовательную модель «школа – учреждение дополнительного образования – учреждения профессионального образования», в которой последние становятся ресурсными центрами для сетевой организации профессионального самоопределения старшеклассников в регионе, инициатором системных взаимодействий со школой и социальными партнерами с целью набора абитуриентов с адекватными способностями и мотивацией получения образования.

Обобщая результаты эмпирического исследования, были сделаны следующие выводы: ребята в экспериментальной группе, посещающие занятия по довузовской подготовке, в большинстве своем готовы к адекватно выбору будущей профессии, достаточно для этого информированы и осознанно двигаются к намеченной цели. В тоже время старшеклассники контрольной группы, в которой проводились профориентационные мероприятия спонтанно, не ставилась задача ориентировать подростков на профессиональный выбор с учетом личностных характеристик, показали низкий уровень готовности к профессиональному выбору.

Выводы и заключение.

Таким образом, можно констатировать, что различные концепции и подходы к исследованию феномена «профессиональное самоопределение» объединяет факт выбора своей профессиональной траектории, являющейся частью общей проблемы развития человека как личности, неотъемлемой частью построения личностью своего жизненного пути и определяется уровнем готовности старшеклассника к выбору профессии.

Параметры готовности современных старшеклассников к выбору профессии определяется множеством факторов, а именно: социальные (близкое окружение, общественное мнение), личные качества (потребности,

интересы, жизненная ситуация), профессиональная пригодность к выбранной профессии (возможности старшекласника), информированность.

Развитие возможностей для достижения более полного соответствия самого себя требованиям выбранной профессии возможно при создании комплекса условий для адекватного выбора профессии. Ключевым фактором может стать довузовская подготовка, как самостоятельный вид образования, направленный на формирование образованной личности, ориентированной на получение профессионального образования.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева Г. М. К вопросу о кризисе идентичности в условиях социальных трансформаций / Г. М. Андреева // Психологические исследования: электрон. научн. журн. – 2011. – № 6 (20).
2. Водзинская В. В. Социологический аспект проблемы выбора профессии / В. В. Водзинская // Человек и общество. Социальные проблемы молодежи / под общ. ред. Б. Г. Ананьева, Д.А. Керимова. – Л., 1963. –С. 43-45.
3. Волков Б. С. Основы профессиональной ориентации : учеб. пособие для вузов / Б. С. Волков. – М. : Академический проект, 2007. – 333 с.
4. Воронин И. В. Представления об эффективности профориентационной работы у подростков / И. В. Воронин // Психологическая наука и образование. – 2007. – № 5. – С.100-110.
5. Гинзбург М. Р. Личностное самоопределение как психологическая проблема / М. Р. Гинзбург // Вопросы психологии. – 1988. – № 2. – С. 19-26.
6. Емекеев А. А. Некоторые аспекты формирования мотивации профессиональной карьеры / А. А. Емекеев // Интеграция образования. – 2004. – № 4. – С. 145-148.
7. Здравомыслов А. Г. Потребности, интересы, ценности / А. Г. Здравомыслов. – М., 1986. – 325 с.
8. Иконникова С. Н. Молодежь вступает в жизнь / С. Н. Иконникова, В. Т. Лисовский. – Л., 1969. – С. 45-61.
9. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения : учеб. пособие / Е. А. Климов. – М. : Академия, 2010. – 301 с.
10. Кон И. С. Психология ранней юности / И. С. Кон. – М., 1988. – С. 199-222.
11. Лапин Н. И. Динамика ценностей реформируемой России / Н. И. Лапин [и др.]. – М., 1996 – 184 с.
12. Левицкая И. А. Профессиональное самоопределение как социокультурный процесс / И. А, Левицкая // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2014. – № 2 (58). – Т. 2. – С. 136-140.
13. Носкова О. Г. Психология труда : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / О. Г. Носкова; под ред. Е. А. Климова. – М. : Издат. центр «Академия», 2007. – 384 с.
14. Психология подростка. Полное руководство / под ред. А. А. Реана. – СПб : ПраймЕВРОЗНАК, 2003. – 432 с.
15. Рубинштейн С. Л. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн. – М. : Наука, 1997. – 189 с.
16. Титма М. Х. Факторы, влияющие на выбор профессии / М. Х. Титма // Проблемы профориентации и профконсультации в школе. – М., 1969. – С. 25-33.

17. Хаймовская Н. А. Социально-психологические аспекты профессионального самоопределения в современном обществе / Н. А. Хаймовская, А. Л. Бочарова // Психологическая наука и образование. - 2016. Том 8. - № 1. - С. 105-113.

18. Чвякин В.А. К вопросу о профессиональном самоопределении подростков и старших школьников / В.А. Чвякин, А.С. Филонова, Н.Ю. Григорьев - Монография – М.: Мир науки, 2019. – С. 5-21.

19. Чистов Р. С. Профессиональное самоопределение как стимул и механизм становления человека / Р. С. Чистов, Е. В. Соколова, Т. В. Луговская // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. – 2015. – № 11-1. – С. 72-74.

20. Чистякова С. Н. Проблемы самоопределения старшеклассников при выборе профиля обучения / С. Н. Чистякова // Педагогика. – 2005. – № 1. – С. 19-26.

21. Шнейдер Л. Б. Профессиональная идентичность : монография / Л. Б. Шнейдер. – М. : МОСУ, 2001. – 272 с.

22. Щедровицкий Г. П. Лекции по педагогике / Г. П. Щедровицкий; отв. ред. А. А. Пископфель, В.Р. Рокитянский, Л.П. Щедровицкий. – М.: Наследие ММК, 2007. – 400 с.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS PROFESSIONAL SELF-DETERMINATION HIGH SCHOOL STUDENTS

Zozoleva A.V.

The article presents an analysis of socio-psychological factors of professional self-determination of high school students study. Professional self-determination is considered as a process that covers the entire period of a person's professional activity: from the emergence of professional intentions to retirement from work. Based on the analysis of the methodological basis of the study the following judgment is justified: the professional self-determination of a high school student is considered as a complex process of self-analysis, self-knowledge and self-assessment of one's own abilities and value orientations, occurring after receiving pre-professional training. The phenomenon of "professional self-determination" combines the factors and conditions which reveal general development of personality, self-realization, realization of interests and value orientations, socialization in society. The hypothesis has been confirmed that adequacy to one's abilities and capabilities, awareness of one's place in society, high level of awareness are parameters that show a young person's readiness to choose a profession. Only with the constructive interaction of personal characteristics with the social environment and the social environment of a high school student, professional self-determination will become conscious and successful.

Keywords: professional self-determination, parameters of readiness to choose a profession, socio-psychological factors of self-determination, self-analysis, self-knowledge, value orientations, pre-university education.

УДК 159.9.075

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ОБРАЗА ТЕЛА С САМООЦЕНКОЙ ПОДРОСТКОВ

Новикова Ксения Владимировна

Кандидат психологических наук, доцент,
Педагогический институт ТОГУ города Хабаровск
Email: 009469@pnu.edu.ru

Зырянкина Ангелина Денисовна

Студент, Педагогический институт ТОГУ города Хабаровск
Email: 2020104493@pnu.edu.ru

В статье представлены результаты исследования взаимосвязи образа тела с самооценкой подростков. Представлены результаты методик «Самооценка внешнего облика» (В.А. Лабунская), «Исследование самоотношения к образу физического Я» (А. Г. Черкашиной), Методика «Тест опросник для определения уровня самооценки» С.В. Ковалев, Методика «Мультимодальный опросник отношения к собственному телу (MBSRQ-AS) Томаса Ф. Кэша, в адаптации Л.Т. Баранской и С.С. Татауровой». Выявлена взаимосвязь образа тела с самооценкой подростков.

Ключевые слова: подростки, образ тела, самооценка, взаимосвязь, внешний облик, самоотношение, исследование, телесность, связь, когнитивный компонент, эмоциональный компонент, поведенческий компонент.

Актуальность исследования

Актуальность исследования состоит в том, что полученные результаты исследования могут быть использованы психологами, педагогами и родителями для создания благоприятных условий развития подростков и формирования адекватной самооценки. Также полученные данные могут способствовать разработке программ и тренингов, направленных на улучшение психологического благополучия и снижение риска развития нарушений пищевого поведения у подростков.

Краткий обзор исследований

Подростковый возраст – это период активного развития личности, когда образ тела и самооценка приобретают особую значимость.

Образ тела – это совокупность представлений человека о своём теле, его внешности и физических возможностях. Он включает в себя три основных компонента: эмоциональное отношение к телу, адекватность восприятия и телесная осознанность.

Эмоциональное отношение к телу – это субъективное переживание своей телесности, которое может быть положительным, отрицательным или нейтральным. [7] Адекватность восприятия – это степень соответствия представлений человека о своём теле реальной действительности. Телесная осознанность – это способность осознавать и контролировать свои телесные ощущения и движения. [2]

Самооценка – это оценка человеком своих способностей, достоинств и

недостатков. Она также имеет три основных компонента: когнитивный, эмоциональный и поведенческий. Когнитивный компонент самооценки – это система знаний и представлений человека о себе, своих возможностях и ограничениях. [9] Эмоциональный компонент – это эмоциональное отношение к себе, своим достижениям и неудачам. Поведенческий компонент – это реализация самооценки в поведении и деятельности человека. [4]

Материалы и методы исследований

Эмпирическое исследование проходило в МБОУ СОШ с. Дружба Хабаровского края. В исследовании приняли участие 40 подростков в возрасте 12-15 лет. Тестирование, включало в себя следующие методики:

- тест – опросник для определения уровня самооценки С.В. Ковалёва;
- мультимодальный опросник «отношения к собственному телу (MBSRQ-AS)» Томаса Ф. Кэша, в адаптации Л.Т. Баранской и С.С. Татауровой;
- методика «Самооценка внешнего облика» В.А. Лабунской;
- методика «Исследование самоотношения к образу физического Я» А. Г. Черкашиной.

Результаты и их обсуждение

Результаты по «Тесту-опроснику определения уровня самооценки» (С.В. Ковалев) показали, что половина опрошенных подростков (50%) имеют средний уровень самооценки, 20% испытуемых показали низкий уровень самооценки, у 30% респондентов определен высокий уровень самооценки.

Результаты по методике «Мультимодальный опросник отношения к собственному телу» (MBSRQ-AS, Т. Ф. Кэш, в адаптации Л.Т. Баранской и С.С. Татауровой) отражены на рис.1.

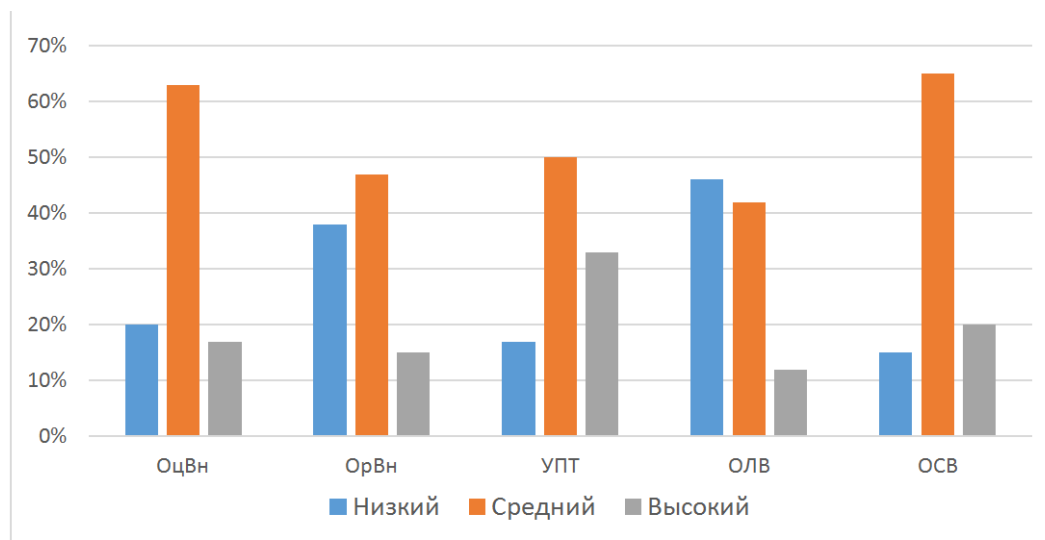


Рисунок 1 - Распределение уровней отношения к собственному телу, %

По шкале «Оценка внешности» (ОцВн) результаты распределились следующим образом: 63% испытуемых имеют средний уровень, у 20% человек определен низкий уровень и 17% человек показали высокий уровень по данной шкале. По шкале «Ориентация на внешность» (ОрВн) результаты распределились следующим образом: 47% испытуемых имеют

средний уровень, у 38% человек определен низкий уровень и 15% человек показали высокий уровень по данной шкале. По шкале «Удовлетворенность параметрами тела» (УПТ) результаты распределились следующим образом: 50% испытуемых имеют средний уровень, у 33% человек определен высокий уровень и 17% человек показали низкий уровень по данной шкале. По шкале «Озабоченность лишним весом» (ОЛВ) результаты распределились следующим образом: 46% испытуемых имеют низкий уровень, у 42% человек определен средний уровень и 12% человек показали высокий уровень по данной шкале. По шкале «Оценка собственного веса» (ОСВ) результаты распределились следующим образом: 65% испытуемых имеют средний уровень, у 20% человек определен высокий уровень и 15% человек показали низкий уровень по данной шкале.

Результаты по методике «Самооценка внешнего облика» (В.А. Лабунская) представлены на рис. 2.

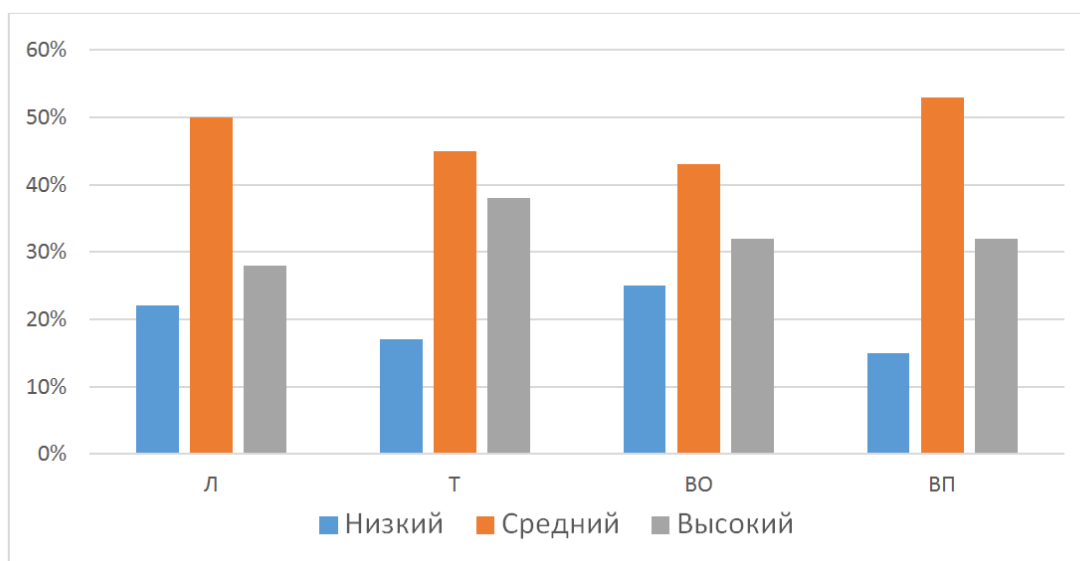


Рисунок 2 - Распределение уровней самооценки внешнего облика, %

По шкале «Самооценка лица» (Л) результаты распределились следующим образом: 50% опрошенных имеют средний уровень, 28% респондентов показали высокий уровень и 22% подростков имеют низкий уровень по данной шкале. По шкале «Самооценка тела» (Т) результаты распределились следующим образом: 45% опрошенных имеют средний уровень, 38% респондентов показали высокий уровень и 17% подростков имеют низкий уровень по данной шкале. По шкале «Самооценка внешнего облика» (ВО) результаты распределились следующим образом: 43% опрошенных имеют средний уровень, 32% респондентов показали высокий уровень и 25% подростков имеют низкий уровень по данной шкале. По шкале «Самооценка выразительного поведения» (ВП) результаты распределились следующим образом: 53% опрошенных имеют средний уровень, 32% респондентов показали высокий уровень и 15% подростков имеют низкий уровень по данной шкале.

Результаты по методике «Исследование самоотношения к образу физического Я» (А.Г. Черкашина) представлены на рис.3.

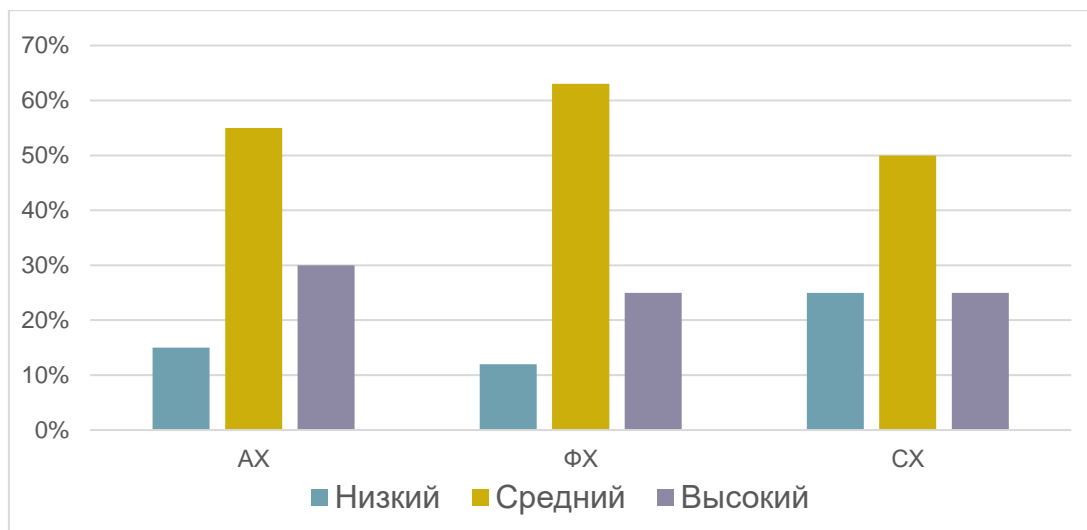


Рисунок 3 – Распределение уровней шкал самооотношения к образу физического «Я» (%)

По шкале «Анатомические характеристики» (АХ) результаты распределились следующим образом: 55% подростков имеют средний уровень, 30% испытуемых показали высокий уровень и 15% участников исследования имеют низкий уровень по данной шкале. По шкале «Функциональные характеристики» (ФХ) результаты распределились следующим образом: 63% подростков имеют средний уровень, 25% испытуемых показали высокий уровень и 12% участников исследования имеют низкий уровень по данной шкале. По шкале «Социальные характеристики» (СХ) результаты распределились следующим образом: 50% подростков имеют средний уровень, высокий и низкий уровень по данной шкале показали по 25% респондентов соответственно.

Результаты корреляционного анализа (по Спирмену) показали, что:

- обнаружена умеренная положительная связь ($r=0,35$) между высокими показателями методики «Тест-опросник для определения уровня самооценки» (С. В. Ковалев) в группе испытуемых и высокими значениями по шкале «Ориентация на внешность» методики «Мультимодальный опросник отношения к собственному телу» (MBSRQ-AS, Т. Ф. Кэш, в адаптации Л.Т. Баранской и С.С. Татауровой), то есть низкая самооценка, при которой человек болезненно переносит критические замечания в свой адрес, старается всегда считаться с мнениями других и часто страдает от «комплекса неполноценности» взаимосвязана с представлениями человека о том, что внешность имеет большую значимость, человек уделяет много внимания своей внешности, выполняет многочисленные ухаживающие процедуры;

- обнаружена слабая положительная связь ($r=0,15$) между высокими показателями «Тест-опросника для определения уровня самооценки» (С. В. Ковалев) в группе испытуемых и высокими значениями по шкале «Озабоченность лишним весом» методики «Мультимодальный опросник отношения к собственному телу» (MBSRQ-AS, Т. Ф. Кэш, в адаптации Л.Т. Баранской и С.С. Татауровой), то есть низкая самооценка взаимосвязана с высокой степенью переживания следить за своим весом;

- обнаружена слабая положительная связь ($r=0,11$) между высокими показателями «Тест-опросника для определения уровня самооценки» (С. В.

Ковалев) в группе испытуемых и высокими значениями по шкале «Функциональные характеристики значимые для себя» методики «Исследование самооотношения к образу физического Я» (А.Г. Черкашина) то есть низкая самооценка взаимосвязана с чрезмерным самооотношением к своему физическому состоянию (сила, выносливость, быстрота);

– выявлена слабая отрицательная связь ($r = -0,18$) между низкими показателями «Тест-опросника для определения уровня самооценки» (С. В. Ковалев) в группе испытуемых и высокими значениями по шкале «Оценка своего телосложения» методики «Самооценка внешнего облика» (В.А. Лабунская), то есть высокая самооценка, адекватное отношение к самому себе, к своим возможностям взаимосвязана с положительной оценкой своего тела и телосложения.

– выявлена слабая отрицательная связь ($r = -0,16$) между низкими показателями «Тест-опросника для определения уровня самооценки» (С. В. Ковалев) в группе испытуемых и высокими значениями по шкале «Оценка выразительного поведения» методики «Самооценка внешнего облика» (В.А. Лабунская), то есть высокая самооценка, адекватное отношение к самому себе, к своим возможностям взаимосвязана с положительной оценкой своего поведения (мимики, жестов, походки и т.п.).

– выявлена слабая отрицательная связь ($r = -0,12$) между низкими показателями «Тест-опросника для определения уровня самооценки» (С. В. Ковалев) в группе испытуемых и высокими значениями по шкале «Оценка внешности» методики «Мультимодальный опросник отношения к собственному телу» (MBSRQ-AS, Т. Ф. Кэш, в адаптации Л.Т. Баранской и С.С. Татауровой), то есть высокая самооценка, адекватное отношение к самому себе, к своим возможностям взаимосвязана с позитивным и удовлетворительным представлением о своей внешности.

– выявлена слабая отрицательная связь ($r = -0,11$) между низкими показателями «Тест-опросника для определения уровня самооценки» (С. В. Ковалев) в группе испытуемых и высокими значениями по шкале «Оценка внешнего облика» методики «Самооценка внешнего облика» (В.А. Лабунская), то есть высокая самооценка, адекватное отношение к самому себе, к своим возможностям взаимосвязана с положительной оценкой своего внешнего облика (прически, одежды, стиля и т.п.).

Выводы и заключение.

Подводя итог количественному анализу полученных результатов, отметим некоторые особенности:

– около половины подростков, участвующих в исследовании, имеют средний уровень результатов по всем методикам;

– преобладание количества респондентов с низким уровнем отмечается по шкале «Озабоченность лишним весом» (ОЛВ), что характеризуется отсутствием внимания к лишнему весу;

– значительное количество (более 25%) респондентов с низким уровнем отмечается по шкалам «Ориентация на внешность» (ОрВн), что характеризуется безразличием к своей внешности у ряда опрошенных подростков, «Самооценка внешнего облика» (ВО), что характеризуется негативными оценками к оформлению своего внешнего облика у ряда опрошенных подростков, «Социальные характеристики» (СХ), что характеризуется низкой оценкой собственных социальных характеристик у ряда опрошенных подростков;

– значительное количество (более 30%) респондентов с высоким уровнем отмечается по общему уровню самооценки, что характеризуется

адекватным реагированием в различных ситуациях, по шкалам «Удовлетворенность параметрами тела» (УПТ), «Самооценка тела» (Т), что характеризуется удовлетворенностью своим телом, по шкале «Самооценка внешнего облика» (ВО), что характеризуется позитивной оценкой своего внешнего облика, по шкале «Самооценка выразительного поведения» (ВП), что характеризуется позитивной оценкой своего поведения, по шкале «Анатомические характеристики» (АХ), что характеризуется позитивной оценкой своих анатомических особенностей.

Таким образом, взаимосвязь образа тела и самооценки проявляется в том, что образ тела влияет на самооценку подростка, а самооценка, в свою очередь, определяет отношение подростка к своему телу. Образ тела может оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на самооценку подростка. Положительное влияние проявляется в том, что здоровый образ тела способствует формированию адекватной самооценки и уверенности в себе. Отрицательное влияние возникает, когда образ тела становится источником комплексов и страхов, что может привести к заниженной самооценке и проблемам в общении с окружающими. Самооценка также влияет на образ тела подростка. Подростки с высокой самооценкой имеют более позитивный образ тела, они уверены в себе и своих возможностях. Подростки с низкой самооценкой, напротив, испытывают проблемы с образом тела, они сомневаются в своей привлекательности и способностях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абдуллин А. Г., Тумбасова Е. Р. «Образ Я» как предмет исследования в зарубежной и отечественной психологии // Психология. Психофизиология. 2012. №6 (265). С. 4-11.
2. Булыга Н. Н. Телесность и телесная осознанность: есть ли знак равенства? // Революция и эволюция: модели развития в науке, культуре, обществе. 2019. №1. С. 155-158.
3. Бухлина Л. Ю. Социально-психологические проблемы самовосприятия телесного образа в современных условиях // Психология телесности: теоретические и практические исследования: сборник статей IV международной науч.-практ. конф. / под общ. ред. Е. В. Буренковой – М.: МГППУ, 2011. С. 101-109.
4. Гурылева Л. В., Белозерова Л. А., Семенова И. А. К проблеме исследования образа тела у современных подростков // Современные исследования социальных проблем. 2016. №3-2 (59). С. 242-248.
5. Каминская Н. А., Айламазян А. М. Исследования образа физического «Я» в различных психологических школах // Национальный психологический журнал. 2015. № 3(19). С. 45-55.
6. Лабунская В. А. Методологические подходы к изучению роли внешнего облика в различных сферах жизнедеятельности // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2019. Т. 4, № 1 (13). С. 223-245.
7. Стребкова Ю. А. Психологические аспекты изучения телесности // Известия Самарского научного центра РАН. 2008. №6-1. С. 183-187.
8. Черкашина А. Г. Стандартизация методики исследования самоотношения к Образу Физического Я (МИСОФ) // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психология. 2013. №1. С. 94-106.
9. Якимова Л. С. Исследование феномена телесности в психологии // Молодой ученый. 2016. №10 (114). С. 1385-1389.
10. Cash T.F., Pruzinsky T. Body Image: a Handbook of theory, research, and clinical practice. New York: Guilford Press, 2002. 530 p.

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE RELATIONSHIP OF BODY IMAGE WITH SELF-ESTEEM OF ADOLESCENTS

Novikova K. V., Zyryankina A. D.

The article discusses the study of the relationship between body image and adolescent self-esteem. The results of the methods "Self-assessment of external appearance" (V.A. Labunskaya), "Study of self-attitude to the image of the physical self" (A. G. Cherkashina), and the method "Test questionnaire for determining the level of self-esteem" by S.V. are presented. Kovalev, Methodology "Multimodal Body Attitude Questionnaire (MBSRQ-AS) by Thomas F. Cash, adapted by L.T. Baranskaya and S.S. Tataurova." The relationship between body image and self-esteem of a teenager has been revealed.

Key words: adolescents, body image, self-esteem, relationship, appearance, self-attitude, research, physicality, connection, cognitive component, emotional component, behavioral component.

УДК 159

ИССЛЕДОВАНИЕ СТРАХОВ У ПОДРОСТКОВ И МЕТОДЫ ИХ ПРЕОДОЛЕНИЯ

Христинович Алена ДенисовнаСтудент Педагогического института ТОГУ,
Г. ХабаровскEmail: 2021101721@pnu.edu.ru**Новикова Ксения Владимировна**Кандидат психологических наук, доцент высшей школы психологии
Педагогического института ТОГУ г. Хабаровска

В статье дается определение понятию «страх» в психологической науке, описаны функции страха, приведены особенности страхов в подростковом возрасте. Представлены результаты изучения страхов у подростков при помощи методик: опросник «Виды страха» (И.П. Шкуратова); графический тест «Абстрактная реальность» (З. Королева); Анкета изучения страхов у подростков (Ю. Щербатых). Рассмотрены методы коррекции и некоторые техники работы со страхами подростка.

Ключевые слова: страх, подросток, эмоциональное состояние, фобия, социальное окружение, школьный (учебный) страх, психологическая профилактика, арт-терапия, библиотерапия, работа со страхами подростка.

Актуальность исследования.

Актуальность исследования состоит в том, что полученные результаты исследования могут быть использованы для обобщения и систематизации данных о страхах у детей подросткового возраста. Также полученные результаты могут быть полезны практикующим психологам для создания программ коррекционной работы со страхами у подростков, просветительских программ по нивелированию страхов и их последствий.

Краткий обзор исследований.

Изучением страха в психологической науке занимались как зарубежные психологи (Д. Боулби, Д. Дж. Рэчмен, Д. Черясворт, Дж. Грэй, С.С. Томкинс, Дж. С. Рейнгольд, А. Ребер, З. Фрейд, С. Холл, Г.С. Салливан и др.), так и отечественные (В.И. Горбузов, Н. С. Жуковская, А.И. Захаров, И.П. Павлов, А. М. Прихожан, В. М. Астапова, Ю. В. Щербатых и др.).

В большинстве определений, как отечественных, так и зарубежных авторов, страх описывают как эмоцию имеющую разную интенсивность и характеризующую разные оттенки ее проявления: опасение, боязнь, испуг, ужас [9]. Поскольку страх – это эмоциональная реакция на воспринимаемую угрозу, он обеспечивает механизм выживания, информируя человека об опасности. Слабовыраженные или умеренные реакции страха считаются входящими в границы нормы и способствующими адаптации, побуждающими к осторожности в опасных условиях. Нормально развивающиеся дети должны уметь бояться, но, если страхи становятся дезадаптивными, чересчур сильными и устойчивыми, они начинают препятствовать оптимальному выражению физических, социальных и интеллектуальных функций.

В качестве основных функций страха и сопутствующих ему

эмоциональных состояний называют сигнальную, защитную, адаптационную и поисковую. Так А.И. Захаров пишет о том, что страх имеет защитный характер и сопровождается определенными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности. Таким образом, основная функция страха одна - защитная, т.е. адаптивная, реализуемая через сигнализацию об опасности и мобилизации энергетических резервов организма, помогающих избежать опасности [4].

Причины страха разнообразны. В психологической научной литературе можно встретить биологические и наследственные, социальные, психологические и др. причины страха [11]. Однако в качестве основных факторов страха, принято считать, когнитивно-структурированные причины - неизвестность, неожиданность и чувство беспомощности и т.п.

Ильин Е.П. отмечает, что подростковые страхи принципиально отличаются от страхов, возникающих на другом этапе онтогенеза, и представляют собой иерархическую структуру различных по природе и интенсивности страхов, которые определяются особенностями личности, индивидуальным опытом, принятыми в данном социуме установками, а также общими для всех людей возрастными и половыми закономерностями [6]. В подростковом возрасте увеличивается количество школьных страхов перед экзаменами, «быть не тем или не быть собой», мистические страхи, межличностные страхи и страх собственной смерти, но преобладают фобии. Данный факт является актуальным и для современных подростков, что и определило идею дальнейшего проведения подтверждающего, эмпирического исследования.

Материалы и методы исследований.

Исследование проходило на базе Краевого государственного автономного нетипового образовательного учреждения «Хабаровский центр развития психологии и детства «Психология». В исследовании приняли участие 10 подростков, в возрасте от 13 до 15 лет.

Для проверки гипотезы исследования были применены следующие методики: опросник «Виды страха» (И.П. Шкуратова); графический тест «Абстрактная реальность» (З. Королева); Анкета изучения страхов у подростков (Ю. Щербатых).

Результаты и их обсуждение.

Результаты испытуемых по методике «Виды страха» представлены на рисунке 1.

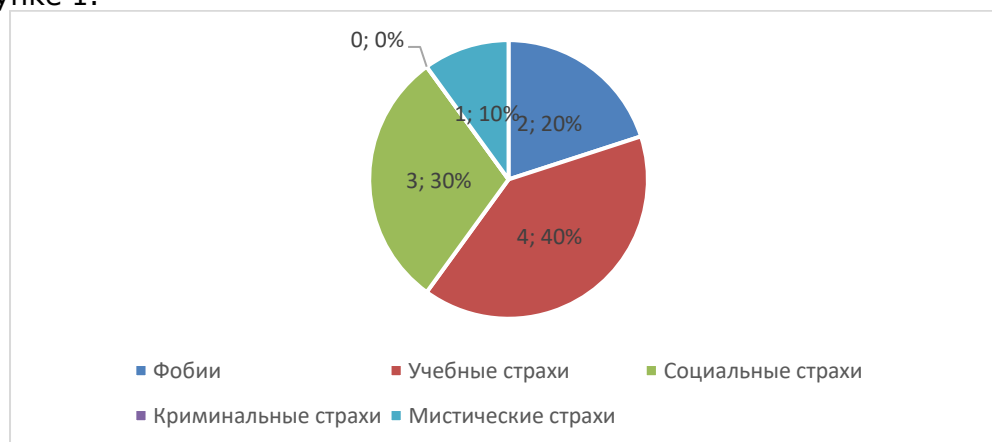


Рисунок 1 – Результаты по методике «Виды страха» (И.П. Шкуратова)

Большинство опрошенных подростков, принявших участие в исследовании, обладают учебными страхами (40 %). Такие страхи проявляются в том, что человек боится учиться, его беспокоит не только сам процесс обучения, но и учителя, само учебное заведение. Также большое количество испытуемых обладают социальными страхами - 40 %. Они выражаются в боязни участия в различных социальных ситуациях. В их основе лежит страх негативной оценки обществом. 20 % человек обладают различными фобиями, 10 % свойственны мистические страхи.

Результаты испытуемых по методике «Абстрактная реальность» представлены на рисунке 2.

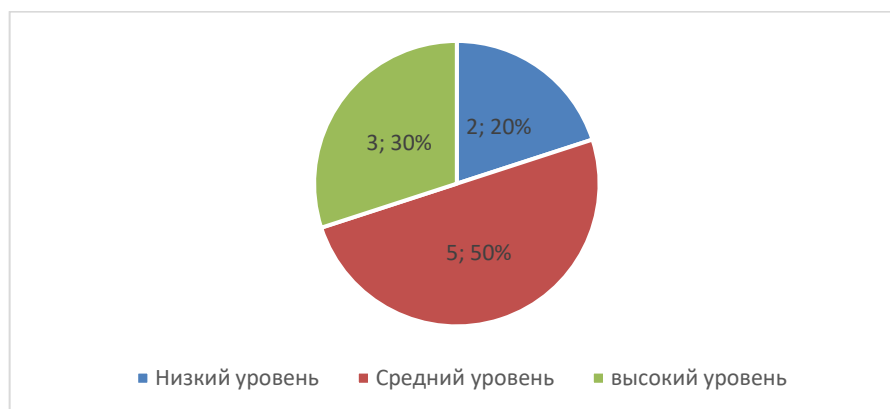


Рисунок 2 – Результаты по методике «Абстрактная реальность» (З. Королева)

Исследование противостояния своим актуальным страхам и способности их преодолевать у подростков показало преобладание у подростков среднего уровня (50% подростков), такие подростки предпочитают осторожно и благоразумно противостоять своим страхам, не рисковать понапрасну. Высокий уровень преодоления собственных страхов отмечен у 30% подростков, низкий уровень у 20% человек.

Результаты испытуемых по методике «Изучение страхов» представлено на рисунке 3.

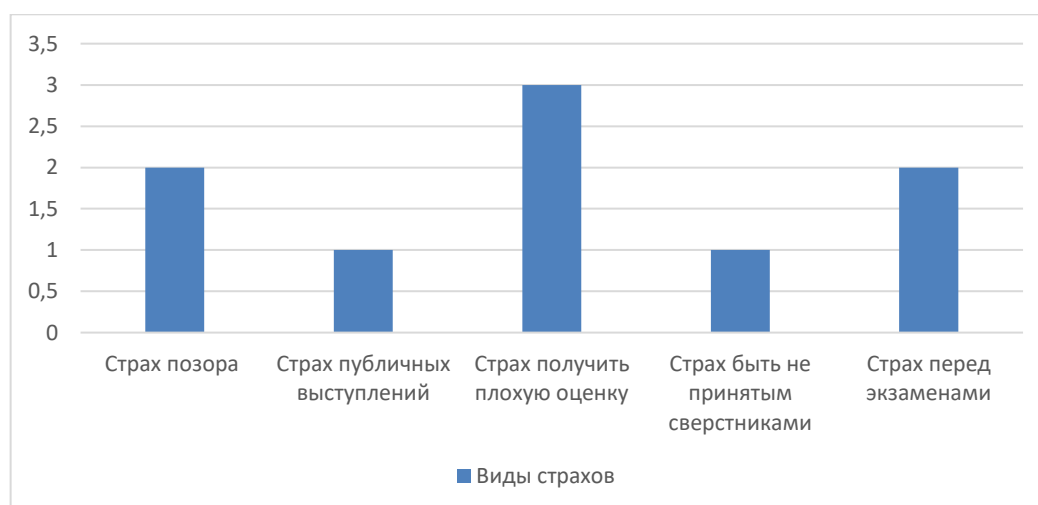


Рисунок 3 – Результаты по анкете изучения страхов у подростков (Ю. Щербатых)

Наиболее часто встречаемым страхом среди подростков является страх получить плохую оценку (30% испытывают его постоянно). Немного реже они испытывают страх позора и страх экзаменов (по 20%). Также в пятерку страхов, возглавляющих рейтинг, входят страх публичных выступлений (10%) и страх быть не принятым сверстниками (10%), страх публичных выступлений 10%. Наименее редкими являются страх животных, НЛО, замкнутых пространств, перед будущим, высоты, войны и смерти.

В настоящее время существует многообразие методов коррекции страхов у детей. Наиболее эффективными современными методами работы по проживанию и преодолению страхов у подростков являются арт-терапевтические методы, предполагающие использование художественных и изобразительных средств, театрализаций, предметов культуры, а также заместителей реальных предметов и людей. Арт-терапия даёт возможность подростку символически «принять» и «прожить» проблемную ситуацию, вызывающую чувство страха, «переработать» её в своём сознании посредством использования предметов-заместителей реальных людей и реальных действий или художественных символов и образцов и выйти на понимание собственных личностных причин страха. Это осознание даёт возможность символически разрешить ситуацию, вызывающую страх, тем самым, снимется острота переживаний, и подросток сможет начать действовать в реальности.

Наиболее эффективным арт-терапевтическим методом профилактики и коррекции страхов в подростковом возрасте является библиотерапия, что связано с личностными особенностями подростка: становящейся Я-концепцией и развивающейся рефлексией. Библиотерапия создает возможность для самовыражения подростка посредством ведущего вида деятельности - общения. В рамках этого метода эффективно применение техники «Составление синквейна».

Инновационным методом работы со страхами у детей подросткового возраста является методика «Ритмомеры», предложенная Е.Д. Лучезарновой. Данная методика является метафорической, в ее основе находится опора на мышление подростка. Автор называет страх «состоянием пустоты», состоянием «между реальностью и воображаемым миром». То есть, подросток в ситуации страха находится в состоянии «потери опоры» и психолого-педагогическая работа с ним должна быть направлена на обретение этой опоры, что достигается посредством ритмически построенных упражнений. Для работы со страхами используется ритмомер «Извлечение пользы из страха», который активизирует мышление подростка и помогает ему найти «выход» этой эмоции и качественно преобразовать её [3].

Следует отметить, что ряд учёных в процессе работы со страхами у детей, предлагает использовать потенциал ближайшего социального окружения подростка - его семьи, группы сверстников и общественных и культурно-досуговых организаций, учреждений дополнительного образования.

Эффективной групповой техникой работы со страхами подростка является техника «Трансформация страхов в рисовании по кругу», в которой могут принять участие члены семьи подростка или референтная группа сверстников, к которой он относится. Техника даёт возможность объективизировать страх, актуализировать и вербализировать его, затем трансформировать его в созданном рисунке, повторно проанализировать и сублимировать страх и без сожаления «расстаться» с ним. Следует отметить, что потенциал и значение данного метода состоит в том, что он дает возможность проработать не только страх самого подростка, но и

индивидуальный страх каждого члена семьи или референтной группы, а также неосознаваемые семейные и групповые страхи.

М.В. Петрова предлагает использовать потенциал социально-культурной деятельности детских общественных организаций в процессе преодоления социальных страхов у подростков, так как неформальный характер деятельности этих объединений даёт возможность свободы и вариативности выбора средств и способов профилактики и коррекции подростковых страхов. Для этого активно применяются тренинги, деловые и ситуационно-ролевые игры, релаксационные, активизирующие упражнения, психогимнастика и другие методы [7].

Выводы и заключение.

Таким образом, по результатам эмпирического исследования, мы можем сделать вывод, что большинство опрошенных подростков, принявших участие в исследовании, обладают учебными страхами. Такие страхи проявляются в том, что человек боится учиться, его беспокоит не только сам процесс обучения, но и учителя, само учебное заведение. Также большое количество испытуемых обладают социальными страхами. Они выражаются в боязни участия в различных социальных ситуациях. В их основе лежит страх негативной оценки обществом.

Большая часть подростков имеют средний уровень преодоления собственных страхов, такие подростки предпочитают осторожно и благоразумно противостоять своим страхам, не рисковать понапрасну.

Наиболее часто встречаемыми страхами среди подростков являются страхи получить плохую оценку, страх позора и страх экзаменов. Также в пятерку страхов, возглавляющих рейтинг, входят страх публичных выступлений, страх быть не принятым сверстниками и страх публичных выступлений 10%.

Итак, можем сделать вывод, что наиболее актуальными страхами у подростков являются страхи, связанные с обучением (учебные страхи) и социальные страхи. Своевременная диагностика, профилактика и коррекция страхов у подростков является актуальной психологической проблемой вследствие того, что данное эмоциональное состояние выступает в качестве психотравмирующей ситуации, которая нарушает развитие подростка, снижает эффективность решения ребёнком возрастных и жизненных задач, и которую он не в состоянии преодолеть самостоятельно.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамова, С. Б. Образ будущего в представлениях современных подростков: ожидания и страхи / С. Б. Абрамова // LOGOS ET PRAXIS. - 2017. - Т. 16. - № 3. - С. 97-106.

2. Бахтина, С. В. Психология страхов подросткового возраста / С. В. Бахтина, О. В. Рачкова // Научный электронный журнал Меридиан. - 2022. - № 1(63). - С. 93-95.

3. Дроздова, Е. А. Психологическая коррекция страхов подростков / Е. А. Дроздова // Технопарк универсальных педагогических компетенций: материалы III Всероссийской научно-практической конференции, Чебоксары, 15 декабря 2023 года. - Чебоксары: Общество с ограниченной ответственностью «Издательский дом «Среда», 2023. - С. 70-72.

4. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей / А. И. Захаров. - Санкт-Петербург: Изд-во СОЮЗ, 2004. - 448 с.

5. Земляных М. В. Структура страхов современных подростков / М. В. Земляных // Forcipe. - 2022. - №2. - С. 219.

6. Ильин, Е. П. Психология страха / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург: Питер, 2021. – 352 с.

7. Лысюк, И. И. Методы диагностики и работы со страхами у подростков / И. И. Лысюк // Психология, образование: актуальные и приоритетные направления исследований : Материалы международной научно-практической конференции студентов, аспирантов, молодых ученых и их наставников, Тверь, 25–26 апреля 2023 года / Под редакцией И.А. Бариляк., Е.С. Ребриловой, П.А. Ярилиной. – Тверь: Тверской государственный университет, 2023. – С. 493-497.

8. Лысюк, И. И. Страхи в подростковом возрасте / И. И. Лысюк // Современный мир психологии глазами молодого ученого: Материалы Межвузовской научно-практической конференции магистрантов, Тверь, 13 декабря 2022 года. – Тверь: Тверской государственный университет, 2023. – С. 87-93.

9. Прядеин, В. П. Психология страха: монография / В. П. Прядеин, А. Ф. Чернавский. Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2018. – 214 с.

10. Самосадова, Е. В. особенности страхов в подростковом возрасте / Е. В. Самосадова, Н. О. Бочкарева // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. – 2022. – № 1.

11. Шиманская, В. А. Детские страхи / В.А. Шиманская, А. М. Чканикова. – Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2023. – 191 с.

12. Щербатых, Ю. В. Психология страха / Ю.В. Щербатых. - М.: Эксмо, 2002. - 512 с

13. Щербатых, Ю. В. Психофизиологические и клинические аспекты страха, тревоги и фобий / Ю. В. Щербатых, Е. И. Ивлева. – Воронеж: ВГУ, 1998. – 238 с.

THE STUDY OF FEARS IN ADOLESCENTS AND THEIR METHODS OVERCOMING

Khristinovich A. D., Novikova K. V.

The article defines the concept of "fear" in psychological science, describes the functions of fear, and presents the characteristics of fears in adolescence. The results of studying fears in adolescents using the following methods are presented: the "Types of Fear" questionnaire (I.P. Shkuratova); graphic test "Abstract reality (Z. Koroleva); Questionnaire for studying fears in adolescents (Yu. Shcherbatykh). Correction methods and some techniques for working with adolescent fears are considered.

Key words: fear, teenager, emotional state, anxiety, phobia, social environment, school (educational) fear, psychological prevention, art therapy, bibliotherapy, working with adolescent fears

УДК 159.9

К ПРОБЛЕМЕ ПОВЕДЕНЧЕСКИХ СТРАТЕГИЙ ГРАЖДАН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА

Пензина Дарья Евгеньевна

Студент, СГУ им. Питирима Сорокина
направления «Психология в социальной сфере»,
г. Сосногорск

E-mail: dasha.p371@gmail.com

Евсеева Антонина Николаевна

Кандидат психологических наук, доцент, преподаватель
СГУ им. Питирима Сорокина.
г. Сыктывкар

E-mail: anevseeva361@mail.ru

В статье представлено исследование на предмет изучения копинг-стратегий лиц пожилого возраста как фактора их жизнестойкости. Полученные результаты – это сравнительный анализ копинг-стратегий и уровня жизнестойкости (а также его компонентов) пожилых граждан, проживающих в браке и одиноко проживающих. Полученные данные свидетельствуют том, что для пожилых людей вне зависимости от их жизнестойкости, характерно преобладание различных стратегий совладающего поведения, как продуктивных, так и непродуктивных. Исследование показало, что копинг-стратегии и жизнестойкость не влияют друг на друга и на их формирование вероятно оказывают влияние другие факторы. Но лица, проживающие в браке, преобладающим числом имеют показатели уровня жизнестойкости ниже, нежели одиноко проживающие. Проведенный анализ результатов исследования позволил сделать вывод о важности использования эффективных копинг-стратегий для повышения уровня жизнестойкости у пожилых людей.

Ключевые слова: копинг, копинг-стратегии, жизнестойкость, пожилой возраст, сложная жизненная ситуация, кризис пожилого возраста, адаптационный потенциал, психологическое благополучие.

Актуальность исследования.

Период поздней зрелости и приближение старости является по существу сложной жизненной ситуацией, поскольку наступают неотвратимые физиологические, психические, социальные и другие изменения, которые требуют от человека как минимум существенной перестройки базовых поведенческих стратегий, выстраивания новой системы отношений к себе и окружающему миру [2]. Деструктивное мироощущение пожилого возраста, неспособность использовать эффективные стратегии переживания этой сложной жизненной ситуации и решать связанные с ней проблемы, являются важнейшими причинами ухудшения качества и сокращения продолжительности жизни пожилых людей. Однако вместе с этим в мировом сообществе прослеживается динамика увеличения продолжительности жизни, а также рост числа пожилых людей в возрастной структуре

населения. Эта тенденция отслеживается и в субъектах РФ, в том числе и малонаселенной Республике Коми. Согласно статистическим данным Федеральной службы государственной статистики (Росстат), возрастной состав пожилого населения Республики Коми на начало 2023 года составил 24,3% к общей численности населения – 726,4 тыс. человек. А на начало 2017 года эта цифра составляла 20,2% к общей численности населения – 850,5 тыс. человек [10].

Одними из важных факторов, влияющими на качество жизни лиц пожилого возраста, на их способность активно использовать адаптационный потенциал к возрастным изменениям, сохранять психическую активность, формировать новые способы реагирования и объективно оценивать события современности является стабильность, гибкость и эластичность эмоциональной сферы, эмоциональная устойчивость и фрустрационная толерантность [3]. Изучение особенностей жизнестойкости пожилых людей связано с экзистенциальными аспектами этого периода жизни, которые только в последнее время вызывают заинтересованность у исследователей. Особенно актуализируются вопросы психологического состояния пожилых людей в период кризиса и возникновения сложных жизненных ситуаций. Т.е. наряду со вниманием к получению медицинской помощи и поддержке пожилых людей, возрастает интерес с психологической точки зрения – как воспринимают кризис пожилые граждане и как справляются с ним, как ведут себя в ситуациях нестабильности, чтобы обрести психологическое благополучие. По мнению авторов Левковой Т.В. и Ленкиной Е.Ю. игнорирование потребностей пожилых людей в кризисных и посткризисных ситуациях может вызвать дополнительные риски и стрессовые факторы, такие как тревога, ощущаемая потеря контроля и другие проблемы психического здоровья [5].

Кризис пожилого возраста усугубляет нестабильность экономических, политических и социальных условий современности, что приводит к увеличению у пожилых людей тревожности, неопределенности, бесперспективности, неуверенности в завтрашнем дне, растерянности, страха перед дальнейшей жизнью [9]. Это может послужить толчком к проблемам ориентации в окружающей действительности, невозможности прогнозирования собственного будущего, что негативно влияет на выработку эффективных поведенческих стратегий преодоления стрессовых ситуаций.

Одним из методов, способствующих преодолению сложных жизненных ситуаций, является копинг (coping), изучение которого становится все более актуальным и важным аспектом изучения в психологии. Смысл преодоления трудной ситуации заключается в обеспечении психологической адаптации к ней, решение проблемы, восстановление психологического благополучия и важно понять, насколько поведенческие копинг – стратегии этим процессам способствуют [1].

Краткий обзор литературы.

Научный мир богат исследованиями поведенческих копинг-стратегий, это: Л.Мерфи, А. Маслоу, Б.Г. Ананьев, В.Н. Мясищев, Б.Д. Карвасарский, Л.В. Куликов, С. К. Нартова - Бочавер, Р. Лазарусь, С. Фолкман и многие др. Поэтому и в отечественной, и в зарубежной психологии существуют различные подходы к пониманию поведенческих копинг-стратегий и их классификаций, при чем единой и обобщающей до сих пор нет. Большая часть из них выстроена вокруг двух предложенных Р. Лазарусом и С. Фолькманом модусов психологического преодоления: уставленного на решение проблемы и модификация личных установок в отношении ситуации,

где компонентами копинга являются когнитивное, эмоциональное, поведенческое и социально-психологическое преодоление. Наиболее распространенным является разделение поведенческих копинг-стратегий на продуктивные (эффективные) и непродуктивные (неэффективные). Неэффективные копинг-стратегии снижают адаптационный потенциал личности и мешают эффективному преодолению проблемной ситуации. О.В. Муравьева и Т.Н. Разуваева обращают внимание на то, что один человек может использовать целый комплекс адаптивных и неадаптивных копинг-механизмов, и в каждом случае их сочетание и структура – индивидуальны и изменчивы. Выбор тех или иных стратегий и степень их успешности зависит от ситуации, психологических, психофизиологических особенностей человека и многих других факторов [7].

Способность личности владеть копинг-стратегиями, т.е. успешно преодолевать неблагоприятные средовые условия, демонстрируя высокую устойчивость к стрессогенным факторам, получила название – жизнестойкость (Е.А. Евтушенко) и сегодня её наличие как никогда иначе жизненно важно, необходимо каждому человеку и пожилым людям в том числе. Именно поэтому современная психологическая наука проявляет повышенный интерес к изучению данного феномена, и его роли в поддержании психологического здоровья человека [4], чему посвящено и предлагаемое исследование.

Материалы и методы исследования.

Целью в работе является изучение выбора копинг-стратегий поведения пожилых людей как фактора формирования их жизнестойкости.

Объект исследования – жизнестойкость как психологический феномен личности, а предмет – поведенческие копинг-стратегии граждан пожилого возраста.

Гипотеза исследования:

– копинг-стратегии поведения могут оказывать влияние на жизнестойкость в пожилом возрасте, а именно: выбор продуктивных копинг-стратегий, таких как ассертивность, вступление в социальный контакт и поиск социальной поддержки, обуславливают более высокие показатели жизнестойкости (вовлеченность, контроль и принятие риска);

– более высокие показатели жизнестойкости будут у пожилых граждан, проживающих в браке в отличие от одиноко проживающих.

Эмпирической базой исследования послужило социально-реабилитационное отделение города Сыктывкара и подобное отделение в г. Сосногорск Республики Коми с гражданами пожилого возраста 50 человек от 65 до 85 лет одиноко проживающих и проживающих в семье (браке). Выбор данной возрастной категории людей основан на одной из распространенных возрастных периодизаций, а именно, возрастная периодизация по Э. Эриксону, который выделил восемь стадий, из которых завершающей явилась стадия поздней зрелости, включая людей в возрасте более 65 лет.

Методики исследования: «Личностный опросник «SACS» С. Хобфолла (в адаптации Н. Водопьяновой, Е. Старченковой); тест жизнестойкости С. Мадди (в адаптации Д.А. Леонтьева). Процедура проведения эмпирического исследования заключалась в последовательном предъявлении испытуемым комплекса из двух вышеописанных методик.

Результаты исследования.

С помощью личностного опросника «SACS» С. Хобфолла, анализ результатов позволил выявить копинг-стратегии с высокой и низкой степенью выраженности из числа всей выборки (таблица 1), где высокая степень выраженности стратегии «Избегание» и низкая степень соответствует шкале «Поиск социальной поддержки», «Социальное взаимодействие». Остальные шкалы находятся в пределах средней степени.

Таблица 1 – Степень выраженности копинг-стратегий лиц пожилого возраста (всей выборки) (ср. балл)

Копинг-стратегии	Средний балл	Степень выраженности копинг-стратегии
Социальное взаимодействие	20	Низкая
Поиск социальной поддержки	20	Низкая
Избегание	18	Высокая

При этом, анализ данных по отдельным группам позволил выявить схожие тенденции: из числа лиц, пожилого возраста, проживающих в браке (таблица 2): две стратегии низкой степени, а именно «Социальное взаимодействие», «Поиск социальной поддержки», одна стратегия высокой степени выраженности – «Избегание». Остальные шкалы находятся в пределах средней степени.

Таблица 2 – Степень выраженности копинг-стратегий лиц пожилого возраста, проживающих в браке (ср. балл)

Копинг-стратегии	Средний балл	Степень выраженности копинг-стратегии
Социальное взаимодействие	20	Низкая
Поиск социальной поддержки	19	Низкая
Избегание	18	Высокая

Из числа лиц, одиноко проживающих (таблица 3): низкая степень «Социальное взаимодействие», высокая степень стратегии «Избегание» и кроме того, стратегия «Осторожные действия» имеет высокую степень выраженности. Остальные шкалы находятся в пределах средней степени. Предпочтение неконструктивных копинг-стратегий может указывать на пассивные стратегии преодоления стресса в пожилом возрасте, обеспечивающей «безопасность» индивида и поддержание его жизнедеятельности.

Таблица 3 – Степень выраженности копинг-стратегий лиц пожилого возраста, одиноко проживающих (ср. балл)

Копинг-стратегии	Средний балл	Степень выраженности копинг-стратегии
Социальное взаимодействие	20	Низкая
Осторожные действия	30	Высокая
Избегание	18	Высокая

Анализ результатов по методике С. Мадди «Тест Жизнестойкости», позволил выявить: общий уровень жизнестойкости для всей выборки (рис.1) с преобладанием среднего – 52% и 48% соответствует низкий. Низкий уровень жизнестойкости у пожилого человека может быть связан с отсутствием лично значимых целей, чувствительностью к мелочам и подверженностью стрессу. Высокий уровень жизнестойкости позволял бы пожилым людям легче переносить тревогу при выборе неизвестного, справляться со стрессами и оставаться активными в решении жизненных задач, однако ни одного из числа всех испытуемых с таким уровнем не выявлено. Помимо этого, отдельные компоненты жизнестойкости, а именно «Контроль» (66%), «Принятие риска» (68%) в преобладании среднего уровня. Компонент «Вовлеченность» (у 70%) – на низком уровне, что характерно для людей, ощущающих себя отвергнутыми, «вне» жизни» и это подтверждает концепция Мадди.

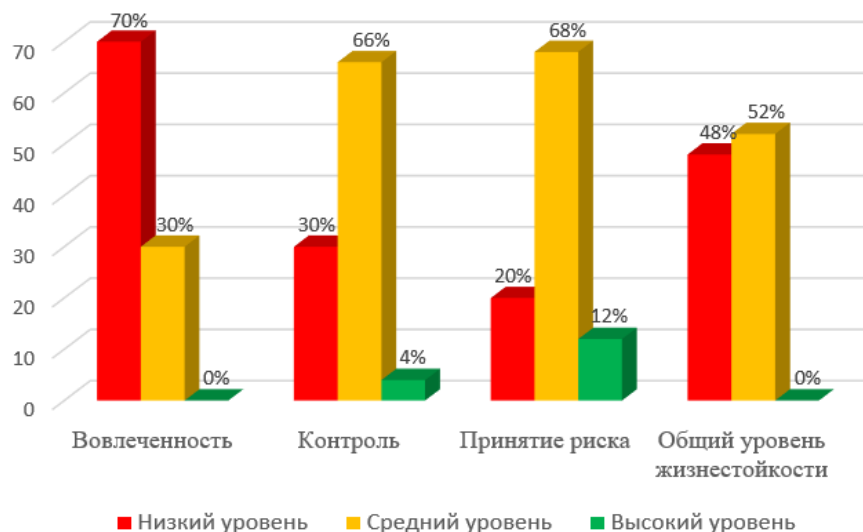


Рисунок 1 - Составлено авторами по ходу исследования – Распределение пожилых лиц (всей выборки) по показателям компонентов жизнестойкости (в %)

Между группами одиноко проживающих и проживающих в браке (таблица 4) ярко выраженное отличие выявлено в том, что пожилые люди, проживающие в браке преимущественным числом (64%), имеют общий уровень жизнестойкости ниже нежели одиноко проживающие – по полученным данным им характерен средний уровень жизнестойкости (68%). Возможно, пожилые люди, проживающие одни, могут быть более

независимыми и активными, что укрепляет их жизнестойкость. В то время как проживающие в браке, могут испытывать недостаток самостоятельности действий из-за зависимости от других членов семьи. Это может привести к чувству опеки, отсутствию личного пространства и увеличению уровня стресса, негативно сказываясь на жизнестойкости.

По отдельным компонентам жизнестойкости: обеим группам характерны средний уровень «Принятие риска», «Контроля», а также низкий уровень «Вовлеченности».

Таблица 4 – Распределение пожилых лиц между группами одиноко проживающих и проживающих в браке по показателям компонентов жизнестойкости (в %)

Уровень жизнестойкости	Проживающие в семье (%)	Одиноко проживающие (%)
Низкий	64%	32%
Средний	32%	68%
Высокий	0%	0%
Вовлеченность	Проживающие в семье (%)	Одиноко проживающие (%)
Низкий	68%	72%
Средний	32%	28%
Высокий	0%	0%
Контроль	Проживающие в семье (%)	Одиноко проживающие (%)
Низкий	32%	28%
Средний	64%	68%
Высокий	4%	4%
Принятие риска	Проживающие в семье (%)	Одиноко проживающие (%)
Низкий	24%	16%
Средний	68%	68%
Высокий	8%	16%

Для исследования взаимосвязи и подтверждения гипотезы о том, что выбор продуктивных копинг-стратегий обуславливают более высокие показатели жизнестойкости, был проведен анализ ранговой корреляции Спирмена (всей выборки), по результатам которого шкалы «Поиск социальной поддержки» и «Социальное взаимодействие» имеют взаимосвязь. Люди обращаются за помощью и сочувствием к другим, чтобы решить проблемы. Корреляции между жизнестойкостью и ее компонентами подтверждают логичное соответствие между ними. Однако не обнаружено значимых связей между жизнестойкостью и копинг-стратегиями, что может указывать на влияние других факторов на выраженность уровня жизнестойкости. Кроме, того анализ по критерию U-Манна-Уитни показал отсутствие различий между показателями жизнестойкости и копинг-стратегиями. Эти данные не дают основания утверждать, что имеющиеся показатели копинг-стратегий оказывают влияние на уровень жизнестойкости.

Выводы и заключение.

Результаты проведенного исследования позволяют сформулировать следующие выводы:

1. С помощью теста жизнестойкости С. Мадди установлено: низкий и средний уровни жизнестойкости наблюдаются у большей части граждан пожилого возраста в исследуемой выборке.

2. С помощью теста жизнестойкости С. Мадди установлено: низкий уровень жизнестойкости наблюдается у большей части людей пожилого возраста, проживающих в браке. Можно предположить, что проживающие пары в браке, могут испытывать недостаток самостоятельности из-за того, что в большей мере полагаются на других членов своей семьи или каким-то образом зависят от них. Помимо этого, семейные пары могут испытывать стресс из-за проблем во взаимоотношениях, неудовлетворения своих потребностей, о времени на себя и своих интересов. В совокупности это может негативно сказываться на их физическом и психическом здоровье, влияя тем самым и на жизнестойкость. У большинства граждан пожилого возраста, одиноко проживающих наблюдается средний уровень жизнестойкости, что может свидетельствовать об их большей свободе выбора в решении трудных ситуаций, независимости, активности и самостоятельности принятия решений, когда надеяться можно только на себя, что способствует укреплению их жизнестойкости.

3. Личностный опросник «SACS» С. Хобфолла позволил выявить у числа лиц пожилого возраста копинг-стратегии с высокой и низкой степенью выраженности: «Социальное взаимодействие», «Поиск социальной поддержки» – низкий уровень, «Избегание» – высокий уровень.

4. По личностному опроснику «SACS» С. Хобфолла для лиц пожилого возраста, одиноко проживающих, степени выраженности копинг-стратегий показали: низкий уровень стратегии «Социальное взаимодействие», высокий уровень стратегии «Избегание», «Осторожные действия». Данные показатели могут свидетельствовать о том, что пожилые люди в большей степени надеются на себя, считают правильным не обращаться за помощью, чтобы не обременять окружающих своими проблемами и преодолевают трудные жизненные ситуации самостоятельно.

5. По личностному опроснику «SACS» С. Хобфолла для лиц пожилого возраста, проживающих в браке, степени выраженности копинг-стратегий показали: низкий уровень – «Социальное взаимодействие», «Поиск социальной поддержки», высокий уровень – «Избегание». Вероятно, это семейные пары либо самодостаточны и у них нет потребности в социальных связях, поддержке со стороны и поэтому, они считают излишним обращаться за помощью, либо они живут по принципу "не выносить сор из избы", принимая ситуацию как есть.

6. С помощью метода ранговой корреляции Спирмена выяснилось, что «Поиск социальной поддержки» и «Социальное взаимодействие» имеют взаимосвязь. Обнаружены также корреляции общего показателя жизнестойкости и ее отдельных компонентов (вовлеченность, контроль и принятие риска). Между показателями жизнестойкости и показателями копинг-стратегий корреляции не обнаружена, поскольку статистически значимых связей не установлено.

7. Отсутствие статистически значимых взаимосвязей может указывать на следующее: на формирование жизнестойкости и копинг-стратегий оказывают влияние и другие различные факторы.

8. С помощью U-критерия Манна-Уитни выяснилось, что статистически значимых различий между показателями жизнестойкости и копинг-стратегиями нет.

9. Полученные данные статистической обработки в группе лиц пожилого возраста не позволяют утверждать, что имеющиеся показатели копинг-стратегий оказывают влияние на уровень жизнестойкости.

10. Гипотеза исследования о том, что копинг-стратегии могут оказывать влияние на жизнестойкость в пожилом возрасте, а именно: выбор продуктивных копинг-стратегий, таких как ассертивность, вступление в социальный контакт и поиск социальной поддержки, обуславливают более высокие показатели жизнестойкости, не подтвердилась.

11. Гипотеза исследования о том, что более высокие показатели жизнестойкости будут у пожилых граждан, проживающих в семье в отличие от одиноко проживающих, не подтвердилась.

Выводы и заключение.

В заключение следует отметить, что центральное место в успешной адаптации пожилого человека к трудным жизненным ситуациям, стрессу занимает степень конструктивности его стратегий и моделей поведения, которые либо способствуют, либо препятствуют их успешному преодолению, а также влияют на социально-психологическую адаптацию пожилого человека и поддержание его здоровья. Эффективность преодоления неблагоприятных жизненных событий зависит не только от успешного выбора стратегии, но и от индивидуальных личностных характеристик, в частности от уровня жизнестойкости. Жизнестойкость человека приобретает особое значение для него в пожилом возрасте, когда он оказывается в новой социальной ситуации и «вынужден» на нее реагировать [8]. Такие условия по праву называют экстремальными и стимулируют развитие стресса, ослабляя адаптационный процесс. Это может быть связано со многими факторами: уход с работы, сокращение многочисленных социальных контактов, в т.ч. со взрослыми детьми, потеря близких т.д. [6]. В связи с этим возрастает важность изучения жизнестойкости пожилого человека и ее роли в выборе стратегий совладания в сложных жизненных ситуациях для того, чтобы помочь обеспечить пожилым психологическое благополучие.

В процессе осуществления эмпирического исследования между показателями жизнестойкости личности пожилого человека в событийности его жизни и показателями копинг-стратегий корреляции не обнаружены, поскольку статистически значимых связей не установлено. Отсутствие взаимосвязей указывает на следующее: на формирование жизнестойкости и копинг-стратегий могут оказывать влияние другие различные факторы. Можно предположить, что такими факторами могут являться: среда обитания, поскольку условия, в которых человек вырос и проживает, могут повлиять на его способность адаптироваться к различным стрессорам и преодолевать трудности; личностные особенности – характер, уверенность в себе, самодисциплина, умение управлять эмоциями и другие личностные качества могут влиять на способность человека справляться с трудными ситуациями; социальная поддержка как наличие у человека близких, друзей, коллег, которые могут поддержать его в трудные моменты, способствует формированию жизнестойкости и эффективных копинг-стратегий; предыдущий опыт – опыт преодоления трудностей и стрессов в прошлом может сформировать у человека навыки и стратегии, которые помогут ему справляться с будущими вызовами; психологическое состояние – уровень

стресса, тревожности и другие психологические факторы могут оказывать влияние на способность человека справляться с жизненными трудностями.

Таким образом, исследование копинг-поведения пожилых граждан становится значимым направлением и требует дальнейших исследований. Проведенный анализ результатов исследования позволил прийти к суждению о важности использования эффективных копинг-стратегий для повышения уровня жизнестойкости у пожилых людей. Понимание копинг-поведения пожилых лиц особенно в кризисной трудной ситуации является основой для осознания необходимости принятия соответствующих решений, чтобы избежать привычных когнитивных паттернов в последующей жизни, а также для разработки программ психологической поддержки и развития у пожилых лиц навыков эффективного копинга с трудностями, что может быть реализовано специалистами социальных учреждений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ахильгова М.Т. Копинг-стратегии пожилых людей в ситуации нестабильности // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2022. Т. 11. № 2А. – С. 278-285.
2. Басов И.А. Взаимосвязь смысла жизни и субъективного благополучия в позднем возрасте // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 5А. – С. 5-14.
3. Вербина Г.Г. Толерантность-интолерантность к старению с позиций современной социальной психологии // Обзор педагогических исследований. 2021. Т. 3. № 3. – С. 214-217
4. Евтушенко Е.А. Жизнестойкость личности как психологический феномен // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. 2016. №1. – С.72-78.
5. Левкова Т.В., Ленкина Е.Ю. Актуализация копинг-стратегий личности, переживающей возрастной кризис // Постулат. 2021. № 5. – С. 34-37.
6. Микуц О. В. Три составляющие жизнестойкости // МНИЖ. 2015. №5-3 (36). – С.121-122.
7. Муравьева О. В., Разуваева Т. Н. Взаимосвязь компонентов структуры личности и копинг-механизмов у больных депрессией // Вопросы журналистики, педагогики, языкознания. 2014. №6 (177). – С.275-283.
8. Попова Т.А. Взаимосвязь показателей повседневного стресса, свойств личности и отношения к себе в пожилом возрасте / Т.А. Попова, О.В. Попова // Вестник ПГГПУ. Психологические и педагогические науки. 2023. №1. – С.42-50.
9. Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования» Т. 11. № 6А. 2022. – С.289.
10. Федеральная служба государственной статистики (Росстат).
11. Ярощук И.В. Психология жизнестойкости: обзор теоретических концепций, эмпирических исследований и методик диагностики / И.В. Ярощук // Учёные записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2020. Т. 33. № 1. – С. 50–60.

TO THE PROBLEM OF BEHAVIORAL STRATEGIES OF ELDERLY CITIZENS

Penzina D.E., Evseeva A.N.

The article presents the research on the subject of studying coping-strategies of elderly people as a factor of their resilience. The obtained results are a comparative analysis of coping strategies and the level of resilience (as well as its components) of elderly citizens living in marriage and living alone. The obtained data indicate that people, regardless of their resilience, are characterized by the prevalence of various coping strategies, both productive and unproductive. The absence of such relationships indicates the following: the formation of resilience and coping strategies may be influenced by various other factors. It is also noted that married persons have predominantly lower levels of resilience than those living alone. The analysis of the research results allowed us to conclude that it is important to use effective coping strategies to increase the level of resilience in older people.

Key words: coping strategies, resilience, coping, coping strategies, older age, factors, coping, married living, family living, behavior.

КОРРЕКЦИОННАЯ ПСИХОЛОГИЯ

УДК 159

ДИСЛЕКСИЯ: ПРОБЛЕМЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ В ЗРЕЛОМ ВОЗРАСТЕ

Юрасова Светлана Викторовна

Практикующий психолог,

Москва

E-mail: svetlayasv2@yandex.ru

Дислексия, согласно справочнику DSM-V Американской ассоциации психиатров, относится к всеобъемлющей категории специфических трудностей обучения, которые составляют препятствия для освоения и использования таких академических навыков, как чтение, письмо или оперирование числами.

Говоря о дислексии, чаще всего имеют в виду дислексию детского и подросткового возраста, хотя она сопровождает человека на протяжении всей его жизни. У взрослых людей с дислексией отмечаются те же проблемы с чтением, что и у школьников. Исследования подтверждают, что связанные с дислексией трудности, выявленные в начальной школе, практически не меняются во взрослом возрасте [9].

Эти трудности могут привести к негативным последствиям, способным оказать влияние на эмоциональную сферу человека и его социальные навыки. Люди с дислексией, в том числе и взрослые, часто демонстрируют низкий уровень самооценки и уверенности в себе. Они могут испытывать эмоциональную опустошенность, разочарование и даже проявлять гнев, вспоминая о том, как с ними обращались в прошлом. Для них характерен высокий уровень тревожности – в особенности, в отношении различных тестов и экзаменов.

У взрослых с дислексией также нередко сохраняется дефицит грамотности, что может стать дополнительным препятствием для академической и профессиональной карьеры.

Исследования показывают, что надлежащее вмешательство может улучшить не только навыки чтения, но и такие психологические ресурсы, как самооэффективность и уверенность в себе [1].

Ключевые слова: дислексия, взрослый, чтение, трудность, навык, проблема, работа, словесная, Корнев, социальное взаимодействие, психология, исследование дислексии.

Актуальность исследования.

Письменное слово настолько глубоко укоренилось в жизни современных людей, что без него практически невозможно представить себе существование. Текстовая информация окружает нас повсюду: она на страницах печатных изданий, в коммерческих договорах и трудовых контрактах, в инструкциях по применению и на ценниках в магазине.

Умение читать кажется настолько естественным, что кажется само собой разумеющимся. Тем не менее немалое число взрослых людей испытывают трудности с чтением из-за специфических особенностей развития.

За последние сто лет для обозначения дислексии использовалось множество терминов: словесная слепота, вербальная амнезия, парциальная анальфабетия, брадилексия, психолексия, стрефосимболия и специфическая задержка чтения [19].

С поведенческой и когнитивной точки зрения, дислексия (также называемая дислексией развития) – это гетерогенный синдром, характеризующийся затруднённым распознаванием слов и отдельных их элементов, что приводит к неспособности развития навыков беглого и точного чтения [15].

Если в детские годы у человека была обнаружена дислексия, то чаще всего она сохраняется у него на протяжении всей жизни.

Люди, у которых обнаружена дислексия, сталкиваются с различными трудностями, и прежде всего – со сложностью обучения чтению. Эти проблемы преследуют их всю жизнь. Поэтому такие люди подвергаются риску развития вторичных симптомов: эмоциональных и поведенческих проблем, вызванных невозможностью получить хорошее образование и достойную работу. Всё это может привести к ещё более разрушительным последствиям и психологическим травмам [7].

Подросток, который постоянно терпит неудачи в учёбе, в конечном итоге может почувствовать, что все его усилия ни к чему не приводят. Поэтому он предпочитает вообще не пытаться, чем попытаться и испытать разочарование. Трудности, продолжающиеся в более старшем возрасте, могут оказаться настолько тяжёлым грузом, что человек начнёт испытывать депрессию и проявлять склонность к деструктивному поведению.

Переход от подросткового возраста к взрослой жизни отмечен тем, что академическая успеваемость отходит на второй план, а на первое место выходит становление личности [20]. И страх неудачи, который преследует дислексика с первого класса, в период взросления может только усилиться. Результат – низкая самооценка, неуверенность в себе, негативизм, плохая мотивация.

Специфика проявлений дислексии во взрослом возрасте.

Дислексия взрослых имеет те же первопричины, что и дислексия у детей. Однако, приобретаемый по мере взросления опыт приводит к возникновению последствий, которые будут по-разному влиять на повседневную жизнь и профессиональную карьеру.

Основную трудность будут по-прежнему составлять определённые проблемы с чтением и письмом. Они могут создавать препятствия в учёбе или работе. Но к моменту входа во взрослую жизнь человек уже, как правило, имеет опыт по преодолению большей части таких трудностей.

Этому способствуют раннее вмешательство, эффективная поддержка, выработка компенсаторных стратегий или всё вместе взятое [4].

В некоторых случаях из-за характера осуществляемой человеком деятельности последствия, вызываемые дислексией, будут минимальными. Но в других случаях они могут повлиять на производительность и эффективность или даже привести к негативному влиянию. Например, у человека будут трудности с карьерным ростом, если ему для продвижения по службе нужно сдавать письменный экзамен. Он перестанет делать попытки

подняться по служебной лестнице, что, в свою очередь, приведёт к появлению низкой самооценки.

С другой стороны, для некоторых людей дислексия может оказать положительное влияние на их жизнь, поскольку заставит их находить нестандартные решения для преодоления связанных с дислексией барьеров. Часто это приводит к развитию и улучшению креативных навыков, необходимых при определённых видах занятости.

Дислектики нередко встречаются среди людей творческих профессий: например, немногие знают, что у звёзд фильма «Пираты Карибского моря», Киры Найтли, Орlando Блума и Джонни Деппа, имеется дислексия [22]. Дислектиком является известнейший рок-музыкант и певец Оззи Осборн [17]. Немало дислектиков было и среди именитых учёных: Томас Эдисон, Пьер Кюри, Майкл Фарадей, Альберт Эйнштейн [18]. Как полагают некоторые исследователи, дислексия может способствовать в определённых видах деятельности, связанных с математической логикой и пространственной ориентацией [22].

Краткий обзор исследований.

С 1990-х годов было разработано несколько концепций понимания дислексии у взрослых. Одна из наиболее ёмких была предложена психологом Утой Фрит, пионером по части современных исследований в области дислексии. Созданная ею совместно с Джоном Мортонем модель позволяет оценить ключевые особенности трудностей в обучении и сравнить различные теории возникновения дислексии развития [6].

Ута Фрит одна из первых предложила рассматривать дислексию как многофакторное расстройство, имеющее три уровня: биологический, когнитивный и поведенческий. До этого в научных кругах превалировало мнение, что дислексия является изолированным функциональным расстройством, затрагивающим психические процессы [23].

В основе простейшего представления о дислексии лежит теория фонологического дефицита. Эта теория предполагает, что к дислексии в первую очередь приводит неспособность распознавать фонемы, простейшие единицы речи. Данная теория подкреплена большим количеством наблюдений и практических исследований [13]. Фонологическая обработка – это когнитивный процесс, течение которого нельзя увидеть напрямую. Можно лишь предполагать, какую работу выполняет мозг, когда он решает задачи, требующие обработки фонологической информации. Например, если человека спросить, с какого звука начинается слово «речь», он ответит, что со звука «р». Аппаратные исследования головного мозга показывают, что во время фонологической обработки происходит активация определённых частей мозга, и характер этой деятельности отличается у людей с дислексией и у людей без неё [11].

Хотя во многих странах дислексию продолжают рассматривать, в основном, как трудности с чтением, среди исследователей существует определённый консенсус по поводу того, что проблемы, с которыми сталкиваются люди с дислексией, выходят за рамки навыков чтения и письма [3].

К сожалению, систематических исследований дислексии среди взрослого населения проводится слишком мало. Тем не менее среди тех людей, которые обращаются за советом и помощью, наблюдается ряд схожих поведенческих характеристик.

1. Недостаток уверенности в себе. Хотя многие люди с дислексией обладают отличными способностями, они не воспринимают себя таким

образом. Их достижения нередко оказывались ниже их собственных ожиданий, и это подрывало их уверенность в своих силах.

2. Низкая самооценка. Дислектики часто ощущают неудовлетворённость собой. Они не в состоянии объективно оценивать свои способности и успехи. Они склонны слишком часто и много извиняться, потому что привыкли, что всегда делают что-то неправильно. Они редко бывают уверены в своей правоте [9].

3. Гнев и разочарование. Они могут быть вызваны воспоминаниями о том, как дислектиков высмеивали и унижали в детстве, или стать реакцией на текущую ситуацию. Люди с дислексией, уже будучи взрослыми, могут до сих пор сердиться на то, что никто в своё время не поддержал их и не спросил, что с ними происходит.

4. Тревожность. Дислектикам нередко может казаться, что они не имеют контроля над ситуацией и не способны делать всё так, как другие люди. Они могут чувствовать себя дезориентированными, постоянно что-то забывать и колебаться даже по поводу принятия самого простого решения [22].

5. Проблемы с социальным взаимодействием. Все перечисленные выше признаки могут привести к неприятию себя, развитию комплексов, изолированности от общества и к другим негативным последствиям, которые мешают развитию социальных навыков.

Уверенность людей с дислексией в себе может быть очень хрупкой, а неудачи – представляться им огромными. Справиться с аффективными расстройствами гораздо сложнее, чем корректировать саму дислексию [9].

Материалы и методы исследований.

Сегодня у детей благодаря скринингу с достаточно высокой степенью достоверности определяют наличие трудностей с обучением. В частности, в России в 2020 году представлена методика раннего обнаружения и предупреждения дислексии и дисграфии [21].

В США ещё в начале 2000-х был предложен альтернативный подход под названием "response to intervention" (RTI), который предполагал не статическую оценку навыков, а мониторинг прогресса целой группы детей, обучавшихся на определённом образовательном уровне. Варианты были разработаны для школьников с разным уровнем способностей. С помощью этого подхода было легко выявить детей, которые не могут усвоить программу [13].

Выявление дислексии у взрослых представляется более сложной задачей. Многие из них к моменту окончания школы приучаются компенсировать свои трудности тем или иным способом: например, избегают задач, связанных с чтением. Некоторые всю жизнь не подозревают о том, что у них имеется дислексия, потому что в прежние годы выявлению дислексии в школах не уделяли большого внимания, а неуспехи учеников списывали на лень или нежелание учиться. Так, например, известный кинорежиссёр и продюсер Стивен Спилберг только в 61 год узнал, что у него есть дислексия [16].

Сказывается и отсутствие объективных методов выявления дислексии у взрослых. В частности, на сегодня практически не существует широкодоступных диагностических материалов для оценки навыков чтения у взрослых. Появившиеся на Западе относительно недавно тесты по чтению для взрослых стандартизированы в небольших масштабах, а специальные диагностические инструменты по-прежнему отсутствуют [12].

Батарея тестов для взрослых людей с дислексией должна оценивать как навыки, непосредственно связанные с этим состоянием (чтение и письмо), так и дополнительные области: тревожность, депрессию, исполнительные и интеллектуальные функции и так далее. Однако детальной информации о когнитивном профиле взрослых дислектиков всё ещё недостаточно.

Многие взрослые с дислексией, судя по всему, с годами учатся преодолевать свои проблемы с чтением и письмом. Большая часть из них, вероятно, разрабатывает стратегии, позволяющие им компенсировать свои слабости [5]. Другие получили помощь, которая помогла им улучшить навыки чтения и письма, и с годами смогли добиться результатов, которые приближают их к типично развитым сверстникам.

Несовершенство методов диагностики дислексии не позволяет точно оценить количество людей с данной особенностью развития.

Показатели распространённости дислексии в мире варьируются в диапазоне от 0,05% (Турция) до 33,33% (Нигерия). Причём, они могут отличаться даже внутри одной страны. Так, в Румынии число людей с дислексией оценивается от 0,1% до 17%, в Норвегии – от 1% до 16% [3].

Такой разброс статистических данных обусловлен тем, что в разных странах при диагностике этого состояния концентрируются на различных индикаторах дислексии.

Например, в Испании первым делом оценивают умение распознавать буквы и различать псевдослова, затем – грамматическую и синтаксическую компетенцию и понимание текста. Оценка проводится с учётом клинического анализа субъекта, навыков разговорной речи, чтения и письма [3].

В Австрии основное внимание уделяется поведенческим расстройствам, пониманию слов и предложений, фонологическому декодированию. В Румынии при тестировании на дислексию обращают внимание на беглость чтения и понимание прочитанного, наличие нарушений произношения, словарный запас, навыки устной речи, распознавание фонем [3].

Результаты и их обсуждение.

Взрослому человеку редко когда приходится также много читать и писать, как школьнику. Он может не переживать из-за плохих оценок или того давления, которое на него оказывают педагоги и родители. Но это не означает, что во взрослом возрасте дислексия перестаёт оказывать влияние на его жизнь.

Де Бир, Энгельс, Хееркенс и ван дер Клинк исследовали факторы, которые в наибольшей степени воздействуют на взрослых людей с дислексией [2]:

1. Чувства и эмоции, связанные с дислексией (разочарование, неуверенность, тревога, гнев и т.д.);
2. Связь процессов чтения и письма с получением и сохранением работы;
3. Социальные связи на работе, важность взаимоотношений с коллегами и поддержки с их стороны;
4. Наличие или отсутствие вспомогательных устройств и приспособлений на рабочем месте;
5. Личностные параметры: самооценка, чувство контроля над ситуацией, поиск ресурсов для преодоления трудностей и т.п.

Исследователи пришли к выводу, что влияние дислексии сохраняется в течение всей жизни, в том числе и в контексте профессиональной деятельности.

При этом люди с дислексией часто испытывают дискомфорт не из-за реальных трудностей с чтением, а из-за того, что им неловко пользоваться специальными приспособлениями или раскрыть правду о себе перед коллегами и работодателями.

Не решаясь признаться в наличии дислексии, они тем самым лишают себя поддержки, что приводит к ещё большему стрессу [10]. Люди в страхе ожидают того момента, когда возникнут проблемы на работе, и это приведёт к увольнению.

Для некоторых из них начало новой работы означает пробуждение тех самых чувств, которые они испытывали во время учёбы в школе: смогут ли они справиться, не разоблачат ли их, не подвергнут ли осуждению и насмешкам.

Взрослые с дислексией также нередко имеют низкую мотивацию, потому что разочаровались в предыдущих, неудачных попытках исправления своего состояния, и склонны думать, что они неспособны добиваться успехов. И они не хотят пробовать новые методы коррекции дислексии, так как уверены, что они им не помогут.

Выводы и заключение.

Дислексия не является болезнью [22] и, следовательно, не может быть полностью вылечена, но за последние несколько десятилетий были апробированы и разработаны различные методики коррекции дислексии. Клинические наблюдения показывают, что эти практики могут приводить к успешным результатам и заметным улучшениям [8].

Арианна Костантини, Андреа Чекки и Риккардо Сартори из Веронского университета в 2020 году провели сравнение эмпирических данных об эффективности различных методов поддержки взрослых с дислексией. Они выявили, что такого рода вмешательства в большинстве случаев приводят к значительным позитивным изменениям эмоционального фона и повышению уверенности людей в своих способностях [1].

Этот вывод имеет важное значение, поскольку он подчёркивает ценность разработки инициатив, направленных на социальную адаптацию людей с дислексией, а не просто на улучшение их навыков чтения.

Еще один немаловажный вывод заключается в следующем – дислексия в зрелом возрасте может проявляться в разной степени и иметь различные формы. Некоторые люди могут испытывать трудности с чтением и написанием, другие – с пониманием сложных текстов или организацией информации. Однако, важно отметить, что дислексия не влияет на человеческий интеллект и таланты, а лишь затрудняет определенные аспекты обучения и коммуникации.

Современные методики коррекции дислексии включают в себя комплексный подход, включающий в себя индивидуальные занятия с педагогами-логопедами, психологическую поддержку, использование специальных техник чтения и письма, а также обучение стратегиям компенсации слабых сторон. Эти методики помогают пациентам научиться эффективно преодолевать трудности, связанные с дислексией, и улучшают их умения в области образования и профессиональной деятельности.

Важно отметить, что поддержка и понимание окружающих играют ключевую роль в успешной адаптации людей с дислексией. Открытость к общению, поддержка со стороны родных, друзей, коллег и педагогов

способствует улучшению самооценки и уверенности в своих силах у людей с дислексией. Таким образом, современные практики коррекции дислексии сделали возможным качественное и успешное сосуществование людей с этим расстройством в обществе. Важно продолжать развивать и совершенствовать методики помощи для того, чтобы обеспечить каждому человеку возможность раскрыть свой потенциал и достичь желаемых целей.

ЛИТЕРАТУРА

1. Costantini A., Ceschi A. и Santori R. Psychosocial Interventions for the Enhancement of Psychological Resources among Dyslexic Adults: A Systematic Review [Статья] // Sustainability. - [б.м.] : Verona University, 2020 г.. - 12 (19).
2. De Beer Joost [и др.] Factors influencing work participation of adults with developmental dyslexia: a systematic review [Статья] // BMC Public Health. - 2014 г..
3. Dyslexia Compass: National Dyslexia Measurements Across Europe: Report June 1st 2021 – February 28th 2022 [В Интернете] // Dyslexia Compass. - Erasmus+ Programme of the European Union. - 22 мая 2024 г.. - https://dyslexiacompass.eu/wp-content/uploads/2022/02/Dyslexia-Compass-Report_compressed.pdf.
4. Everatt J., Leather, C. Succeeding and Adult Dyslexia: Personal Perspectives, Practical Ideas, and Theoretical Directions [Книга] = Succeeding and Adult Dyslexia. - Cambridge : Cambridge University Press, 2024. - стр. 25. - ISBN: 9781108957236.
5. Fitzgibbon Gary и O'Connor Brian Adult Dyslexia: A Guide for the Workplace [Книга]. - [б.м.] : Wiley, 2022. - 1st edition (May 22, 2002) : стр. 184.
6. Frith Uta Paradoxes in the definition of dyslexia [Статья] // Dyslexia: An International Journal of Research and Practice. - [б.м.] : Wiley, 1999 г.. - Dyslexia. - стр. 192-214.
7. Gerber Paul J. The impact of learning disabilities on adulthood: a review of the evidenced-based literature for research and practice in adult education [Статья] // Journal of learning disabilities. - 2012 г.. - 45 (1). - стр. 31-46.
8. Hall Coby, Dahl-Leonard Katlynn и Eunsoo Cho Forty Years of Reading Intervention Research for Elementary Students with or at Risk for Dyslexia: A Systematic Review and Meta-Analysis [Статья] // Reading Research Quarterly. - 2022 г.. - Special Issue: Dyslexia. - стр. 285-312. - 58 (2).
9. McLoughlin David и Leather Carol The Dyslexic Adult: Interventions and Outcomes - An Evidence-based Approach [Книга]. - [б.м.] : Wiley-Blackwell, 2013. - 2nd edition (5 April 2013) : стр. 336. - ISBN : 978-1119973935.
10. Meduza Как жить хорошо, если очень медленно читаешь и делаешь по три ошибки в слове? [В Интернете] // Meduza. - 14 октября 2023 г.. - 24 мая 2024 г.. - <https://meduza.io/feature/2023/10/14/kak-zhit-horosho-esli-ochen-medlenno-chitaesh-i-delaesh-po-tri-oshibki-v-slove-lyudi-s-disleksiy-znayut-ot-vet>.
11. Shaywitz Sally Overcoming Dyslexia [Книга]. - [б.м.] : Vintage, 2005. - 2020 Edition : стр. 414. - ISBN : 978-0679781592.
12. Simi Nicoletta Developmental Dyslexia and Anaphora Resolution in English L1/L2: The Effect of Referent Abstractness [Книга]. - [б.м.] : Cambridge Scholars Publishing, 2021. - 1st edition (June 24, 2021) : стр.191. - ISBN : 978-1527570528.

13. Snowling Margaret J. Dyslexia: A Very Short Introduction [Книга]. - Oxford : Blackwell Publishers, 2000. - 2nd edition (November 2, 2000) : стр. 276. - ISBN: 978-0631205746.
14. Snowling Margaret J. Early identification and interventions for dyslexia: a contemporary view [Статья] // JORSEN. - 2013 г.. - стр. 7-14.
15. Soriano-Ferrer M. и Martinez E. Piedra A review of the neurobiological basis of dyslexia in the adult population [Дневник] // Neurología. - 2017 г.. - стр. 50-57. - 32 (1).
16. АРДД Стивен Спилберг — из «ленивого ученика» во всемирно известного кинорежиссера [В Интернете] // DyslexiaRF. - Ассоциация родителей детей с дислексией, 2022 г.. - 21 мая 2024 г.. - <https://dyslexiarf.com/baza-znaniy/6624>.
17. Веннер Ян Саймон и Леви Джо Великие интервью журнала Rolling Stone за 40 лет [Книга]. - М. : Рипол-Классик, 2014. - стр. 465. - ISBN: 978-5-386-01865-8.
18. Колпаков Григорий Дислексикам помогут гаджеты [В Интернете] // Газета.ru. - 19 сентября 2013 г.. - 22 мая 2024 г.. - https://www.gazeta.ru/health/2013/09/18_a_5658625.shtml.
19. Корнев А. Н. Нарушения чтения и письма у детей: Учебно-методическое пособие [Книга]. - СПб : МиМ, 1997. - стр. 28.
20. Кумыкова Е. Рубенко А., Харламенкова Н. Психологическая сепарация: подходы, проблемы, механизмы [Книга]. - М. : Институт психологии РАН, 2015. - стр. 367. - ISBN 978-5-9270-0298-6.
21. Минпросвещения РФ Методическое пособие по оптимизации системы оценивания и улучшению организации психолого-педагогической помощи обучающимся с нарушениями чтения и письма [Письмо от 10.04.2020 № 07-2627 "О направлении методического пособия"]. - М. : [б.н.], 2020 г..
23. Рельо Лус Поговорим о дислексии. Личный опыт и научные исследования [Книга]. - М. : Олимп-Бизнес, 2021. - стр. 546. - ISBN: 978-5-9693-0442-0.
24. Сурушкина С.Ю. [и др.] Дислексия как многофакторное расстройство [Статья] // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. - 2020 г.. - стр. 142-148. - 120 (7).

DYSLEXIA: PROBLEMS AND CONSEQUENCES IN ADULTHOOD

Yurasova S.V.

Dyslexia, according to the American Psychiatric Association's DSM-V handbook, is a comprehensive category of specific learning difficulties that constitute obstacles to mastering and utilizing academic skills such as reading, writing, or operating with numbers.

When speaking of dyslexia, one most often refers to dyslexia of childhood and adolescence, although it accompanies a person throughout his or her life. Adults with dyslexia have the same reading problems as school children. Research confirms that dyslexia-related difficulties identified in elementary school are virtually unchanged in adulthood [9].

These difficulties can lead to negative consequences that can affect a person's emotional and social skills. People with dyslexia, including adults, often show low levels of self-esteem and confidence. They may feel emotionally drained, frustrated and even show anger when recalling how they have been

treated in the past. They are characterized by high levels of anxiety - particularly in relation to various tests and exams.

Adults with dyslexia also often have persistent literacy deficits, which can be an additional barrier to academic and professional careers.

Research shows that appropriate intervention can improve not only reading skills, but also psychological resources such as self-efficacy and self-confidence [1].

Keywords: dyslexia, adult, reading, difficulty, skill, problem, work, verbal, Kornev, social interaction, psychology, dyslexia research.

УДК 159

ОСОБЕННОСТИ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКОВ С ОВЗ

Хараева Карина Замировна
Студент магистратуры, ИППиФСО
E-mail: karina.kharaeva@mail.ru

Башиева Жансурат Дугуевна
Кандидат педагогических наук, доцент ИПП и ФСО,
ФГБОУ ВО «Кабардино-Балкарский государственный университет
им. Х.М.Бербекова»,
г. Нальчик

Статья посвящена изучению уровня самооценки подростков с ограниченными возможностями здоровья. Авторы рассматривают теоретические аспекты самооценки в подростковом возрасте, анализируют результаты эмпирических исследований в данной области. Рассматриваются основные классификации формирования самооценки. Анализируются особенности поведения подростков с различным уровнем самооценки. Проводится исследование, направленное на изучение особенностей самооценки старших подростков с ограниченными возможностями здоровья от 15 до 16 лет.

Ключевые слова: подростки, самооценка, возрастные этапы, подростковый возраст, самосознание, сознание, общество, ограниченные возможности здоровья.

Актуальность исследования.

Актуальность изучения особенностей самооценки подростков с ограниченными возможностями здоровья обусловлена тем, что подростковый возраст является одним из самых важных и фундаментальных периодов для формирования самооценки и личности индивида. Самооценка подростков является центральной темой многих современных исследований, поскольку она играет ключевую роль в формировании личности и ее адаптации к социальным условиям. В условиях современного мира, характеризующегося быстро меняющимися социально-экономическими и психологическими требованиями к человеку, изучение самооценки подростков с ограниченными возможностями здоровья приобретает особую актуальность.

Личность подростков с ОВЗ в этот период претерпевает значительные изменения, включая трансформацию базовых структур в новые структуры и закладывание основ сознательного поведения. Кризисный характер подросткового периода проявляется в изменении социальной ситуации развития и основной деятельности. Формирование самооценки происходит в период отрочества и играет важную роль в дальнейшей жизни подростков.

Краткий обзор исследований.

Многие психологи уделяли значительное внимание изучению такого психологического элемента, как самооценка. В отечественной психологической науке проблема самооценки в подростковом возрасте интересовала таких ученых, как Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, И.С. Кон, С.Л.

Рубинштейн, Е.И. Исаев, Д.И. Фельдштейна и др. В зарубежной науке данная проблема освещалась такими исследователями, как С. Куперсмит, Р.Бернс, Э.Эриксон, К.Роджерс и др.

Согласно А.Н. Леонтьеву, самооценка – это один из основных факторов, благодаря которому индивид становится личностью [3]. Ананьев Б.Г. обозначал самооценку как процесс, протекающий во времени, в ходе которого человек познает себя, осознает собственное Я, как некоторое единство и детерминированное воздействием среды и окружающего социума [1].

Большое значение в ходе воспитания ребенка имеет формирование адекватной самооценки, ведь она сильно влияет на качество жизни индивида. Адекватная самооценка у подростков с ОВЗ дает возможность индивиду воспринимать и оценивать себя критически, рационально сопоставлять свои возможности с задачами, которые от него требуются [7]. Подросток с заниженной самооценкой теряет уверенность в себе, возникают трудности в коммуникации со сверстниками, близкими взрослыми и негативно сказывается на учебной успеваемости [4].

На этапе подросткового возраста происходит заключительное формирование личности человека. Подросток постепенно приходит к осознанию своей индивидуальности и особенности, главную роль теперь играет не внешняя, а внутренняя оценка [8].

Современные подростки, которых будет уместно обозначить как «поколение Z» или «цифровое поколение», то есть люди, родившиеся примерно с 1997 по 2015 год, они имеют свои характерные особенности. Погруженность в интернет-среду стимулирует развитие рефлексии и индивидуализма [2].

Огромное влияние на самооценку подростка с ограниченными возможностями, в контексте современного мира, оказывают технологии и социальные сети. В интернете люди зачастую транслируют нереалистичные и идеальные образы. Подростки со слабо развитым критическим мышлением может воспринять увиденное буквально. Подростки с ОВЗ, проводя много времени перед компьютером и телевизором, страдают от проблем со зрением и осанкой, не мотивированы заниматься физкультурой и спортом [6].

Важнейшим аспектом, оказывающим влияние на становление самооценки старших подростков, в особенности подростков с ОВЗ, которым бывает сложнее завести друзей, является общение со сверстниками. Подростки с ОВЗ, которые часто обладают творческими способностями, порой становятся жертвами буллинга в школьной среде из-за своей отличительности, что способствует формированию низкой самооценки [9].

Материалы и методы исследований.

В связи с этим, целью нашего исследования стало выявление особенностей самооценки подростков с ОВЗ. Исследование проводилось на базе МКОУ «СОШ №9» г. о. Нальчик. Для выявления уровня самооценки у старших подростков было исследовано 98 испытуемых среди 9-10 классов, в возрасте от 15 до 16 лет.

Исходя из целей исследования была выбрана методика «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалёва. Тест направлен на выявление определенного уровня самооценки. При высоком – подросток трезво оценивает себя. При среднем – нередко безосновательно человек недооценивает себя. При низком – индивид застенчив, подстраивается под других, болезненно реагирует на критику. Ниже представлен анализ и интерпретация методики. [5]

Результаты и их обсуждение.

Полученные результаты свидетельствуют о преобладании низкой и средней самооценки у учащихся 9-11 классов. Наиболее высокие результаты набраны по шкале, отвечающей за уровень низкой самооценки среди подростков с ОВЗ (50%). Это говорит о том, что многие подростки страдают синдромом заниженной самооценки и не уверены в своих силах. Такие дети нередко болезненно переносят критические замечания в свой адрес, стараются подстроиться под мнение других людей, страдают от избыточной застенчивости. Низкая личностная самооценка тесно связана с чувством вины, стыда, страха. Это свидетельствует о том, что для подростков с ОВЗ трудно дается формирование адекватной и высокой самооценки.

Кроме того, у 40,8% испытуемых преобладает средний уровень самооценки. Это указывает на состояние, при котором человек редко страдает от «комплекса неполноценности» и лишь время от времени старается оправдывать ожидания окружающих и приспособить поведение под их мнение. Это баланс между положительными и отрицательными самосуждениями. Подростки со средней самооценкой способны принимать риски и преодолевать трудности, но при этом могут быть подвержены влиянию внешних оценок и сравнений с другими.

У 9,2% подростков с ОВЗ выявлена высокая самооценка, при которой отмечается позитивное отношение к себе, признание своих сильных сторон и достоинств, а также уверенность в своих возможностях и способностях. Подростки с высокой самооценкой обладают следующими качествами: уверенность в себе, эмоциональная устойчивость, оптимизм, способность к саморазвитию, адекватное оценивание себя.

Выводы и заключение.

Результаты исследования помогли выявить ключевые особенности самооценки старших подростков с ОВЗ. Таким образом, было установлено, что большая часть выборки, а именно 50%, имеет низкую самооценку; средний уровень самооценки составил 40,8%; высокий уровень - 9,2%.

Адекватная самооценка играет огромную роль в формировании личности подростка и его отношении к окружающему миру. Когда у индивида адекватная самооценка, он чувствует себя уверенным, способным принимать трудности и решать проблемы. В процессе воспитания и обучения важно создавать условия для формирования здоровой самооценки у подростков с ОВЗ, так как они в особенности подвержены снижению самооценки. Хронические заболевания и плохое самочувствие существенно влияют на самооценку учащихся с ограниченными возможностями здоровья. Педагоги должны уметь понимать и ценить индивидуальные особенности каждого подростка. Для увеличения успешности подростка необходимо сосредоточить внимание на его личных достижениях в образовательном процессе. Даже незначительные неудачи в учебе могут привести подростка с ОВЗ к неврозам, что неизбежно отразится на их уверенности в себе и своих возможностях. Адекватная самооценка формируется через поддержку близких и признание со стороны общества.

Важность исследования заключается в том, что данные выводы могут быть использованы специалистами в области образования и психологии для разработки программ поддержки и проведения соответствующих мероприятий для подростков с ОВЗ, а также учитываться при индивидуальной консультации. Дополнительно, эта информация может быть полезна при создании рекомендаций для родителей и педагогов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ананьев Б.Г. К постановке проблем детского самосознания // Известия АПН РСФСР. 1948. Вып. 18. С. 111-115.
2. Белозерова, Л. А., Поляков, С. Д., Жидяева, О. О. (2018) Социокультурные особенности поколения Z: опыт эмпирического исследования. Поволжский педагогический поиск, № 3, с. 16–23
3. Бодалев А.А. Личность и общение: Избранные психологические труды. М.: Международная педагогическая академия, 1995. 328 с.
4. Дубровина И. В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики.- М.: Педагогика, 2021. — 232 с.
5. Ковалев С. В. Подготовка старшеклассников к семейной жизни: тесты, опросники, ролевые игры: книга для учителя. – Москва: Просвещение, 2019. – 143 с.
6. Левченко, Г. К. Личностные особенности подростков с задержкой психического развития. – Санкт-Петербург, 2019. – С. 163-171.
7. Рогов Е.И. Самооценка и ее влияние на межличностные отношения в подростковом возрасте/ Под ред. М.В. Смирновой. – М.: ЭСТ, 2020. – 300 с.
8. Сидоров К.Р. Самооценка, уровень притязаний и эффективность учебной деятельности старшеклассников // Вопросы психологии. 2023. №3. С. 149-157.
9. Фадеева, Е. А. Самооценка подростков с ОВЗ: некоторые аспекты завышенной и адекватной самооценки. – Малаховка, 2021. – С. 129-134.

FEATURES OF SELF-ESTEEM OF ADOLESCENTS WITH DISABILITIES

Kharaeva K.Z., Bashieva Zh.D.

The article is devoted to studying the level of self-esteem of adolescents with disabilities. The authors consider the theoretical aspects of self-esteem in adolescence and analyze the results of empirical research in this area. The main classifications of self-esteem formation are considered. The characteristics of the behavior of adolescents with different levels of self-esteem are analyzed. A study is being conducted to study the characteristics of self-esteem in older adolescents with disabilities aged 15 to 16 years.

Keywords: adolescents, self-esteem, age stages, adolescence, self-awareness, consciousness, society, limited health opportunities.

УДК 159.9

МОДЕЛЬ ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ С ЦЕЛЬЮ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ КРИЗИСА СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ МОЛОДЕЖИ

Роговой Андрей Константинович

Аспирант кафедры общей психологии и психологии труда,
АНО ВО Российский Новый университет

E-mail: akrogovoi@yandex.com

В статье представлена модель психокоррекционных мероприятий, направленных на предотвращение развития кризиса смысложизненных ориентаций у молодежи. Изложены материалы предыдущих исследований отечественных и зарубежных авторов. Указано актуальное представление о том, что составляет смысложизненные ориентации, отмечены их особенности в раннем возрасте, а также основные факторы возникновения и ход развития в течение жизни. Отмечены основные направления возникновения кризиса смысла жизни. Обозначены потенциальные группы риска среди молодежи, основные цели для реализации психокоррекционных мероприятий: фасилитация локуса контроля Я, формирование эффективных копинг-стратегий, повышение жизнестойкости.

Ключевые слова: смысложизненные ориентации, смысл, кризисы, молодежь, локус контроля, жизнестойкость, копинг-стратегии, цель, целеполагание, планирование.

Актуальность исследования.

Понятие «жизненный кризис» чаще всего используется в повседневной жизни как обозначение именно возрастного кризиса, например кризиса «среднего возраста» или кризиса «3 лет». Для значительного количества людей жизнь скорее развивается естественно, своим ходом, иногда встречая на своем пути объективные препятствия – финансовые, личные, социальные и другие. И только ближе к середине жизни, сталкиваясь с влиянием возраста на здоровье или изменениями в семейной ситуации (чаще всего, взрослении детей), люди сталкиваются с вынужденным пересмотром ценностей, собственных мотивов, влечений и вынуждены трансформироваться под влиянием внешних условий.

Однако, жизненные кризисы или изменения в смысложизненных ориентациях сопровождают нас на протяжении всего периода становления личностей – они определяют направление и динамику реализации активности человека, просто далеко не все сталкиваются с ощутимыми трудностями в этом процессе. Наиболее сложным периодом для становления оптимальных смысложизненных ориентаций становится юность – время, когда цена совершаемой ошибки очень высока в силу ее влияния на всю дальнейшую жизнь.

На настоящий момент, задачей многих специальностей от социальной работы и психологии до медицины, является поиск способов предотвращения формирования кризиса смысложизненных ориентаций на фоне тревожных данных о потенциальной опасности для молодых людей таких состояний [3]. На фоне потенциальной тенденции к снижению воспроизводства населения,

растущей потребности в квалифицированных работниках и растущих темпах ухудшения психического состояния среди детей и взрослых, задача психологии – определить потенциальные источники возникновения подобных угроз и разработать эффективные методики предотвращения и профилактики развития утраты смысла жизни.

Краткий обзор исследований.

Смыслжизненные ориентации — это сложная структура целей, мотивов и личностных черт, характеризующая особенности стремления человека к смыслу [5]. На настоящий момент, теоретические исследования смыслжизненных ориентаций и прикладные имплементации наработок крайне ограничены, и чаще всего находятся в структуре более глобальных теорий психологии.

На настоящий момент ключевыми авторами в данной теме среди отчетственных авторов являются Абульханова К. А., Леонтьев Д.А., Чудновский В.Э., Карпинский К.В., Божович Л. И., Рубинштейн С.Л. Именно их, зачастую объемные и монументальные работы позволяют нам опереться на уже существующую терминологию при описании такой многомерной категории как «смысл».

В отечественной психологии результат их работы, прежде всего заметен, в двух больших областях науки – психометрической и феноменологической. Исследования Леонтьева и Карпинского дали нам наиболее эффективные в настоящий момент инструменты измерения – «Опросник смыслжизненных ориентаций» (СЖО) и «Опросник смыслжизненных кризисов», которые крайне часто используются любыми специалистами, касающимися категории смысла. Работы Абульхановой и Чудновского подарили нам слова, категории и направления мысли, которыми мы теперь можем оперировать при составлении концепций – понятия «субъектность», «рефлексия», «личностный фундамент», «объективная/субъективная предопределенность» или «локус контроля Я/Жизнь» и другие. [1, 14]

В трудах иностранных авторов, таких как А. Маслоу, К. Роджерс, А. Лэнгле, а также С. Кьеркегора, З. Фрейда, А. Адлера, К Юнга и особенно В. Франкла, так же разрабатывались различные концепции смысла жизни, составившие чуть позже основу для формирования разных направления в психологической мысли – от психодинамического до экзистенциального.

По вопросу о природе кризиса смысла жизни направления психологической мысли можно разделить на 2 больших лагеря: персонологический и возрастной.



Рисунок 1 - Типы подходов различных авторов к категории «кризис» [6]

Можно выделить, как минимум, три существенных различия между персонологическим и возрастным подходами в теоретической интерпретации кризиса смысла жизни:

1. Причины и условия, порождающие кризис смысла жизни. Для персонологического подхода возникновение кризиса обусловлено совокупностью объективных условий реального мира и субъективных человеческих переживаний, формирующих уникальный «оттиск», который подготавливает почву к утрате смысложизненной ориентации. Для представителей возрастного подхода, причиной кризиса является существующий закон формирования и развития психики, чередование «спокойных» и «кризисных стадий жизни». В этом смысле, задача кризиса – сформировать новое качество, адаптирующее человека к условиям реальности. В случае именно кризиса смысла жизни, новым качеством будет являться личностная зрелость, недостижимая без наличия подобной «встряски».

2. Нормативность самого понятия «кризис». Для персоналистов кризис есть уникальное для каждого человека явление, мало прогнозируемое, не связанное с конкретным временем, зато связанное с конкретными фактами его биографии. Для сторонников возрастного подхода кризис нормативен – он более-менее жестко связан с возрастными особенностями, свойственен человеку, практически предопределен и необходим для дальнейшего развития и реализации взрослой личности.

3. Патологичность «кризиса смысла жизни». С позиции сторонников персонологического подхода (среди которых немало экзистенциалистов), кризис смысла жизни – это весомое психотравмирующее обстоятельство, сила которого способна негативно повлиять на течение всей дальнейшей судьбы человека в целом. Следовательно, задачей специалиста будет помочь разрешить возникшие противоречия, дабы облегчить переживания и сформировать дальнейший путь развития. Для авторов возрастного подхода

патологичными являются только отдельные элементы протекания кризиса смысла жизни – деструктивное поведение, эмоциональные состояния, личностные деформации, но не само наличие кризиса. Более того, в некоторых случаях считается, что отсутствие кризиса смысла жизни является признаком протекания патологических процессов, отказом психики от трансформации и дальнейшей адаптации.

Стоит заметить, что обе стороны признавали как важность влияния внешних факторов, так и эндогенность развития отдельных психических элементов. Разница в выборе лагеря строится на том, что именно должно являться мишенью помощи для выбора наиболее эффективного решения утраты смысложизненных ориентаций.

Материалы и методы исследования.

В данном исследовании сосредоточены попытки сформировать эффективную теоретическую модель для последующей разработки и имплементации системы психокоррекционных процедур, направленных на предотвращение формирования кризиса смысложизненных ориентаций у молодежи, особенно среди тех, кто начинает профессиональное обучение, карьеру или просто вступает в возраст полной физической и личной автономии.

Для составления теоретической модели, использовался метод анализа научных источников по теме, с целью структурирования и систематизирования наработанного материала для построения модели психокоррекционных мероприятий с целью предотвращения кризиса смысложизненных ориентаций у молодежи. Полученная теоретическая модель позволит более качественно и выверенно подойти к разработке пилотных экспериментов и укажет на недочеты существующих разрозненных систем помощи при кризисе смысложизненных ориентаций.

Результаты и их обсуждение.

В рамках исследования философских и психологических аспектов смысла жизни Баксанский О.Е. и Скоробогатова А.В. отмечают: «... в данной возрастной группе, вопросы о смысле жизни наиболее часты и особенно насущны. Потребность в смысле жизни раскрывается в сознании своей жизни не как серия случайных разрозненных событий, а как цельный процесс, имеющий определенное направление, преемственность и смысл.» [2]

Стоит отметить, что с позиции целей исследования, важно рассматривать смысложизненные ориентации молодежи как естественное и неотъемлемое условие для возникновения высокого качества жизни, личного успеха, а также психоэмоциональной стабильности. Именно угроза возникновения потерянности, монотонности и бессмысленности деятельности, растраты ресурсов и сил способствует утрате смысла жизни. Профилактика и психокоррекционная работы с людьми в условиях кризиса должна стать опорой для предотвращения далекоидущих и тяжелых последствий – рост числа психических расстройств, утраты чувства собственной ценности, делинкветному поведению, социальной напряженности.

Формирование смысложизненного кризиса последовательно и связано с большим количеством переменных. С точки зрения Абульхановой-Славской, существует «своего рода психологический закон» [1] который отражает существование оптимальной связи между целью жизни и затрачиваемыми усилиями. Смещение баланса грозит или отказом от притязаний при избыточной трудности, или отсутствием радости достижения

при простоте жизненных целей. Карпинский указывает: «... в основе [кризиса смысла] лежат неразрешимые или неразрешенные противоречия в поиске и практической реализации смысла индивидуальной жизни. С точки зрения механизмов возникновения и протекания могут быть дифференцированы, как минимум, три разновидности смысложизненного кризиса: кризис бессмысленности, кризис смыслоутраты и кризис неоптимального смысла жизни.» [4]

Огромное значение имеет психологический «багаж», с которым юноша или девушка подходит к возрасту полной автономии, когда уязвимость перед стрессом и тревогой максимальна. Наиболее значимыми психологическими механизмами, которыми может обладать человек для избегания утраты смысложизненных ориентации во время кризиса является:

- наличие эффективных копинг-стратегий и опыта их реализации;
- набор определенных личностных параметров – жизнестойкость, ресурсность, адаптивность, высокий уровень внутреннего локуса контроля (или локуса контроля «Я»);
- адаптивность, гибкость в принятии решений;
- наличие благоприятного стиля и опыта семейного воспитания;
- навык рефлексии (или «осмысленность жизни»). [9,11,12,13]

При этом, важно отметить, что многие исследователи не включают в учет возникновения и развития смысложизненных ориентаций непсихологические факторы. Семейно-бытовые, социально-экономические, этнические, религиозные, медицинские и иные факторы зачастую оказывают существенное влияние на ранний опыт и жизненный путь человека, который к моменту приобретения личной автономии сталкивается с выраженными трудностями, неадаптивностью, что в итоге оставляет его наедине со своими проблемами. Разгар кризиса приходится именно на некоторое время спустя после появления у человека физической, юридической и финансовой независимости. Поэтому важность нашей задачи состоит в том, чтобы не допустить возникновения ощущений потерянности, «вброшенности», ненужности, которые запускают механизм утраты собственной ценности, смысла деятельности, а затем и жизни в целом.

Подобные переживания находят отклик в применяемых диагностических методиках. Наиболее интересным образом это отражено в параметрах тестов СЖО Леонтьева [8] и адаптации теста «экзистенциальной исполненности» Лэнгле [15]. Сочетание инструментальных параметров («наличие конкретной цели», «результативность жизни», «локус контроля Я», «локус контроля Жизнь») и экзистенциальных параметров («защищенность», «опора», «признание ценности», «справедливое отношение», «близость», «ценность в будущем») позволяет полноценно описать опыт смысла жизни человека. Так же, хорошим дополнением для комплексного анализа станет и «Источники смысла жизни» Карпинского, который весьма обширно обрисовывает ценности, которыми человек может «пополнять запасы смысла жизни». Например, помимо традиционных «карьера», «семья», «любовь», «творчество», можно встретить такие ценности как «альтруизм», «аскетизм», «свобода», «патриотизм», «долг», «признание», «секс», «познание» и пр., что существенно расширяет диапазон вероятных жизненных целей. Таким образом, проведенные исследования и диагностические инструменты могут служить хорошим подспорьем для оформления модели психологической интервенции для молодежи группы риска в рамках возможной утраты смысложизненных ориентаций.

Стоит заметить, что ввиду наличия некоторых объективных параметров, таких как ранний возраст, недостаток практического жизненного опыта, импульсивность в принятии решений, необходимо выделить один из ключевых элементов для построения теоретической психологической интервенции для молодежи – маленький «горизонт» планирования. [7] Зачастую, эта особенность препятствует естественному формированию смысла жизни, так как отказ от принятия долгосрочных решений выражено сказывается на качестве жизни и ведет более рискованным формам поведения.

Построение теоретических моделей помогает понять, на чем необходимо сосредоточиться для разработки и подготовки пилотного тестирования необходимого комплекса мер. Необходимо так же учитывать разработку и внедрение подобных систем, сосредоточенных на другой задаче. Хорошим примером станет реализация «Персонального навигатора» [10], программы подготовки студентов ВУЗов, которая направленная на формирование универсальных компетенций: «Способность ставить цели и планировать их достижение, культурная компетентность, коммуникабельность, аналитические способности, лидерские качества, умение создавать и осуществлять проекты и др.».

На примере этой программы можно проследить практическое применение как существующих диагностических инструментов (например, Тест жизнестойкости Мадди / Personal Views Survey, PVS III-R), так и методов коучинга (SWOT-анализ и правила постановки целей SMART). Несмотря на то, что данная программа предназначена для развития уже имеющихся качеств, опыт ее разработки и внедрения станет большим подспорьем для создания эффективной системы предотвращения утраты смысложизненных ориентаций у молодежи.

Принимая во внимание вышеизложенное, модель психокоррекционных мероприятий с целью предотвращения кризиса смысложизненных ориентаций молодежи должна основываться прежде всего на:

- практической ценности улучшения качества жизни молодежи и оформлению смысложизненных ориентаций как базовой структуры для эффективной реализации жизненного потенциала;
- учете гендерных, возрастных, социальных, семейных, биологических особенностей при организации помощи;
- внимании к изначальной неадекватности планирования и/или отсутствия выработанной стратегии планирования жизни со стороны молодежи;
- признании наличия функционирования механизмов развития психики, нормативности возникновения кризисов, в т.ч. и смысложизненных;
- качественной диагностики на основе уже разработанных и адаптированных методик;
- приоритете мер профилактики и ранней психологической интервенции с целью минимизации влияния травматичности кризиса утраты смысложизненных ориентации;
- обучении навыкам саморегуляции, а также иным смежным навыкам (коммуникации, медиации, релаксации и проч.) с целью повысить степень автономии и субъектности молодых людей.

Таким образом, при учете всех приведенных выше факторов возникновения и развития утраты смысложизненных ориентаций, теоретическая модель психокоррекционных мероприятий с целью

предотвращения кризиса смысложизненных ориентаций молодежи будет выглядеть следующим образом:



Рисунок 2 - Модель психокоррекционного мероприятия, направленная на устранение кризиса смысложизненной ориентации

Предложенная теоретическая модель в полной мере отражает многолетний опыт исследования области смысла и предлагает интеграцию существующих данных из разных источников, с целью дальнейшей апробации и создания эффективного практического метода предотвращения возникновения кризиса смысложизненных ориентаций.

Выводы и заключение.

Подытоживая вышесказанное, хочется отметить, что задача разработки эффективной модели помощи при утрате смысложизненных ориентаций у молодежи весьма непростая задача. Актуальность вопросов смысла, и смысла жизни, в частности, всегда будет двигать человека вперед, являться неотъемлемым мотиватором к знанию, исследованию, рассуждению. Вопросы изучения смысложизненных ориентаций и кризиса смысла жизни рассматривались в различных психологических подходах от психодинамического до когнитивно-поведенческого и формировали современную картину научного представления о вопросе.

Несмотря на наличие смежных разработок и их применения, область поиска и реализации смысла жизни на настоящий момент имеет весьма

ограниченную сферу применения, несмотря на актуальность данной темы. Разработка теоретической модели системы помощи и профилактики кризиса смысла жизни позволяет сделать небольшой шаг навстречу более стабильному и желаемому будущему. Прикладные пилотные исследования, практическая имплементация полученных результатов и их оценка станут следующими шагами для решения проблемы кризиса смысла жизни среди молодежи.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. М., 1991. – 160с.
2. Баксанский О.Е., Скоробогатова А.В. Философский и психологический аспекты изучения смысложизненных ориентаций личности в отечественной и зарубежной литературе // Коллекция гуманитарных исследований. 2019. №4 (19) – С. 10 – 19.
3. Здоровье подростков мира: второй шанс во втором десятилетии: доклад ВОЗ. [Электронный ресурс]. URL: http://apps.who.int/adolescent/second-decade/files/WHO_FWC_MCA_14.05_rus.pdf. (дата обращения 01.02.2020).
4. Карпинский, К. В. Источники смысла жизни: новый метод психодиагностики личности: моногр. / К. В. Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 2021. – 219с.
5. Карпинский К. В. Нереалистический смысл жизни как детерминанта кризиса в развитии личности // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология. 2011. №4. – С. 69 – 75.
6. К.В. Карпинский. Опросник смысложизненного кризиса: Монография / Гродно: ГрГУ, 2008. – 108с.
7. Коржова Е. Ю. Психология жизненных ориентаций человека / Спб.: Изд-во РХГА, 2006. - 384с.
8. Леонтьев Д. А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд. – М.: Смысл, 2000. – 18с.
9. Морозова Т. Ю. Изучение особенностей копинг-поведения в юношеском возрасте // Системная психология и социология. 2014. №1 (9). – С. 108 – 188.
10. Огнев А.С. Жизненная навигация / Электронное издание – М.: МГГУ, 2012. – 112с.
11. Одинцова М. А. Жизнестойкость и смысложизненные ориентации студенческой молодежи в условиях энтропии современного российского общества // Мониторинг. 2012. №2 (108). – С. 90 – 96.
12. Роговой А. К. Смысложизненные ориентации и их место в ведущих психологических течениях (обзор литературы) // Всероссийская ежегодная декабрьская научно-практическая студенческая конференция. Том II. Москва, 2023. С 71 – 75.
13. Чернецкая Н. И. Особенности ценностно-смысловой сферы личности подростков из семей с разным стилем воспитания // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2016. Т. 17 – С. 100 – 111.
14. Чудновский, В.Э. К вопросу о необходимости учебного курса формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников / В.Э. Чудновский // Вестник МГОУ. Серия: Психологические науки. — 2015. — №1. — С. 66—72.
15. Шумский В. Б., Уколова Е. М., Осин Е. Н., Лупандина Я. Д. Диагностика экзистенциальной исполненности: оригинальная

русскоязычная версия теста экзистенциальных мотиваций // Психология. Журнал ВШЭ. 2016. Т. 13. № 4. С. 763–788.

A MODEL OF PSYCHOLOGICAL INTERVENTIONS TO PREVENT A LIFE-CRISIS IN ADOLESCENTS

Rogovoy A. K.

The article presents a model of psychological interventions aimed at preventing the development of a crisis of life orientation among young people. It presents the materials of previous studies by Russian and international authors and provides an up-to-date understanding of what constitutes meaningful life orientation, its features at an early age, as well as the main factors that contribute to its occurrence and development throughout life. The main directions of the crisis of meaning in life are highlighted and potential risk groups among young people identified. The main goal of psychological interventions is to facilitate self-control, form effective coping strategies and increase resilience.

Keywords: Life orientations, meaning, crises, adolescents, locus of control, hardiness, coping strategies, goals, goal setting, planning.

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

УДК 159

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АВИАЦИОННЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ

Кочетков Дмитрий Алексеевич

Студент магистратуры, СПбГУГА

E-mail: kda100@bk.ru

Научный руководитель: Малишевский Алексей Валерьевич,
доцент к.т.н., СПбГУГА

В статье рассматриваются ключевые психологические факторы, влияющие на эффективность и безопасность деятельности авиационных специалистов. Проанализированы особенности психологической подготовки пилотов, диспетчеров и инженерно-технического персонала. Выявлены наиболее значимые психологические компетенции, необходимые для успешного выполнения профессиональных задач в гражданской авиации. Особое внимание уделено вопросам стресс-менеджмента, принятия решений в нестандартных ситуациях, командного взаимодействия и профилактики авиационных инцидентов. В статье представлены современные психологические технологии и подходы, используемые в практике авиационной подготовки.

Данная тема актуализируется в современной науке и практике, т.к. самолеты стали очень сильно отличаться от своих предшественников надежностью, автоматическими системами, эффективностью, и основной причиной авиационных инцидентов являются ошибки, совершенные человеком. Материалы, представленные в статье, помогут понять суть проблемы и изменить подход к допущенным ошибкам, а также правильно и своевременно их предупреждать.

Ключевые слова: гражданская авиация, авиационные специалисты, психология, психологическая подготовка, стресс-менеджмент, принятие решений, командная работа, человеческий фактор, профессиональная компетентность, личностный компонент, универсальная компетенция

Актуальность исследования.

Актуальность данной работы подчеркивается тем, что современная авиационная отрасль предъявляет исключительно высокие требования к уровню профессиональной подготовки и психологическим качествам специалистов, обеспечивающих деятельность гражданской авиации. Ошибки или неэффективные действия пилотов, диспетчеров, инженеров могут приводить к серьезным авиационным происшествиям с катастрофическими последствиями. В связи с этим психологическому фактору уделяется пристальное внимание как в процессе отбора, так и в ходе непрерывной профессиональной подготовки авиационного персонала.

Современные тенденции развития гражданской авиации, такие как внедрение новых технологий, повышение автоматизации процессов, усложнение систем воздушных судов, ужесточение экологических и безопасностных требований, ставят дополнительные психологические задачи перед авиационными специалистами. Это требует постоянного совершенствования методов психологической подготовки и поиска эффективных решений, позволяющих минимизировать влияние человеческого фактора на безопасность полетов.

Статья ориентирована на изучение ключевых психологических аспектов деятельности авиационных специалистов, анализ основных психологических компетенций и подходов к их развитию. Для более детального раскрытия темы нам необходимо представить современные психологические технологии, применяемые в практике авиационной подготовки. Объектом нашего исследования является подготовка авиационных специалистов, предметом – психологические особенности деятельности специалистов авиации.

Степень разработанности проблемы.

Изучением данной проблемы на настоящем этапе развития занимается множество отечественных ученых. Дикая Л.Г., Занковский А.Н. в своих работах отражают особенности организации образовательной и трудовой деятельности, Курчавов В., Вантяхов С., Люсов Е. изучают возможности алгоритмизации вопросов подготовки специалистов авиации, а Н.Г. Малышева конкретизирует ее специфику.

Методы и методология исследования.

В качестве основного метода нами определен теоретико-методологический анализ работ по данной теме, а также формулировка авторских выводов, позволяющих отражать результаты исследований в области психологической подготовки специалистов авиации. Для изучения данной темы нами были определены публикации современных авторов, посвященных особенностям психологической подготовки специалистов (Л.Г. Дикая, А.Н. Занковский), специфике обучения авиационных специалистов (Н.Г. Малышева, Е.М. Осипова).

Результаты и их обсуждение.

Деятельность пилотов гражданской авиации характеризуется рядом специфических психологических особенностей. Во-первых, полеты проходят в условиях высокой степени неопределенности и динамично меняющейся обстановки, что требует от пилотов постоянной включенности, высокой ситуационной осведомленности и эффективных навыков принятия решений. Во-вторых, полеты сопряжены с воздействием стрессогенных факторов, таких как перегрузки, шум, вибрация, нарушение циркадных ритмов, что негативно сказывается на функциональном состоянии пилотов. В-третьих, пилоты должны обладать развитыми коммуникативными навыками для эффективного взаимодействия с другими членами экипажа, диспетчерами, наземными службами.

Важную роль играют также личностные качества пилотов: эмоциональная устойчивость, стрессоустойчивость, самоконтроль, способность к быстрому переключению внимания, пространственное мышление, оперативная память и другие. Кроме того, пилоты должны обладать высокой мотивацией к безопасному выполнению полетных

заданий, поскольку малейшая ошибка или невнимательность могут привести к катастрофическим последствиям.

Деятельность авиадиспетчеров, таких же важных специалистов, тоже имеет ряд ярко выраженных психологических особенностей. Во-первых, диспетчеры работают в условиях дефицита времени, высокой информационной нагрузки и необходимости одновременно контролировать несколько воздушных судов. Это предъявляет повышенные требования к их вниманию, оперативной памяти, скорости переработки информации и принятия решений.

Во-вторых, диспетчеры взаимодействуют с пилотами в режиме реального времени, что требует от них хороших коммуникативных навыков, умения чётко и грамотно передавать информацию. Ошибки в речевых сообщениях могут привести к серьёзным последствиям. Кроме того, диспетчеры должны обладать высокой стрессоустойчивостью, поскольку их деятельность связана с постоянным риском возникновения нештатных ситуаций.

Важную роль играют также аналитические способности диспетчеров, пространственное мышление, умение прогнозировать развитие воздушной обстановки. От них требуется высокий уровень ситуационной осведомленности, позволяющий предвидеть возможные конфликтные ситуации в воздушном пространстве.

Деятельность инженерно-технического персонала (ИТП) также имеет ряд психологических особенностей. Во-первых, ИТП должны обладать высоким уровнем профессиональных знаний и технических компетенций для обеспечения безотказной работы сложных авиационных систем. Это требует от них хорошей памяти, аналитических способностей, внимательности к деталям.

Во-вторых, работа ИТП связана с необходимостью принятия ответственных решений в условиях дефицита времени, что предъявляет повышенные требования к стрессоустойчивости. Ошибки в их действиях могут привести к отказам оборудования и даже авиационным происшествиям.

Кроме того, ИТП должны эффективно взаимодействовать с пилотами, диспетчерами и другими специалистами для обеспечения бесперебойной работы всей авиационной системы. Это требует от них развитых коммуникативных навыков, умения работать в команде, находить компромиссные решения [1].

Таким образом, деятельность авиационных специалистов различных профилей, по мнению В. А. Курчавова [4] характеризуется рядом общих психологических особенностей, связанных с высокой ответственностью, необходимостью принятия решений в условиях неопределенности и дефицита времени, воздействием стрессогенных факторов, требованиями к психофизиологическим качествам и командному взаимодействию.

Как отмечает И. А. Семенова [6], согласно классической традиции образования решающее значение имеет содержание подготовки. Традиционно методы преподавания сводятся преимущественно к развитию профессиональной компетентности обучаемых. В ходе различных занятий у курсантов, студентов и слушателей формируются определённые навыки и умения, методы и способы действий, моделируются ситуации профессиональной деятельности. Но, как правило, программами подготовки не предусматривается как обязательное направление формирование психологически зрелой личности специалиста

Исходя из специфики деятельности авиационных специалистов, можно выделить ключевые психологические компетенции, необходимые для обеспечения безопасности полетов и эффективного выполнения профессиональных задач:

1. Ситуационная осведомленность

Способность воспринимать, понимать и прогнозировать развитие воздушной обстановки, а также своевременно выявлять и оценивать потенциальные угрозы. Это позволяет специалистам принимать обоснованные решения и предотвращать возникновение нештатных ситуаций.

2. Принятие решений

Умение быстро анализировать информацию, оценивать альтернативы и выбирать оптимальные решения в условиях неопределенности и дефицита времени. Важно также умение пересматривать принятые решения в случае изменения обстановки.

3. Управление ресурсами

Способность эффективно распределять внимание, память и другие когнитивные ресурсы для решения профессиональных задач. Включает в себя навыки тайм-менеджмента, приоритизации и делегирования.

4. Командное взаимодействие

Умение эффективно взаимодействовать с другими членами авиационной команды, четко распределять роли и задачи, осуществлять взаимный контроль и поддержку. Важны также навыки лидерства и управления конфликтами.

5. Стрессоустойчивость

Способность сохранять высокую работоспособность и принимать адекватные решения в условиях воздействия стрессогенных факторов. Включает в себя навыки саморегуляции эмоционального состояния и психологической устойчивости.

6. Профессиональная мотивация

Устойчивая мотивация к безопасному и эффективному выполнению профессиональных задач, приверженность ценностям обеспечения авиационной безопасности.

Развитие данных психологических компетенций является ключевой задачей при подготовке и переподготовке авиационных специалистов различных профилей. Также необходимо отметить, что для формирования необходимых психологических компетенций в практике авиационной подготовки применяются различные психологические технологии и подходы. В качестве наиболее эффективных возможно назвать следующие:

1. Отбор авиационных специалистов

На этапе отбора кандидатов на авиационные специальности проводится комплексная психологическая диагностика с применением психологических тестов, моделирования профессиональных ситуаций, интервью. Это позволяет выявить наличие необходимых психологических качеств и прогнозировать успешность будущей деятельности.

2. Психологическая подготовка

В процессе профессиональной подготовки авиационных специалистов используются различные методы развития психологических компетенций: тренинги командного взаимодействия, отработка навыков принятия решений в нештатных ситуациях, обучение стресс-менеджменту, применение компьютерных симуляторов для отработки психомоторных навыков.

3. Психологическое сопровождение

Для поддержания высокого уровня психологической готовности авиационных специалистов к выполнению профессиональных задач применяются технологии психологического консультирования, психофизиологического мониторинга, коррекции эмоционального состояния. Это позволяет своевременно выявлять и устранять психологические проблемы, влияющие на безопасность полетов.

4. Человеко-машинное взаимодействие

Особое внимание уделяется изучению психологических аспектов взаимодействия авиационных специалистов с высокоавтоматизированными системами управления воздушным движением, бортовым оборудованием. Это позволяет обеспечить эргономичный дизайн интерфейсов и поддерживать эффективное распределение функций между человеком и машиной.

5. Профилактика авиационных происшествий

Для предотвращения авиационных происшествий, вызванных "человеческим фактором", применяются методы анализа психологических причин, моделирования нештатных ситуаций, внедрения систем управления безопасностью полетов. Это способствует выявлению и устранению психологических рисков на системном уровне.

Таким образом, комплексное использование различных психологических технологий в авиационной подготовке позволяет обеспечить высокий уровень профессионализма и психологической готовности авиационных специалистов к выполнению своих задач.

Выводы и заключение.

Авиационная отрасль предъявляет исключительно высокие требования к психологическим качествам специалистов, обеспечивающих безопасность и эффективность гражданских перевозок. Деятельность пилотов, диспетчеров, инженеров характеризуется рядом специфических психологических особенностей, связанных с высокой ответственностью, необходимостью принятия решений в условиях неопределенности, воздействием стрессогенных факторов.

Ключевыми психологическими компетенциями авиационных специалистов являются ситуационная осведомленность, принятие решений, управление ресурсами, командное взаимодействие, стрессоустойчивость и профессиональная мотивация. Развитие данных компетенций осуществляется с помощью комплекса психологических технологий, применяемых на различных этапах подготовки и деятельности авиационных кадров.

В данной статье, была предпринята попытка иллюстрирования важности психологической подготовки пилотов, диспетчеров и инженерно-технического персонала для обеспечения безопасности и эффективности гражданской авиации. Мы рекомендуем обратить внимание на значимость психологических компетенций, таких как ситуационная осведомленность, способности к стресс-менеджменту, принятие решений в критических ситуациях и командное взаимодействие, стрессоустойчивость и профессиональная мотивация. Системное использование психологических подходов в авиационной отрасли позволяет повысить профессионализм специалистов, минимизировать влияние "человеческого фактора" на безопасность полетов и обеспечить эффективное функционирование всей авиационной системы в условиях ее непрерывного технологического развития.

ЛИТЕРАТУРА

1. Авиационная безопасность: учеб. пособие / под ред. Ю.М. Волинского-Басманова. - М.: НУЦ «АБИНТЕХ», 2023/ 239 с.
2. Дикая Л.Г., Занковский А.Н. Психология труда, инженерная психология и эргономика. - М.: Издательство "Юрайт", 2019.
3. Емельянов С.В. Командная работа в авиации: психологические особенности и технологии развития // Психология труда и организационная психология. - Т. 4. - М.: Академия, 2014. - С. 267-296.
4. Курчавов В., Вантяхов С., Люсов Е. Разработка алгоритма психологической подготовки специалистов служб авиационной безопасности // Ульяновский центр трансфера технологий: сб. аннотаций проектов Молодёжного инновационного форума Приволжского федерального округа (УлГТУ, 12-14 мая 2021 г.). - Ульяновск: УлГТУ, 2021. - С. 35-37.
5. Малышева Н.Г., Осипова Е.М. Психологические аспекты подготовки авиационных специалистов // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. - 2016. - № 2. - С. 87-100.
6. Семёнова И. А. Правовые аспекты психологического сопровождения подготовки авиационных специалистов // Научный вестник МГТУ ГА. 2021. №170. С. 108-112.
7. Тараканов Е.С., Гаврилова Л.А. Психология профессиональной деятельности авиационных специалистов. - М.: Вузовская книга, 2018.
8. Endsley M. R., Garland D. J. Situation Awareness Analysis and Measurement. - Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 2000.
9. Helmreich R.L., Merritt A.C. Culture at Work in Aviation and Medicine: National, Organizational, and Professional Influences. - Aldershot: Ashgate Publishing, 2001.
10. Hofstede G. Cultures and Organizations: Software of the Mind, Third Edition. - New York: McGraw-Hill, 2010.
11. Kanki Barbara G., Helmreich Robert L., Anca José. Crew Resource Management. 2nd ed. - San Diego: Academic Press, 2010. 2.
12. Klein G. Sources of Power: How People Make Decisions. - Cambridge, MA: MIT Press, 1999.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE TRAINING AND ACTIVITIES OF AVIATION SPECIALISTS

Kochetkov D. A.

The article examines the key psychological factors affecting the effectiveness and safety of aviation specialists. The features of the psychological training of pilots, dispatchers and engineering staff are analyzed. The most significant psychological competencies necessary for the successful performance of professional tasks in civil aviation have been identified. Special attention is paid to the issues of stress management, decision-making in emergency situations, team interaction and prevention of aviation incidents. The article presents modern psychological technologies and approaches used in the practice of aviation training.

This topic is being updated in modern science and practice, because aircraft have become very different from their predecessors in reliability, automatic systems, efficiency, and the main cause of aviation incidents are human errors. The materials presented in the article will help to understand the essence of the problem and change the approach to the mistakes made, as well as to prevent them correctly and in a timely manner.

Keywords: civil aviation, aviation specialists, psychology, psychological training, stress management, decision-making, teamwork, human factor, professional competence, personal component, universal competence.

УДК 159.9.07

ДОМИНИРУЮЩИЕ МОТИВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫБОРА У ВЫПУСКНИКОВ ШКОЛЫ

Калюжная Полина Вячеславовна

Студент Нижневартковского государственного университета,
г. Нижневартовск

E-mail: ispalpatin@gmail.com

Артемяева Галина Николаевна

Доцент кафедры психологии образования и развития,
Нижневартковского государственного университета,
г. Нижневартовск

В статье представлен анализ доминирующих мотивов профессионального выбора у выпускников школы. С целью эмпирического исследования была использована «Методика определения основных мотивов выбора профессии» Е.М. Павлютенковой. В результате было установлено, что у выпускников общеобразовательной школы прослеживается преобладание материальных, утилитарных, содержательных мотивов, а также мотива престижа над познавательными, социальными, творческим, оральными и эстетическими. Мотивы связанные с желанием получить материальные блага, стремлением овладеть престижной профессией, желанием путешествовать и стремление к овладению профессией несложного содержания значимы для данной группы испытуемых. Это показывает, что мотивы, связанные эстетикой и красотой, творчеством или требующие открытий, не является для данной группы первостепенными.

Ключевые слова: мотив выбора профессии, ранняя юность, материальные мотивы, мотивы престижа, утилитарные мотивы, познавательные мотивы.

Актуальность исследования.

На сегодняшний день в России мы наблюдаем стремительные перемены, связанные с развитием общества: появляется необходимость освоения нового социально-экономического и профессионального опыта. Молодежь, которая находится в этом периоде выбора своего дальнейшего жизненного пути, образования и профессии, представляет собой уникальный объект изучения психологических особенностей и изменений в процессе самоопределения.

Современный выпускник школы должен обладать не только всесторонним и гармоничным развитием личности, но и способностью к профессиональному росту и мобильности в условиях информатизации общества, развития новых навыков, а также стремиться к достижениям и успехам [1].

В профессиональном самоопределении выпускников общеобразовательной школы, однако, основополагающую роль играет мотивация. Этот мощный побудитель является движущей силой любой деятельности. Имея ясно обозначенные мотивы, молодые люди способны

придать процессу выбора профессии собственную индивидуальность и осязаемую значимость.

Краткий обзор исследований.

Слово «мотив» имеет множество значений в различных сферах деятельности, но в психологии этому понятию придается особая важность.

А.Н. Леонтьев так определяет мотив как опредмеченную потребность. Он указывает на то, что потребность сама по себе не содержит способа своего удовлетворения. Предмет удовлетворения потребности «должен быть обнаружен субъектом». Только в результате обнаружения способа удовлетворения потребность становится предметной, то есть обретает побудительную и направляющую силу, то есть превращается в мотив [2].

Мотив является побуждением к действию. Оно определено Ж. Годфруа как представление о необходимых усилиях для удовлетворения потребности [3]. В свою очередь, Х. Хекхаузен определяет мотив как «динамический» момент направленности действия «на определенные целевые состояния, которые независимо от их специфики всегда содержат в себе динамический момент и которые субъект стремится достичь, какие бы разнообразные средства и пути к этому ни вели» [4].

В данном исследовании мы рассматриваем мотив как конкретные побуждения, причины, заставляющие личность действовать, совершать поступки, а также отношение учащегося к предмету его деятельности, направленность на эту деятельность [5].

Исходя из выделенных мотивов, можно выделить три основных типа причин, влияющих на профессиональный выбор. Первый тип основан на материальных благах и финансовой состоятельности. Люди, руководствуясь этим мотивом, оценивают вознаграждение за труд, престиж профессии и должность, которую они займут. В своем взгляде на профессию они видят ее как средство для достижения своих материальных целей.

Второй тип мотивации основан на престиже, статусе и уважении. Люди, руководствуясь этими мотивами, обращают внимание на то, какая профессия будет приносить им социальное признание и уважение. На выбор профессии их особо влияет желание занимать высокое положение в обществе и иметь значимую роль в общественной жизни.

Третий тип мотивации связан с профессиональной самореализацией. Люди, преследуя этот мотив, стремятся к развитию своих знаний и навыков, получению образования, профессионализма и мастерства. Профессия сама по себе для них становится ценностью, а не средством достижения чего-то другого [6].

В старшем школьном возрасте происходит формирование взглядов, убеждений и мировоззрения. По отечественной психологии, это относится к ранней юности и характеризуется рядом психологических особенностей. Юность рассматривается как период перехода к самостоятельности, самоопределению, приобретению психической, идеологической и гражданской зрелости, формированию мировоззрения, нравственного сознания и самосознания [7].

Юношеский возраст является одним из важнейших в жизни человека и представляет собой определенный этап личностного развития, лежащий между детством и взрослостью. Большинство качеств личности, сформированные на данном этапе развития, влияют на дальнейшую судьбу человека. А также решения, которые приняты в этом возрасте, играют огромную роль в дальнейшей жизни [8].

В этот период обучающийся находится на пороге вступления в самостоятельную жизнь. Это создает совершенно новую ситуацию социального развития [9]. Он сталкивается с необходимостью самоопределения, выбора своего жизненного пути как задачи первостепенной важности. Период юношеского возраста несет в себе определенный внутренний кризис, содержание которого связано с формированием процессов самоопределения (как профессионального, так и личностного), рефлексии, способов самореализации в социальном пространстве [10].

Материалы и методы исследования.

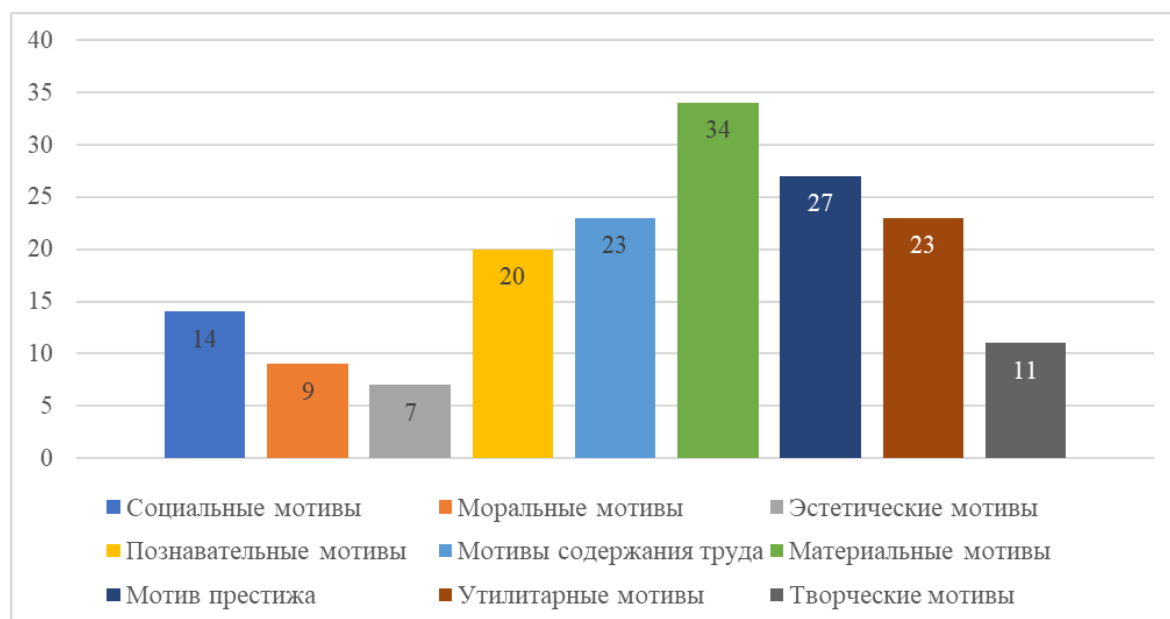
Эмпирическое исследование было выстроено в формате констатирующего эксперимента.

Цель исследования: экспериментальное изучение доминирующих мотивов профессионального выбора у выпускников школы.

В исследовании приняли участие 44 выпускника общеобразовательной школы, обучающихся МБОУ «СШ № 11» г. Нижневартовска.

Результаты и их обсуждение.

Для реализации поставленной цели была использована «Методика определения основных мотивов выбора профессии» (Е.М. Павлютенков). Полученные в результате диагностики данные, представлены в рисунке 1.



Составлено авторами по ходу исследования

Рисунок 1 - Основные мотивы выбора профессии выпускников общеобразовательной школы (n=44, %)

На основе полученных данных можно заключить следующее:
 - материальные мотивы обнаружены у 34% старших школьников. У них доминирует стремление получать материальные вознаграждения (премии, подарки и т.п.);

- мотивы престижа обнаружены у 27% выпускников. Данные обучающихся характеризует стремление к профессиям, которые позволяют занять определенное положение в обществе, считаются уважаемыми и ценятся в референтном кругу подростка;

- утилитарные мотивы обнаружены у 23% выпускников старшей школы. Их характеризует стремление получения максимальной выгоды от профессии в виде легкого труда, возможности управлять людьми, легкое трудоустройство, комфортное рабочее место и т.д..

- познавательные мотивы обнаружены у 20% обследованных. Их характеризует стремление к приобщению к специфической сфере знаний, ориентация на приобретение нового и постоянное развитие;

- связанные с содержанием труда мотивы обнаружены у 23% выпускников. Они ориентированы на то, что четко должны знать содержание труда, обязанности и права, специфику профессии и так далее;

- социальные мотивы обнаружены у 14% выпускников. Данных испытуемых характеризует желание своим трудом помогать людям, приносить пользу обществу и вносить свой вклад в развитие социума в целом;

- преобладание творческих мотивов характерно для 11% обследованных. Для них в профессии важна возможность творческой самореализации, поиска нестандартных решений.

- моральные мотивы обнаружены у 9% обследованных, им свойственно стремление к самосовершенствованию, готовность к подражанию нравственному эталону, постоянному развитию духовно-нравственных качеств.

- эстетические мотивы обнаружены у 7% старших школьников. Этим обучающимся характеризует стремление к красоте труда, гармонии, восприятие прекрасного, получение ощущения радости от деятельности.

Выводы и заключение.

Так, можно заключить, что у выпускников общеобразовательной школы прослеживается преобладание материальных, утилитарных, содержательных мотивов, а также мотива престижа над познавательными, социальными, творческим, моральными и эстетическими. Это показывает, что мотивы, связанные эстетикой и красотой, творчеством или требующие открытий, не являются для данной группы первостепенными. Мотивы связанные с желанием получить материальные блага, стремлением овладеть престижной профессией, желанием путешествовать и стремление к овладению профессией несложного содержания значимы для данной группы испытуемых.

ЛИТЕРАТУРА

1. Коньшина Т.М., Пряжников Н.С., Садовникова Т.Ю. Личная профессиональная перспектива современных российских старших подростков: ценностно-смысловой аспект // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 2018. № 3. С. 37—59. doi:10.11621/vsp.2018.03.37
2. Леонтьев Д.А. Системно-смысловая природа и функции мотива // Вестник Московского университета. Сер. 14. // Психология. - 1993.- № 2. - С. 73-82.
3. Годфруа Ж. Что такое психология? / Годфруа Ж. - М.: Просвещение, 1992. - 456 с.

4. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. - 2-е изд. - СПб.: Питер; М.: Смысл, 2003 - 860 с.
5. Зотова, С. С. Самоопределение и профессиональная ориентация обучающихся: учебно-методическое пособие / С. С. Зотова ; составитель С. С. Зотова. - Глазов : ГГПИ им. Короленко, 2018. - 59 с.
6. Смоленкова В.А., Шпагина Е.М. Вопросы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения несовершеннолетних с отклоняющимся поведением в трудах отечественных психологов [Электронный ресурс] // Психология и право. 2023. Том 13. № 4. С. 95–114. DOI: 10.17759/psylaw.2023130408.
7. Авдоница, Н.С. К проблеме определения компонентов структуры профессиональной идентичности / Н.С. Авдоница // Вестник Омского государственного педагогического университета. Гуманитарные исследования. - 2017. - № 3. - С. 127-131.
8. Шилова Н.П. Взросление в представлениях современных юношей и девушек [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2023. Том 12. № 3. С. 163–172. DOI: 10.17759/jmfp.2023120315.
9. Елфутина Л.А. Особенности профессионального самоопределения современных подростков: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. М., 2007. 21 с.
10. Чеснокова О.Б., Чурбанова С.М., Молчанов С.В. Профессиональное самоопределение в юношеском возрасте как структурный компонент будущего профессионализма: социокогнитивные и креативные факторы // Культурно-историческая психология. 2019. Том 15. № 4. С. 109–118. DOI: 10.17759/chp.2019150411

THE DOMINANT MOTIVES OF PROFESSIONAL CHOICE AMONG SCHOOL GRADUATES

Kalyuzhnaya P.V., Artemyeva G.N.

The article presents an analysis of the dominant motives of professional choice among school graduates. For the purpose of empirical research, the "Methodology for determining the main motives for choosing a profession" by E.M. Pavlyutenkova was used. As a result, it was found that graduates of secondary schools have a predominance of material, utilitarian, meaningful motives, as well as the motive of prestige over cognitive, social, creative, oral and aesthetic ones. Motives related to the desire to obtain material benefits, the desire to master a prestigious profession, the desire to travel and the desire to master a profession of simple content are significant for this group of subjects. This shows that motives related to aesthetics and beauty, creativity or requiring discoveries are not paramount for this group.

Keywords: motive for choosing a profession, early youth, material motives, prestige motives, utilitarian motives, cognitive motives.

УДК 159

РОЛЬ ПЕРВОГО УЧИТЕЛЯ В СТАНОВЛЕНИИ ЛИЧНОСТИ И ФОРМИРОВАНИИ ЖИЗНЕННЫХ ЦЕННОСТЕЙ УЧАЩИХСЯ

Боровицкая Юлия Витальевна

К. п. н. доцент кафедры педагогики, психологии и социальной работы, ФГАОУ ВО «Волгоградский государственный университет»,
Волгоград

E-mail: heida@mail.ru

Лобачева Анна Сергеевна

Студент направления «психология»,
ФГАОУ ВО «Волгоградский государственный университет»,
Волгоград

E-mail: lobacheva.anna01@mail.ru

Данная работа ориентирована на изучение роли первого учителя в жизни человека, его влияния на становление системы нравственных ценностей личности. Авторы анализируют значение деятельности учителя начальной школы в обучении и воспитании. Кроме того, в публикации определяются наиболее важные свойства и качества личности первого учителя, а также способы коммуникации с обучающимися которые позволяют в дальнейшем формировать такие модели поведения, которые эффективны в нестандартных, проблемных и даже экстремальных ситуациях.

Публикация включает в себя исследование различных точек зрения на личность и профессиональную деятельность учителя, а также особенности взаимодействия с учениками и важность влияния этого на становление личностных особенностей младших школьников, а также определяется специфика построения общения с различными возрастными категориями.

Целью исследования необходимо определить конкретизацию роли первого учителя в становлении личности учащихся и формировании их жизненных перспектив, ценностных ориентаций и нравственных качеств. Объектом данной работы является воспитательный процесс в начальной школе, предметом- воздействием первого учителя на учащихся.

В статье изучаются особенности взаимодействия педагога с обучающимися, предоставляются рекомендации по оптимизации педагогической деятельности.

Ключевые слова: первый учитель, личностные особенности, специфика коммуникации, начальная школа, нравственные ориентиры, система ценностей, педагогическое воздействие

Актуальность исследования

Актуальность данной работы определяется значимостью педагогического воздействия учителя начальной школы на становление личности обучающегося. Значимость общения с учителем, возможность обучения новым знаниям и навыкам подчеркивается в работах различных

исследователей, в том числе, классиков отечественной педагогики и психологии (К. Д. Ушинский, Л. С. Выготский и пр.).

Личностные особенности педагога, а также особенности коммуникации в начальной школе являются первоосновой для формирования системы ценностей и нравственных ориентиров у учащихся начальной школы. Для этого необходимо выявить специфику свойств и качеств педагога, обозначить ключевые факторы, влияющие на организацию учебной и воспитательной работы

В данной работе необходимо определить конкретизацию роли первого учителя в становлении личности учащихся и формировании их жизненных перспектив, ценностных ориентаций и нравственных качеств. Объектом данной работы является воспитательный процесс в начальной школе, предметом- воздействие первого учителя на учащихся.

Для достижения поставленной цели необходимо решить ряд исследовательских задач:

1. Конкретизировать моральные и нравственные качества учителя и определить их влияние на личность ребенка;
2. Выявить взаимосвязь между восприятием младшими школьниками образа первого учителя и формированием у них системы ценностей;
3. Разработать рекомендации по оптимизации взаимодействия педагогов и учащихся начальной школы.

Краткий обзор исследований.

Исследованиям по теме работы посвящены публикации таких отечественных авторов как Л. С. Выготский, К. Д. Ушинский, М.А. Анаев, Л.А. Таова и др.

Нам интересны труды Н. К. Пригариной, Н.В. Горбуновой, отражающие специфику профессиональной деятельности учителя, его свойств и качеств, а также О. Д. Фёдорова, Е. И. Казаковой и Е. М. Сатановской, говорящих о новых социальных ролях и функциях, которые выполняют современные педагоги.

Материалы и методы исследований

Основным методом нашей работы является теоретико-методологический анализ источников по данной тематике, а также исследование различных точек зрения, изучающих влияние первого учителя на становление личности человека.

По окончании работы мы делаем авторские выводы о возможности оптимизации воспитательного процесса в начальной школе, необходимости профессионального и личностного самосовершенствования педагога и развития его умений передачи опыта подрастающему поколению.

Особое внимание акцентируется на ситуациях педагогического взаимодействия нестандартного характера, для решения которых необходим определенный уровень самосознания, а также личностного развития.

Результаты и их обсуждение.

Моральные и нравственные качества учителя и их важность для развития личности ребенка. Педагогическая преемственность является одним из важнейших понятий в педагогике и в психологии профессиональной деятельности. Она предполагает сохранение и передачу педагогического опыта, знаний и традиций от опытных педагогов к молодым

специалистам, воспитание желаемых качеств, воздействие на всех субъектов процесса воспитания.

Помимо педагогических знаний, передаваемых от поколения к поколению специалистов, каждый педагог передает свои личностные качества, именно своим ученикам. Нужно отметить, что каждый из нас, перенимает частичку своего наставника, пронося ее через всю жизнь, при этом помня имя своего первого учителя.

Во-первых, первый учитель обычно является одним из первых авторитетных и важных людей, с которыми мы сталкиваемся в своей жизни. Важно отметить, что отношения, которые учитель выстроит с ребенком, с большой вероятностью окажутся определяющими для его будущих отношений с окружающим миром. По мнению Выготского, именно через взаимодействие с первым учителем ребенок осваивает различные навыки и умения, а также формирует свою индивидуальность и самосознание. Выготский подчеркивал важность коммуникации и взаимодействия между ребенком и его первым учителем.

Константин Дмитриевич Ушинский делал попытку поднять авторитет учителя, показав его огромную общественную роль. Он представил яркий образ народного учителя и сформулировал основные требования к нему. Прежде всего, К.Д. Ушинский утвердил мысль о том, что учитель – самый важный элемент в педагогическом процессе: «...влияние личности воспитателя на молодую душу составляет ту воспитательную силу, которую нельзя заменить ни учебниками, ни моральными сентенциями, ни системой наказаний и поощрений».

Кроме того, первый учитель играет важнейшую роль в формировании у человека различных навыков, не только учебных, но и общественных. Многие люди сохраняют ценные уроки, которые им передал первый учитель, на протяжении всей своей жизни.

Заслуживает внимания и заслуга учителя на формирования нашей самооценки. Невероятно ценно, заручиться поддержкой и верой в себя, в самом раннем возрасте. Поощрение со стороны первого учителя формируют в нас самоуважения и полную уверенность своих способностях. Все эти факторы в совокупности могут привести к зарождению сильнейших качеств человека.

Авторитет может зависеть от способности устанавливать доверительные отношения с учениками, проявлять заботу и эмпатию, быть справедливым и последовательным в своих действиях. Выготский подчеркивал важность коммуникации и взаимодействия между ребенком и его первым учителем.

Важным аспектом является также способность быть образцом для учеников, демонстрируя высокие моральные и этические принципы. Заострим внимание на этом, так как правильно выстроенная модель поведения, обязательно закладывается в подрастающем поколении.

Конечно, любое влияние может быть укреплено или ослаблено в зависимости от того, какую роль и значение данному учителю придают ученики и родители.

Значимость личности первого учителя подчеркивается в работах различных исследователей-классиков отечественной науки Л. С. Выготского, К.Д. Ушинского, современных авторов- Т.С. Аветисян, А.А. Костенко, Н. К. Пригариной и пр.

Т. С. Аветисян [1] определяет учителя в качестве ключевой фигуры, которая имеет максимальное влияние на обучающегося начальной школы. Именно младший школьный возраст, как подчеркивает данный автор,

считается наиболее благоприятным для педагогического воздействия. Учащиеся имеют личностный и интеллектуальный потенциал, который необходимо развивать, и педагог в этом – ключевое звено. То, что видит ученик в личности и деятельности учителя, откладывается в подсознании и оказывает значительное влияние на коммуникацию со сверстниками, взрослыми, дальнейшее определение жизненных перспектив.

Учитель, воспитывая и обучая, организует специальное пространство, условия, в которых детям комфортно и деятельность становится эффективной. Таким образом, говоря о силе педагогического воздействия, важно понимать важность моральных и этических качеств учителя, умения развивать творческие способности обучающихся.

Среди основных наиболее значимых качеств учителя необходимо выделить открытость, коммуникабельность, целеустремленность, наличие устойчивой системы морально- нравственных установок, а также этические устои, которые отражают общечеловеческие ценности.

Такие авторы как Т. С. Аветисян [1], М.А. Анаев, Л.А. Таова [2] и пр. выделяют ряд основных направлений, в которых необходимо осуществлять психолого-педагогическое воздействие на обучающихся. В данном случае речь идет не столько об обучении, сколько о формировании свойств и качеств личности, которые в дальнейшем могут быть основой накопления личностного и социального опыта, успешного вхождения в профессиональную деятельность.

Среди основных направлений психологического воздействия необходимо выделить:

- формирование адекватной самооценки и высокого уровня самопритязаний, что позволяет ребенку сопоставлять свои возможности и желания, устремления;

- создание в классе благоприятного психологического климата, что позволяет обучающимся обрести уверенность в себе, учиться выстраивать коммуникацию, реагировать на проблемы, а также организовывать творческое взаимодействие со сверстниками и взрослыми;

- развитие креативных способностей у обучающихся необходимо для формирования навыков адаптации в различных ситуациях, умений адекватно оценивать различные ситуации и находить решения различных проблем.

Все это немаловажно для становления полноценной личности и закрепления социальных навыков обучающихся.

Взаимосвязь между восприятием младшими школьниками образа первого учителя и формированием у них системы ценностей

Как мы уже отмечали ранее, младший школьный возраст является наиболее сензитивным для восприятия информации, обучения и педагогического воздействия на личность.

По мнению Н. В. Горбуновой и О. И. Игнатовой, профессиональная компетентность первого учителя обуславливает не только высокий уровень академических знаний по различным дисциплинам (многопрофильность), но также и определенное взаимодействие с обучающимися, специфику коммуникации. Это обусловлено тем, что первый учитель формирует мировоззрение младшего школьника, открывает для него мир, показывает те модели поведения, которые будут максимально эффективными в конкретных ситуациях. Учитель начальных классов должен быть в состоянии объяснить ученикам факторы возникновения различных событий, причинно-следственные связи между поступками людей и их последствиями. Кроме коммуникативной компетентности, данный педагог должен иметь комплекс

личностных свойств и качеств, которые позволяют ему заниматься воспитанием. Те знания, которые учитель несет своим ученикам, основы нравственного воспитания, на всю жизнь остаются в памяти учеников и являются концептуальной основой для становления гармонично развитой личности.

Современный учитель, который говорит «на одном языке» с обучающимися, имеет максимальное воздействие на обучающихся, показывая своим примером то, как необходимо действовать в определенных ситуациях, реализуя принципы взаимопомощи, выручки.

Пример педагога является главным для младших школьников, т.к. наряду с родителями для них он является значимым взрослым и все мысли, чувства, действия могут рассматриваться как эталоны для подражания.

То, как оценивает учитель школьников, их деятельность не только в плане формальных отметок, но и морально- нравственных ориентиров, влияет на все сферы жизнедеятельности ребенка- учебную, коммуникативную, бытовую. Поэтому, как подчеркивают М.А. Анаев и Л.А. Таова, оценивать необходимо профессионально, корректно, чтобы не нанести психологическую травму ребенку. Ведь подобное оценивание имеет основной целью формирование уверенности в себе, адекватной самооценки, и конечно, же получение правильного представления об уровне своих знаний и о том, какие навыки еще необходимо приобрести.

Первый учитель является важным образом в жизни младшего школьника, и безусловно все его действия ориентированы на развитие не только когнитивной сферы обучающихся, но также их морально-нравственной сферы и обретение уверенности в себе. Ценности, которые он транслирует ученикам, являются ориентирами в жизни, отражают личностное отношение к морально- этическим нормам и формируют общность с социумом. Это позволяет формировать адаптивные механизмы у обучающихся и активизировать личностный потенциал.

Рекомендации по оптимизации взаимодействия педагогов и учащихся начальной школы.

На основе проведенной нами работы хотелось бы предложить рекомендации, которые помогут учителям выстроить оптимальные эффективные взаимоотношения с учащимися и организовывать комфортное воспитательное пространство.

В первую очередь необходимо говорить о развитии тех личностных качеств, которые помогут учителю развиваться как личности, как профессионалу. И это не только формальное обучение, повышение квалификации. В первую очередь, это касается приобретения социального, профессионального опыта, а также повышения мотивации саморазвития у педагога.

Также очень важно организовывать комфортное учебно-воспитательное пространство для того, чтобы и ученики, и учителя могли не только получать (передавать) знания, но и свободно общаться на актуальные темы, получать необходимые ответы и тот бесценный опыт, который впоследствии будет необходим в жизни.

Построение коммуникации с каждым ребенком отдельно, со всем детским коллективом является очень важным процессом, в ходе которого формируется доверие, совершенствуются навыки общения, возможно больше узнать друг о друге.

Учитель в данном случае выступает наставником, который корректно координирует общение, помогает детям определить проблемные моменты, избегать конфликтов, либо в случае их возникновения, конструктивно

решать. коммуникативные навыки педагога постоянно совершенствуются, он учится реагировать на сложные ситуации, не только самостоятельно их решать, но и помогать обучающимся делать это самостоятельно.

Безусловно, педагогу необходимо обладать высоким уровнем знаний, чтобы делиться ими с учениками, быть авторитетом и иметь возможность отвечать на вопросы, подсказывать, помогать. Такие умения для педагога бесценны не только в плане высокого качества образования, которое он дает детям, но и в контексте воспитания у них стремления учиться, познавать новое.

Выводы и заключение

В качестве основного вывода по нашей работе необходимо конкретизировать, что авторитет первого учителя имеет важное значение для формирования позитивных отношений в учебной среде, стимулирования учебных достижений и развития личностных качеств учеников. Он оказывает глубокое и долговременное влияние на ученика и оставляет неизгладимый след в его жизни. Завершая, хочется процитировать уже упомянутого К.Д. Ушинского, его великой мыслью: «Только личность может действовать на развитие и определение личности, только характером можно образовать характер».

Говоря о личности первого учителя изначально необходимо понимать, что ее значение в становлении личности младшего школьника первостепенно- ведь ребенок много времени проводит в школе, получает новые знания и от того, как это будет происходить, насколько комфортно взаимодействие с педагогом и детским коллективом, зависит будущее человека.

Именно поэтому будущему педагогу, в особенности работающему в начальной школе. необходимо в первую очередь, задумываться о личностном развитии, совершенствовании тех свойств и качеств, которые пригодятся в работе и послужат примером обучающимся.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аветисян Т.С., Костенко А.А. Учитель как ключевая фигура в развитии творческого потенциала школьников // Экономика и социум. 2024. №3-2 (118). С. 495-498.
2. Анаев М.А., Таова Л.А. Влияние оценки учителя на самооценку младших школьников // Вестник науки. 2024. №5 (74). С. 678-684.
3. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. //М.: Просвещение/ Л.С. Выготский/ 1991.124 с.
4. Горбунова Н.В., Игнатова О.И. Особенности личностного и профессионального развития учителей начальных классов в профессиональной деятельности // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. 2019. №2 (39). С. 15-21.
5. Князев Е.А. Россия: от смуты к реформам (XVIII-XIXвв). Курс лекций. М., 2009. – 384 с.
6. Колесов В. И., Архиповская Е. П. Значение компетенций и компетентности: их цель и преемственность в современном образовательном измерении// Проектирование. Опыт. Результат. 2024.№3. С. 15-19
7. Краевский В.В. Общие основы педагогики. \ Издательский центр «Академия», 2003. 256 с.
8. Пригарина Н. К. Выявление социальных представлений о значимости роли учителя на основании анализа аудиовизуальных

медиатекстов начала ххi века // Современное педагогическое образование. 2022. №6. С. 284-287.

9. Ушинский К.Д. Моя система воспитания. О нравственности \ К.Д. Ушинский. – Изд-во АСТ, 2018. 576 с.

10. Ушинский К.Д. Педагогическая антропология: учебник \ К.Д. Ушинский. – В 2-х т. Т. 2. – Изд-во Юрайт, 2018.488 с.

11. Фёдоров О. Д., Казакова Е. И., Сатановская Е. М. Эволюция педагога: новый ролевой набор // Образовательная политика. 2019. №3 (79). С. 76-87.

THE ROLE OF THE FIRST TEACHER IN THE FORMATION OF PERSONALITY AND THE FORMATION OF LIFE VALUES

Borovitskaya Y. V., Lobacheva A.S.

This work is focused on the study of the role of the first teacher in human life, his influence on the formation of a system of moral values of the individual. The authors analyze the importance of the primary school teacher's activity in teaching and upbringing. In addition, the publication identifies the most important properties and qualities of the personality of the first teacher, as well as ways of communicating with students that allow them to further form such behaviors that are effective in non-standard, problematic and even extreme situations.

The publication includes a study of various points of view on the personality and professional activity of a teacher, as well as the peculiarities of interaction with students and the importance of this influence on the formation of personal characteristics of younger schoolchildren, and also determines the specifics of building communication with different age categories.

The purpose of the study is to determine the concretization of the role of the first teacher in the formation of the personality of students and the formation of their life prospects, value orientations and moral qualities. The object of this work is the educational process in primary school, the subject is the impact of the first teacher on students.

The article examines the specifics of the teacher's interaction with students, provides recommendations on optimizing pedagogical activity.

Keywords: first teacher, personal characteristics, specifics of communication, primary school, moral guidelines, value system, pedagogical impact.

МЕДИЦИНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

УДК 331.45:159.942.5

ПОДБОР МЕТОДОВ ДЛЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ВЗАИМОСВЯЗИ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У СПЕЦИАЛИСТОВ ТЕХНОСФЕРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Мыльникова Мария Сергеевна

Магистрант, Бюджетное учреждение высшего образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский государственный университет»

E-mail: mariamylnikova.ru@yandex.ru

Майстренко Елена Викторовна.

Доктор биологических наук, доцент,
Бюджетное учреждение высшего образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский государственный университет»

E-mail: majstrenko_ev@surgu.ru

В статье описана специфика трудовой деятельности специалистов в области техносферной безопасности, а именно специалистов по охране труда и промышленной безопасности, аргументирована необходимость проведения исследований по выявлению взаимосвязи между развитием синдрома эмоционального выгорания и уровнем нервно-психической устойчивости у данных специалистов. Предложен сбор данных информации о респонденте через формат «google forms» с возможностью анонимного анкетирования и анализа методик. В первой части формы подобран перечень вопросов анкет, с уточняющими вопросами о специфике выполняемой работы респондента, а второй части были предложены сами методики исследования: В. В. Бойко «Диагностика уровня эмоционального выгорания», К. Маслач и С. Джексон «Опросник профессионального выгорания Маслач, МВІ/ПВ», «Прогноз - 1» и «Прогноз - 2».

Ключевые слова: *техносферная безопасность, профессиональное и эмоциональное выгорание, стресс, нервно-психическая устойчивость, специалист по охране труда и промышленной безопасности.*

Актуальность исследования.

Многие специалисты в процессе своей профессиональной деятельности могут испытывать усталость, потерю энергии и интереса к выполняемой работе. К сожалению, определенный процент из них сталкивается с проблемой расстройства и деформации профессиональных и личностных качеств, определяемых как синдром эмоционального выгорания.

Эмоциональное выгорание (ЭВ) — это сложное и многогранное явление, которое активно исследуется учеными всего мира. В этих исследованиях наблюдаются значительные различия между зарубежными и отечественными подходами, что отражает глубину и многообразие этой проблематики в разных культурных и экономических контекстах.

Рассматриваемое в данной статье явление в разных исследованиях называется по-разному. Например, термин «*эмоциональное сгорание*» можно найти в работах Б. Г. Ананьева и Т. В. Форманюк. Название «*профессиональное выгорание*» можно встретить в работах Н. Е. Водопьяновой, а «*эмоциональное сгорание*» в работах В. В. Бойко. В работах В. Е. Орла представлено понятие «*психическое выгорание*» и т.д.

Краткий обзор исследований.

Изначально считалось, что эмоциональному выгоранию подвержены представители социальных профессий. На данный момент результаты множественных исследований показывают, что синдром выгорания формируется у представителей самых разнообразных профессий, даже таких, которые не связаны с повышенной коммуникацией в ходе трудовой деятельности, например, у программистов. Среди множества профессий, чьи представители подвержены эмоциональному выгоранию, следует выделить и специалистов в области техносферной безопасности, а именно специалистов по охране труда и промышленной безопасности. При изучении синдрома эмоционального выгорания мало уделяется внимания данным специалистам, несмотря на их широкую представленность. Важной особенностью направления деятельности «техносферная безопасность» является то, что специалисты этой области представлены абсолютно во всех отраслях: энергетика, строительство, нефтегазовая (и любая добывающая) отрасль, здравоохранение, образование, культура, торговля, туризм и т.д. и обеспечивают профилактику травматизма, профессиональных заболеваний работников организации, создают условия для улучшения условий труда, сохранения здоровья персонала. Для качественного выполнения ими своих непосредственных обязанностей необходимо самим специалистам в области техносферной безопасности быть в сбалансированном эмоциональном состоянии с устойчивым желанием выполнять свои профессиональные обязанности без ущерба собственному здоровью и во благо организации, в которой работают.

Считается, что развитию профессионального выгорания способствует длительное пребывание работника в условиях стресса. В связи с этим необходимо оценивать уровень нервно-психической устойчивости к стрессу, как базовой психофизиологической характеристики человека. Известны случаи, когда сами специалисты по охране труда, занимающиеся расследованием несчастных случаев со смертельным исходом, вынуждены были обращаться к психиатрам или психологам за помощью в связи с расстройствами разного уровня (нервный срыв, бессонница, депрессивные расстройства и т.д.) [2,3,4]. Предполагаем, что сотрудники организации с низким уровнем нервно-психической устойчивости более подвержены развитию выгорания, а некоторые могут быть даже профессионально непригодны. Поэтому читаем, и что исследование проблемы синдрома эмоционального выгорания специалистов по техносферной безопасности является весьма актуальным.

Феномен профессионального выгорания неразрывно связан со стрессом, который в профессиональном контексте часто связывают с дисбалансом между требованиями рабочего процесса, ресурсами,

потребностями и возможностями работника. По мере накопления стресса без адекватных механизмов адаптации или восстановления может развиваться состояние синдрома эмоционального выгорания, как совокупности 12 симптомов, каждый из которых может быть с различной степенью выраженности в зависимости от особенностей каждого специалиста [5,6]. Симптомами ЭВ являются следующие: 1. «Переживание обстоятельств»; 2. «Неудовлетворенность собой»; 3. «Загнанность в клетку»; 4. «Тревога и депрессия»; 5. «Неадекватное реагирование»; 6. «Эмоциональная дезориентация»; 7. «Расширение сферы экономии эмоций»; 8. «Редукция профессиональных обязанностей»; 9. «Эмоциональный дефицит»; 10. «Эмоциональная отстраненность»; 11. «Личностная отстраненность»; 12. «Психосоматические нарушения» [7].

Стресс в рабочей обстановке специалиста по техносферной безопасности может быть вызван множеством факторов, включая вид профессиональной деятельности, рабочий режим, конфликты с коллегами или руководством, частое взаимодействие с надзорными и контролирующими структурами, многофункциональность должностных обязанностей и отсутствие поддержки и т.п. [8,9]. Данные факторы могут привести к возрастанию тревоги, развитию нервозности, а в последствии к нервно-психической неустойчивости.

Специалисту техносферной безопасности по роду своей профессиональной деятельности необходимо тесно взаимодействовать с:

- представителями инспектирующих и надзорных организаций;
- с сотрудниками прокуратуры при несчастных случаях со смертельным исходом;
- организациями, проводящими специальную оценку условий труда и оценку профессиональных рисков;
- образовательными центрами и учреждениями, занимающимися обучением руководства и работников по требованиям охраны труда и промышленной безопасности;
- непосредственно с работниками организации при проведении инструктажей, проверок за соблюдением ими нормативных требований в области охраны труда или промышленной безопасности и др.

Это далеко не весь список. В больших организациях функциональные обязанности специалистов техносферной безопасности распределены между отдельными специалистами отделов, к примеру, службой охраны труда и службой промышленной безопасности. Данные службы обеспечивают распространение нормативных документов по всем структурным подразделениям предприятия, контролируют ознакомление всех работников с данными документами и проводят проверку на рабочих местах. Ситуация в малых организациях иначе. Когда в штате один специалист техносферной безопасности, все обязанности ложатся на его плечи по всем вопросам безопасности (охрана труда, пожарная безопасность, электробезопасность и т.д.) [10].

Таким образом, специалист по техносферной безопасности – это человек, который должен обладать широким набором профессиональных знаний и навыков. Деятельность специалистов по охране труда и промышленной безопасности представляет собой важное направление в управлении организационными процессами на предприятии или организации. Особые требования предъявляются не только к профессиональным обязанностям, но и к личностным характеристикам, среди которых выделяют: лидерские качества, профессиональную эрудированность, стрессоустойчивость, коммуникабельность, навык

разрешения конфликтных ситуаций, ответственность и принципиальность при принятии решений и т.д [11].

Материалы и методы исследований.

Исследование «эмоционального выгорания» у специалистов техносферной безопасности требует тщательной подготовки и подхода к выбору методик, формы для сбора статистических данных и критериев отбора участников.

Часто бывает так, что существуют некие условия в организации, при которых работник не хотел бы, чтобы руководство знало о его мировоззренческой позиции, мнении о работе, его личном видении тех процессов, которые существуют в организации. Поэтому часто сотрудники не идут на открытое анкетирование. В связи с этим предлагается применять возможность анонимного анкетирования через «google forms», использование которых позволяет обеспечить анонимность и конфиденциальность, а значит большую открытость и откровенность при предоставлении информации респондентами. Для сбора анкетных данных предлагается включать следующие вопросы:

- «Псевдоним» (при желании фамилию, имя, символ и т.п. с целью идентификации данных одного и того же человека при обработке и интерпретации результатов);

- Пол (специалисты в области техносферной безопасности могут быть как женского пола, так и мужского);

- Возраст в годах (могут существовать отличия в мировосприятии на различных возрастных этапах зрелости и отражаться на степени формирования эмоционального выгорания);

- Отрасль работы (респонденты могут быть из разных отраслей, и важно оценить, как определенная сфера деятельности и условия труда могут повлиять на процесс выгорания);

- Стаж по профессии (период профессиональной деятельности может сказываться на процессе эмоционального выгорания);

- Специальность (должность) в области охраны труда и промышленной безопасности (важна конкретизация, поскольку имеются существенные отличия в специфике работы разных специалистов техносферной безопасности);

- Выполняемые функции (важна конкретизация, поскольку у многопрофильного специалиста техносферной безопасности в большой организации может быть и суженный функционал, например, только вопросы специальной оценки условий труда, либо только средства защиты. Таким образом специалист может выполнять как конкретные задачи, так и функции целого отдела);

- Сложные задачи в профессиональной деятельности (специалисту предлагается написать 1-3 предложения в свободной форме, как свое личное мнение).

Сначала в «google forms» предлагается респондентам общая информация о цели и необходимости исследования для выявления возможных симптомов профессионального выгорания и его зависимости от уровня нервно-психической устойчивости. Далее предлагаются поочередно вопросы анкеты в автоматическом режиме, которые выше были представлены и пояснены. Далее респондентам предлагается пройти опрос по методикам определения эмоционального выгорания и нервно-психической устойчивости.

В качестве валидных методик исследования эмоционального выгорания предлагается применять методику В. В. Бойко «Диагностика уровня эмоционального выгорания», а также предлагается для подтверждения достоверности результатов применять параллельно методику К. Маслач и С. Джексон «Опросник профессионального выгорания Маслач, МВІ/ПВ» с последующим нахождением корреляции между полученными результатами по обоим тестам. Для диагностики уровня нервно-психической устойчивости предлагаются анкеты «Прогноз – 1» и «Прогноз – 2».

Традиционной методикой оценки уровня эмоционального выгорания считается тест «Диагностика уровня эмоционального выгорания» отечественного доктора психологических наук и профессора Виктора Васильевичем Бойко в 1996 году. Методика представляет из себя тест-опросник из 84 утверждений, предназначенных для диагностики синдрома профессионального выгорания. В предложенных суждениях опросника необходимо выбрать ответ, если согласен с данным утверждением «да», а если не согласен «нет». Благодаря данной методике можно определить возможные фазы стресса «напряжение», «резистенция», «истощение» и ведущие симптомы выгорания.

Предлагаемая вторая анкета для выявления эмоционального выгорания это одна из популярных зарубежных методик К. Маслач и С. Джексон «Опросник профессионального выгорания Маслач, МВІ/ПВ», которая состоит из 20 утверждений. Требуется, внимательно прочитать утверждение и решить, как часто респондент испытывает чувства, перечисленные в тесте-опроснике. Для интерпретации результатов предложена трехфакторная модель эмоционального выгорания, включающая три шкалы: «Эмоциональное истощение», «Деперсонализация» и «Редукция профессиональных достижений». Данный метод удобен тем, что он прост в прохождении испытуемым и удобен в расчетах. Индекс синдрома выгорания базируется на комбинации трех основных факторов и определяется по формуле.

Стресс на рабочем месте, возникающий по причине усталости и перегрузки персонала на работе, безусловно, способен провоцировать негативные эмоции на фоне физического и морального истощения.

Анкета оценки нервно-психической устойчивости «Прогноз-1» впервые была разработана в Ленинградской военно-медицинской академии в 1986 году кандидатом психологических наук Барановым Ю. А. и предназначена для выявления нервно-психической устойчивости, риска дезадаптации человека в стрессовых ситуациях. Рекомендуется при подборе лиц, пригодных для работы в экстремальных условиях.

Анкета «Прогноз-2» является улучшенной версией «Прогноза-1». Вторая версия анкеты была разработана доктором психологических наук Рыбниковым В. Ю. Методика основана на проведении теста, позволяющего выявить отдельные признаки личностных нарушений.

Оба теста представляют собой опросники из 86 вопросов, включающие в себя две оценивающие шкалы: уровня нервно-психической устойчивости (НПУ) и искренности. Обследуемому предлагается оценить степень своего согласия и несогласия с утверждениями, которые касаются его состояния и поведения.

Данные методики «Прогноз-1» и «Прогноз-2» помогут оценить вероятность возникновения нервно-психических срывов, а также оценить вероятность их развития и проявлений в поведении и деятельности человека, определив уровень нервно-психической устойчивости или неустойчивости.

Результаты и их обсуждение.

Далее полученные данные по результатам всех пройденных тестов предлагается подгрузить в google-forms к ответам на предыдущие вопросы анкеты, в последующем обрабатывать, анализируя степень развития фаз и симптомов развития эмоционального выгорания в зависимости от возраста, стажа работы по профессии, пола работников, отрасли, в которой работают. Также требуется выявление корреляции между уровнем нервно-психической устойчивости (неудовлетворительная, удовлетворительная, хорошая и высокая) и сформированностью отдельных симптомов эмоционального выгорания.

Выводы и заключение.

Таким образом, предложенный комплексный подход для исследования взаимосвязи синдрома эмоционального выгорания и нервно-психической устойчивости у специалистов техносферной безопасности может способствовать определению ряда закономерностей, характерных для рассматриваемой профессиональной группы специалистов. Получив полную картину интерпретации результатов состояний исследуемых, можно будет предложить рекомендации как каждому отдельному специалисту, так и руководству организации по внедрению профилактических мер, способствующих снижению уровня выгорания, а также ориентированных на психологическую поддержку и повышение общего эмоционального благополучия специалистов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Понуровский В.А., Заиченко О.А., Климова Е.А. Проблема эмоционального выгорания специалистов по охране труда // *Техносферная безопасность и электротехнологии апк.: материалы трудов научной конференции.* — Новосибирск, 2023. — С. 70 — 79.
2. Кириенко А.А., Конышева А.А., Основные подходы к изучению стресса и стрессоустойчивости в психологической науке. // *Социально-гуманитарные инновации: стратегии фундаментальных и прикладных научных исследований: материалы Всероссийской научно-практической конференции (с международным участием).* — Оренбург, 2021. — С. 165 — 171.
3. Майстренко Е.В., Майстренко В.И., Проблема эмоционального выгорания специалистов по охране труда // *Общество: социология, психология, педагогика.* — 2018. — № 11/2018. — С. 47 — 52.
4. Мерзлякова Д.Р., Профессиональное «выгорание» специалистов по охране труда // *Менеджмент безопасности жизнедеятельности: перспективы развития и проблемы преподавания: материалы III открытой Республиканской научно-практической конференции.* — Гомель, 2021. — С. 77 — 80.
5. Гончарова А. Г., Могилевская Г.И., Проблема профессионального выгорания специалистов по охране труда // *Modern Science Научно-информационный издательский центр «Институт стратегических исследований».* Москва. — 2020. — №11-1/2020. — С. 342 — 345.
6. Хайдаров Н.К., Раманова Д.Ю., Кахарова А.Л. Синдром эмоционального выгорания как проявление профессиональной деформации личности // *«Интернаука»: научный журнал.* — 2021. — № 22(198) — С. 71 — 73.

7. Гони́на. О.О., *Практикум по общей и экспериментальной психологии*. — М.: Флинта, 2019 Флинта М.:, 2014. — 542 с.
8. Мерзлякова Д.Р., Мирошниченко А. А., Влияние на безопасность труда профессионального выгорания и депрессии, их комплексная профилактика // *Безопасность труда в промышленности*. — 2020. — № 8/2020. — С. 68 — 73.
9. Перов Е.В. Эмоциональное выгорание работников на производстве // *Социальные и экономические системы*". — 2020. —№ 4(16). — С. 101 — 120.
10. Сошина Н.Л. Психологические аспекты подготовки специалистов в области техносферной безопасности к действиям в аварийных и чрезвычайных ситуациях // *Научно-аналитический журнал "Вестник санкт-петербургского университета государственной противопожарной службы МЧС России"*. — 2021. —№ 4/2021. — С. 144 — 154.
11. Гарданова Ж.Р., Кектеева Ю.И, Профессиональное выгорание как явление личностной деформации специалиста: анализ психологических исследований. // *Среднее профессиональное образование*. — 2021. — №11/2021. —С. 47— 50.

SELECTION OF METHODS FOR STUDYING THE RELATIONSHIP OF EMOTIONAL BURNOUT SYNDROME AND NERVO-MENTAL STABILITY IN TECHNOSPHERE SECURITY SPECIALISTS

Mylnikova M.S., Maistrenko E.V.

The article describes the specifics of the work activities of specialists in the field of technosphere safety, namely specialists in labor protection and industrial safety, and argues for the need to conduct research to identify the relationship between the development of burnout syndrome and the level of neuropsychic stability in these specialists. It is proposed to collect data about the respondent through the "google forms" format with the possibility of anonymous questioning and analysis of methods. In the first part of the form, a list of questionnaire questions was selected, with clarifying questions about the specifics of the respondent's work, and the second part proposed the research methods themselves: V. V. Boyko "Diagnostics of the level of emotional burnout", K. Maslach and S. Jackson "Professional burnout questionnaire" Maslach, MBI/PV", "Forecast - 1" and "Forecast - 2".

Key words: technosphere safety, professional and emotional burnout, stress, neuropsychic stability, occupational health and industrial safety specialist.

УДК 159.9

КЛИНИЧЕСКИЙ СЛУЧАЙ ИЗ ПРАКТИКИ РАБОТЫ С ПОДОПЕЧНОЙ С АЛЕКСИТИМИЕЙ, ИМЕЮЩЕЙ АГРЕССИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Храмова Алена Александровна,

Студент, кафедра психологии, направление: клиническая психология, БУ ВО ХМАО-Югры «Сургутский государственный университет», Волгоград

E-mail: tra960@mail.ru

Родермель Татьяна Алексеевна,

Зав. кафедрой психологии, канд. филос. наук, доцент, БУ ВО ХМАО-Югры «Сургутский государственный университет», г. Сургут

В данной статье нами рассматриваются психодинамические модели, которые предполагают явления изучаемого нами феномена, как вторичного нарушения, возникающего в детстве и развивающегося на протяжении всей жизни. Алекситимия о которой пойдет речь будет выступать защитным механизмом, способом избегания угнетающе большого количества негативных эмоций, например, в семьях с алкоголизированными членами семьи или жестоким обращением. Агрессивное поведение в таком случае может трактоваться как следствие подавляемых эмоций. В работе представлен практический опыт, который заключен в протоколы консультативных сессий, диагностические материалы, используемые в работе с клиентом.

Проанализирован ход работы с клиническим случаем и психологическое обследование. В работе с пациентом проведена рефлексия, в заключении статьи сделан вывод, который позволил увидеть улучшение жизненного пространства клиентки.

Ключевые слова: алекситимия, агрессивное поведение, детско-родительские отношения, психологическое консультирование, компенсация, диагностический инструмент, фрустрация, психотравма, личностное развитие, социальное опосредование.

Актуальность исследования.

Представленный практический материал является достаточно востребованным в современном молодежном сообществе. Многие молодые люди страдают от теплоты во взаимоотношениях, особенно в семейной среде. Отсутствие или утрата родственных связей сказываются на формировании отсутствия или неумения проявлять эмоциональность, а также, недостаточное умение строить дружеские отношения. Многие проблемы возникают при создании молодых семей. Поэтому, наша работа поможет сориентироваться молодым людям в траектории развития и возможности найти поддержку. Молодые люди не одиноки, и возникшая подобная ситуация может быть решена.

Краткий обзор исследований (литературы).

В данной работе мы опираемся на термин алекситимия (а – отсутствие; *lexis* – слово; *thymos* – эмоция), который был впервые официально представлен общественности французским учёным Питером Эмануилом Сифнеосом в семидесятые годы двадцатого века. В своей опубликованной работе он обобщил полученный опыт с психосоматическими больными пациентами и выявил ряд замеченных закономерностей, заключающихся в следующем: сложности понимания как собственных чувств и последующее их описание, прагматичный склад ума, недостаток аффективного опыта, скудность воображения и слабый уровень эмпатии к окружающим.

Дальнейшее рассмотрение клинического случая будет связано с гипотезой дефицита алекситимии. В основе этой трактовки лежит застревание на ранней стадии развития поведение, объясняется подобное положение тем, что алекситимики в большинстве своем пользуются незрелыми формами психологических защит психологических защит – проективная идентификация, отрицание, что характерно для плохо структурированного (преневротического) уровня развития психики.

Рассматриваемый стиль родительского воспитания в нашей работе играет далеко не последнюю роль. Подобное поведение формируется в семьях, где родители очень часто подавляли чувства детей, где доминировало «холодное» отношение между членами семьи, а может и наоборот – преобладала гиперопека. Недостаток дифференциации «субъект-объект» так же относится к данной гипотезе, т.к. в результате происходит идентификация с объектом и человек существует только благодаря другому человеку (как правило, значимому взрослому).

Далее, нами представлен алгоритм работы с алекситимией, где используется несколько тестовых и проективных методик.

Началом в работе послужил запрос от девушки, у которой были сложности с межличностными отношениями. После того, когда сформировали истинный запрос, нами была построена стратегия сессии для организации помощи подопечной совладать и «исправить» окружающих людей, которых она считала «раздраженными по отношению к себе». Самой подопечной N. зачастую было сложно описать свои текущие чувства, также она подтвердила периодические сложности в эмпатии, что осложняло ее положение в рабочем коллективе. Далее, мы продемонстрируем преобразование запроса из манипулятивного в истинный по ходу консультации.

В работе мы рассмотрели возможность компенсации искаженных детско-родительских отношений через развертывание ориентировки в продуктивной коммуникации.

Представляем практический опыт работы, который помог в ходе консультативного приема собрать анамнез: подопечная Д., 20 лет, не замужем.

При проведении клинической беседы подопечная продуктивному контакту доступна, в месте, времени и собственной личности ориентирована. Девушка легко вступает в контакт, на вопросы отвечает в плане заданного, цель высказывания не теряет. На протяжении беседы меняет несколько поз, проявляет высокую подвижность в теле, жестикуляция выражена значительно. Голос по темпу – ускоренный, тональность голоса – громкая, в ходе беседы наблюдаются повышения тембра голоса. На первой встрече наблюдаются короткие смешки, отмечается быстрое покраснение щек и ушей, что может свидетельствовать о смущении, с которым она быстро совладевает. Речь не нарушена. Фон настроения ровный, с тенденцией к

истерическим реакциям. Склонна находиться в центре внимания, демонстративна. В ходе первых консультаций подопечная могла опаздывать на заранее назначенные встречи, при этом внимательно наблюдая за реакцией, после чего подчеркнуто театрально ругала и укоряла саму себя. В ходе беседы пытается контролировать собственные эмоциональные реакции. При повышенной раздражительности и частом недовольстве чем-либо стремится их подавить, но внутреннее напряжение от этого только усиливается.

Получает высшее образование в области технических наук. Проживает вместе с родителями, находясь на их попечении. Из хобби перечисляет программирование и графический дизайн. Родилась старшим ребенком в семье, имеет двух младших братьев. Детское развитие проходило без особенностей, дошкольное учреждение девушка не посещала.

Материалы и методы исследований.

Для уточнения личностной характеристики были использованы, следующие методики: Торонтская шкала алекситимии, Тест агрессивности (Л. Г. Почебут), «Тест фрустрационных реакций» (С. Розенцвейг), методика «Линия жизни».

В ходе работы нами были получены результаты и проведен качественный анализ:

1.) В качестве диагностического инструмента подопечная прошла тест агрессивности (Л.Г. Почебут), набрав высокие шкалы вербальной и эмоциональной агрессии, что соответствовало ее рассказу. В ситуации конфликтов, где подопечная склонна проявлять агрессию, ей характерен смешанный тип реагирования — стремление к рационализации и одновременно к вытеснению имеющихся проблем с повышенной устойчивостью эмоционально окрашенных переживаний.

2.) Далее, проведя «Тест фрустрационных реакций» С. Розенцвейга, результаты показали недостаточную адаптированность к социальному окружению, во фрустрационных ситуациях преобладает идея препятствия. Показатели свидетельствовали о склонности к самоутверждению, проявляемой в ситуациях обвинения. Невротический характер таких реакций обнаруживается в защитных механизмах по типу вытеснения и отрицания, склонности занимать оборонительную позицию своего «Я». Подопечная имеет черты эмоциональной незрелости и вместе с тем склонность к рационализации. Несколько раз прослеживается нереализованная потребность во взаимодействии с нарастанием тревоги. Все это сочетается с трудностями самостоятельного конструктивного разрешения конфликтных и проблемных ситуаций как с непосредственным отреагированием возникающего напряжения, так и занятием конформной позиции и принятия.

3.) Была проведена методика Life-Line отношений, в ходе которой:

– Положительные события в жизни подопечной часто были связаны с животными, так девушка отметила на графике (+9), когда каталась и гладила скаковую лошадь. Девушка описывала это событие как «ощущение безмерной и безвозмездной любви», которое впечатлило ее, когда ей было 10 лет.

– Также она часто отмечала на своем графике младших братьев и их первые достижения, как радостное событие для себя, это (+7) «когда брат сделал лично для нее подделку из дерева», или (+8) «брат защитил меня при родственниках на застолье». Девушка очень привязана к своим братьям

и во взрослой жизни испытывает тоску по ним, в то время как чувства к родителям обозначить как-либо затрудняется и по началу даже отказывается. По ее словам, ей не хватает ощущения нужности.

– Положительных событий, касательно собственной реализации или хобби, у подопечной не оказалось. Это было новой осознаваемой потребностью, что в связи с новым периодом жизни ей нужно что-то личное, «только свое и для себя».

– Отрицательные события были связаны чаще всего со старшими поколениями в семье, где она получала частую критику в свой адрес или двойные послы, обозначить которые не могла. К примеру, в 14 лет на свой день рождения ее поздравляли мама и папа, которые в одном сообщении успели мягко принизить её за недостатки и тут же посочувствовать ей, совсем забыв про пожелания. Она обозначила это событие как (-10), и обиду на эту ситуацию проговаривала шепотом, сгорбившись.

– Также многие отрицательные события были связаны с неудачным опытом поведения в обществе, где конфликты она воспринимала сразу как личное оскорбление, а не как особенность восприятия человека или случайное недопонимание. К примеру, в 19 лет подопечная очень сильно поругалась с преподавателем, который неправильно прочитал ее фамилию. Она отметила это событие как (-6) и была уверена, что здесь была замешана личная неприязнь. После того, как на перемене преподаватель лично принес извинения, девушка оказалась в замешательстве своих чувств. Тогда она впервые задумалась о том, что возможно не всегда верно понимает людей.

Результаты и их обсуждение.

В конце написания линии жизни, подопечная начала самостоятельно задавать вопросы самой себе, которые до этого уже получала от близких, но не прислушивалась к ним. В процессе методики происходила динамика процесса, поскольку взгляд со стороны на себя же побуждал активную рефлексию и децентрацию. Появились такие высказывания как «почему это было именно так?», «мне это никогда не нравилось», «зачем я нервировала себя этим».

Осознав ограниченность своей линии жизни, подопечной не понравилось это, цитируя с ее слов «во мне нет меня» и постепенно происходила трансформация запроса от:

1.) Что делать с людьми, которые раздражают? (направленность вопроса больше на изменение других, окружающие как нападающие, а у подопечной позиция жертвы)

2.) Почему они так бесят? (здесь была попытка найти свои уязвимые места и отгородиться от них, «перестать быть слабой», «лишние чувства»)

3.) Почему я нападаю? (на этом этапе девушка начала вести дневник самонаблюдения, повысилась концентрация на самой себе, а не окружающих, фокус внимания сместился)

4.) Кто я?

Последний вопрос «Кто я?» и был заключительным запросом, здесь мы ставим задачу личностного развития, которое соответствовало юношескому новообразованию, но не было пройдено в свое время. Появилась трудность общения с родителями, пусть и на расстоянии, поскольку девушка начала учиться отстаивать свое право на мнение. Здесь была опасность перейти на другую крайность отрицательной самоидентичности, свойственной также в подростковом возрасте, когда ребенок ищет себя в бунтах и активных

противостояниях. Далее, мы обратили внимание на семью подопечной: их иерархию и взаимоотношения, способы воспитания и методы выражения чувств.

В ходе этой беседы удалось выяснить, что отец и мама подопечной воспитывались в таких же отстраненных семьях, и ее родители в свою очередь имеют открытый конфликт со своими родителями. Такой замкнутый семейный сценарий холодности и вражды помог привел подопечную к выводу, что определенное воспитание родителей было продиктовано не их злодейским образом, а культурно-историческими условиями.

Выводы и заключение.

Таким образом, основной причиной проблемной психологической мишени является, психотравмирующая особенность социальной ситуации развития, холодной отрешенной семьи, где в онтогенезе складывалась та система ориентиров и деструктивных установок, которая не позволяла продуктивно взаимодействовать с окружающим миром, что стало одним из факторов формирования профиля алекситимии. Во время наших консультаций анализ ситуаций переместился с эгоцентричных и культурных установок на личные вопросы, и это повлияло на системно-смысловое строение, что разрешило основной запрос подопечной и улучшило общую симптоматику. Из внешних поведенческих изменений можно отметить, что девушка пошла на групповые танцы, впервые выбрав себе не просто хобби, а общественную деятельность, что является собой социальное опосредование. Рефлексия послужила как приобретение внутреннего психологического средства, и послужило «вращиванием» новых социальных способов поведения в её систему индивидуальных форм.

ЛИТЕРАТУРА

1. Авдулова, Т. П. Психология подросткового возраста: учебник и практикум для вузов / Т. П. Авдулова. – М. : Изд-во Юрайт, 2020. – 394 с.
2. Братусь, Б. С. Общая психология на фоне знаков современности / Б. С. Братусь // Вестник Московского университета. – 2007. – №3. – С. 96-101.
3. Горобец, Е. А. Междисциплинарное изучение алекситимии / Е. А. Горобец, Р. Г. Есин, Ю. А. Вольская // Учен. зап. Казан. ун-та. – 2022. – №1-2. – С. 180-196.
4. Есин, Р. Г. Алекситимия – основные направления изучения / Р. Г. Есин, Е. А. Горобец, К. Р. Галиуллин, О. Р. Есин // Журн. неврологии и психиатрии имени С.С. Корсакова. – 2014. – № 12. – С. 148–150.
5. Искусных, А. Ю. Алекситимия. Причины и риски возникновения расстройства / А. Ю. Искусных // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. – 2015. – №6. – С. 67-72.
6. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность : учеб. пособие / А. Н. Леонтьев. – 2-е изд. – М. : Смысл : Академия, 2005. – 304 с.
7. Харламова, Г. С. Агрессия как экзистенциальная проблема/ Харламова Г. С., Фейзуллаев А. Р. // Молодой исследователь Дона. – 2020. – №3. – С. 132-143.
8. Ehring, T. The role of alexithymia in adolescent depression and anxiety / T. Ehring, A. Lyons // Journal of Youth and Adolescence – 2021. – № 50. – P. 102-111.
9. Parker, J. D. A. Alexithymia and the development of emotional regulation in adolescents / J. D. A. Parker // Clinical Psychology Review. – 2022. – № 86. – P. 101-116.

10. Taylor G.J., Bagby R.M. Examining proposed changes to the conceptualization of the alexithymia construct: The way forward tilts to the past // Psychother. Psychosom. – 2021. – V. 90, No 3. – P. 145–155.

**A CLINICAL CASE FROM THE PRACTICE OF WORKING
WITH A PATIENT WITH ALEXITHYMIA
WHO HAS AGGRESSIVE BEHAVIOR**

Khramova A. A., Rodermel T. A.

In this article, we consider psychodynamic models that suggest the phenomena of the phenomenon we are studying as a secondary disorder that occurs in childhood and develops throughout life. Alexithymia, which will be discussed, will act as a protective mechanism, a way of avoiding a depressingly large number of negative emotions, for example, in families with alcoholized family members or abuse. Aggressive behavior in this case can be interpreted as a consequence of suppressed emotions. The paper presents practical experience, which is enclosed in the minutes of consultative sessions, diagnostic materials used in working with the client.

The progress of work with the clinical case and psychological examination were analyzed. In working with the patient, reflection was carried out, the conclusion of the article concluded, which made it possible to see an improvement in the client's living space.

Key words: alexithymia, aggressive behavior, parent-child relations, psychological counseling, compensation, diagnostic tool, frustration, psychotrauma, personal development, social mediation.

ЮРИДИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

УДК 159

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИСПРАВЛЕНИЯ ОСУЖДЁННЫХ

Клопотенко Александр Григорьевич

Преподаватель кафедры физической подготовки и спорта
факультета психологии и прорабии Академии ФСИН России

E-mail: Klepton@rambler.ru

Исследование ориентировано на выявление педагогических особенностей исправления осужденных и эффективности применяемых методов. Автор анализирует специфику исправительного процесса, ориентируясь на их личностные особенности и социально приемлемое поведение.

В работе изучается педагогическая специфика процесса исправления, его цели, задачи и методы. Исследуются особенности педагогического воздействия на осужденных, а также возможности групповой и индивидуальной работы. Процесс исправления осужденных в пенитенциарных учреждениях имеет свои особенности, учитывающие специфику категории осужденных и их психолого- педагогические свойства, и качества. В работе рассматривается педагогический потенциал пенитенциарного учреждения, который используется в работе специалистами и определяется круг субъектов реализации исправительного процесса. Актуализируется вопрос педагогической подготовки сотрудников учреждений к работе с осужденными и необходимость повышения их психолого- педагогической компетентности.

Главной целью исследования определено изучение педагогических аспектов исправления осужденных. Объектом конкретизирована категория осужденных, предметом- педагогический процесс исправления.

Кроме того, автором предпринимаются попытки разработки рекомендаций по организации педагогического исправительного процесса, выбору форм и методов воздействия на осужденных. При этом основной акцент делается на межличностное взаимодействие, установление контакта и педагогику сотрудничества.

Ключевые слова: исправительный процесс, осужденные, педагогические особенности, социально адекватное поведение, правовое сознание, пенитенциарная система, профессиональная деятельность, критерии исправления.

Актуальность исследования.

Значимость исследования педагогических аспектов исправительной работы с осужденными актуализируется ее результатами. Формирование

правового сознания, мотивации социально адекватной и полезной деятельности являются одними из главнейших целей исправительной работы. Вне зависимости от возраста осужденного исправительная работа проводится с ним должна. Безусловно большое значение имеет возраст, кратность и тяжесть совершения преступлений, а также личностные характеристики человека, с которым проводится данная работа.

Основной целью исследования мы выделили изучение педагогических аспектов исправления осужденных. Объектом конкретизирована категория осужденных, предметом- педагогический процесс исправления.

Для того, чтобы достигнуть данной цели, нам необходимо выявить психолого- педагогические особенности заключенных как специфической категории населения, исходя из которых нужно подбирать формы и методы педагогического воздействия, определить приоритеты воспитательной деятельности.

Педагогический процесс, реализуемый в пенитенциарных учреждениях, необходимо рассматривать не только как обучение и воспитание, но и как становление механизмов адаптации осужденных к новым условиям, формирование мотивации к исправлению, освобождению и к новой жизни.

Кроме особенностей целей и задач очень важно понимать тот период времени, в течение которого будет проводиться исправительная работа и опираясь на данный срок, составлять план работы специалистов.

Краткий обзор исследований.

Исследованиями по данной тематике занимается достаточно большое количество исследователей, которые отражают в своих работах различные аспекты педагогической работы с осужденными. Одними из основателей пенитенциарной педагогики можно назвать И. П. Башкатова, А. В. Буданова и В. Ф. Ключкина, которые разработали концептуальные положения работы с осужденными, учета их особенностей.

Значительный вклад в пенитенциарную педагогику внесли такие ученые как М. Н. Гернет, который исследовал взаимосвязь социальных причин преступности с недостаточным воспитанием, образованием и как следствием этого, педагогической запущенностью. Другой исследователь Н. Ф. Лучинский, разработал первую систему подготовки специалистов для работы в пенитенциарных учреждениях, актуализировал вопросы педагогической компетентности.

Материалы и методы исследований.

В качестве основного метода нами использовался теоретико-методологический анализ публикаций современных авторов, посвященных общим вопросам организации исправительной работы с осужденными (Р. А. Изаксон, И. В. Пак, О. Б. Панова и др.), особенностям категории осужденных (Южанин В. Е., Горбань Д. В.), специфике пенитенциарного режима как инструмента воспитания осужденных (Э. В. Рахимова, Н. А. Тюгаева).

На конечном этапе работы мы предпринимаем попытки разработки авторских рекомендаций в контексте организации исправительной работы с осужденными.

Результаты и их обсуждение.

Категория осужденных, обладая определенными особенностями, нуждается в специальном подходе при проведении исправительных мероприятий. С одной стороны, каждый заключенный обладает

определенными личностными свойствами и качествами, коммуникативными особенностями, которые обуславливают особенности работы.

С другой- ситуация нахождения в пенитенциарном учреждении сама по себе является стрессовой, обладает определенной спецификой и конечно же, накладывает негативный отпечаток на личность осужденного. Попадая в незнакомые условия человек вне зависимости от возраста, теряет уверенность в себе, меняет социальный статус, его коммуникация трансформируется в плане приспособления к условиям учреждения и тем ролевым расстановкам в группе, которые выполняют другие заключенные.

Пространство учреждения обладает определенной ограниченностью, в нем функционирует уже сложившийся коллектив осужденных либо отдельные группы, которые являются достаточно закрытыми. На определенный период времени данные сообщества становятся для осужденного референтными и ему необходимо выработать определенные механизмы приспособления к правилам и нормам, которые установлены в данных группах. С другой стороны- необходимо ориентировать осужденных на исправление, формирование моделей социально приемлемого поведения и тех инструментов коммуникации, которые помогут ему в будущем вести полноценную жизнь.

Именно поэтому перед специалистами пенитенциарного учреждения стоит серьезная задача не только воспитания, но и обучения осужденных лиц различным механизмам взаимодействия с обществом, возможно-профорентация или решение коммуникативных проблем.

Кроме того, в пенитенциарное учреждение попадают люди различного возраста, имеющие определенный социальный (зачастую негативный) опыт и конечно же, это обуславливает необходимость дифференциации методов педагогического воздействия. В. Е. Южанин и Д. В. Горбань [11] отмечают важность классификации осужденных для понимания того, как с ними необходимо строить работу. Это позволяет разделять их на однородные группы и компоновать методы обучения в зависимости от категории. При этом необходимо от основной массы отделять тех осужденных, которые могут оказывать максимально негативное влияние на процесс исправления в силу своей антисоциальной направленности.

Данные авторы выделяют такие наиболее значимые категории как:

- осужденные, систематически нарушающие режим и те, которые характеризуются устойчивой негативной направленностью по отношению к различным мероприятиям, отрицают возможность исправления и сопротивляются любому воздействию со стороны специалистов. В данном случае первоначальным является формирование положительных социальных установок, переориентация системы ценностей на общество, необходимо наметить основные пути исправления и специалисту важно сконцентрироваться на тех личностных приоритетах, которые есть у осужденного. Педагогу необходимо сочетать жесткость и лояльность в работе с данной группой осужденных, установить авторитет для максимально эффективного воздействия на отдельных личностей либо все сообщество;

- осужденные, которые характеризуются положительно, соблюдают правила и нормы, взаимодействуют со специалистами и содействуют реализации воспитательных мер. Они положительно относятся к возможности исправления и активно участвуют в различных мероприятиях, которые будут помогать построить новую жизнь после выхода на свободу. Данную категорию осужденных необходимо сориентировать на положительные изменения, возможность построения полноценной жизни в дальнейшем. В этом случае будут эффективны методы, которые закрепляют

механизмы адаптации к условиям не только пенитенциарного учреждения, но и социума. Моделируя различные ситуации, близкие к реальной жизни, педагог помогает осужденным «проиграть» различные роли и понять, какие из них наиболее эффективны;

-осужденные, которые готовятся к освобождению. Контроль за их поведением несколько ослаблен, предоставляется больше свободы и акцент делается на психолого- педагогическом сопровождении, обсуждении долгосрочных жизненных перспектив и понимании того, как будет строиться будущее после освобождения. В этой ситуации специалист готовит осужденного к будущей жизни, в мельчайших деталях прорабатывает детали первичных после освобождения действий. Осужденный, который ориентирован начать нормальную жизнь после освобождения, имеет устойчивую мотивацию достижения поставленных целей и понимание того, какие меры ему необходимо предпринять для их достижения. Основная функция специалиста здесь- сопровождение и поддержка по мере необходимости, что позволяет осужденному проявлять самостоятельность в выборе вариантов поведения, принятии решений.

Для того, чтобы перейти к понятиям «исправление», «исправительный педагогический процесс», необходимо прояснить суть данных категорий, т.к. он понимания этого будут зависеть цели и задачи педагогического воздействия. М. В. Максименко и А. В. Губина [3] подчеркивают, что несмотря на то, что отечественное законодательство отказалось от термина «перевоспитание заключенного», необходимость в исправлении и получении на свободе добросовестного законопослушного гражданина осталась и актуализировалась еще рядом негативных социальных воздействий со стороны различных асоциальных групп и личностей. Данный этап остается неотъемлемой частью рабочего процесса специалистов пенитенциарных учреждений, определяя цели и содержание воспитательного процесса и поэтому ему необходимо уделять достаточно много внимания. От того, насколько грамотно будет построен педагогический процесс, зависит и успешность адаптации, и возможность построения нормальной жизни осужденных после освобождения.

Кроме того, необходимо отметить [1], что в ряде случаев, кроме общепедагогического сопровождения требуется еще и профориентационная работа, позволяющая осужденным в дальнейшем обрести работу, постоянный источник средств к существованию и минимизирует возможность повторного совершения преступлений для обеспечения своей жизнедеятельности. Элемент профориентации тесно связан с тем, что на начальном этапе педагогического воздействия необходимо установить интересы, склонности и направленность осужденного, определить его личностный потенциал.

Вышесказанное обуславливает необходимость построения особого педагогического процесса, включающего компоненты исправления и особое внимание в этом контексте необходимо обратить на компетентность специалистов, которые работают в подобных учреждениях. Говоря о знаниях, умениях и навыках субъектов исправительной работы, важно отметить, что они должны обладать рядом общих и специальных компетенций, позволяющих осуществлять эффективную работу по исправлению заключенных. Общие компетенции включают в себя развитие личностных и коммуникативных качеств и раскрывают больше психологические аспекты, а вот на специальных компетенциях можно остановиться чуть подробнее. Изначально можно предположить, что основой деятельности работников пенитенциарных учреждений является знание

законодательства и четкое выполнение регламентов, нормирующих функционирование пенитенциарного учреждения. Однако, принимая во внимание работу психологов, специалистов по социальной работе, педагогов (в случаях работы с несовершеннолетними осужденными) важно говорить об основах психолого- педагогических знаний и возможности построения коммуникации с разными группами лиц, находящихся в подобных учреждениях. Педагогическая компетентность отражает не только деятельностный, но и методологический компонент работы с осужденными, т.к. в ряде работ отечественных авторов [4], [6] прослеживается тенденция к выбору педагогики сотрудничества в качестве концептуальной основы исправительной работы.

Основываясь именно на данном подходе, можно получить неплохие результаты исправительной деятельности, принимая осужденного как полноценного участника процесса взаимодействия. Прислушиваясь к его мнению, специалисту возможно сформировать понимание того, чем живет человек, какие у него приоритеты и какие шансы организации успешной работы с ним. Педагогика сотрудничества опирается на признание ценности всех участников педагогического процесса, а также равноценность их мнений и позиций. В большинстве случаев для осужденных это очень важно т.к. у людей, попавших за решетку, происходит деформация личности, нарушается восприятие окружающей действительности. Многие из них прерывают обучение, теряют работу, семью и поэтому основой педагогической деятельности является восстановление относительного равновесия и обучение новым навыкам адаптации и социализации. Данное воздействие дифференцируется от деятельности психолога, к примеру, который работает с глубинными личностными структурами [8]. Педагогическая составляющая выражается в деятельности, воздействуя на когнитивные компоненты личности.

Пенитенциарный психолог, социальный педагог, специалист по социальной работе- это те работники, которые взаимодействуют с осужденным не с целью исполнения наказания, а для решения задач последующей адаптации в обществе, возвращения к работе, семье и обычному распорядку жизни. Конечно, сложность работы зависит от возраста, осужденного, количества совершенных им преступлений, а также длительности срока заключения. Данные факторы влияют на мотивацию личности, возможность установления контакта со специалистом и успех педагогического процесса. Для того, чтобы воздействие было результативным, мы разработали некоторые рекомендации, которые повысят шанс исправительного процесса:

1. Восприятие осужденного как полноценной личности с желаниями, потребностями, конкретным уровнем осознания необходимости изменений и возобновления полноценной жизни после освобождения;
2. Изучение различных педагогических концепций и на их основе выбор определенной либо выработка своей методологии работы в уголовно-исполнительном учреждении;
3. Осуществление педагогической коррекции, обучения и воспитания после психолого- педагогической диагностики, которая позволяет получить всю необходимую информацию об осужденном. На основе полученных данных возможно выстраивать план индивидуальной работы и учитывать потенциал каждого осужденного, чтобы достичь результата соответственно выявленному образовательному и личностному уровню;

4. Сотрудничество психолого- педагогических работников пенитенциарных учреждений с теми специалистами, чья деятельность связана с исполнением наказаний и на исправление осужденных они влияют опосредованно. В данном случае важно соблюдение режимных моментов, консультации в плане выполнения осужденными компонентов исполнения наказания. Без данного сотрудничества достаточно сложно реализовать процесс педагогического воздействия и добиться намеченных результатов.

Выводы и заключение

В качестве основного вывода по нашей работе необходимо отметить наиболее важные педагогические аспекты, которые влияют на организацию исправительной работы, а также конкретизировать определенные нами компоненты педагогической компетентности работников пенитенциарных учреждений.

Специалист, осуществляющий исправительную работу с осужденными, в первую очередь должен быть помощником и наставником, сочетая в себе множество функций. При этом процесс исправительной работы необходимо дифференцировать в зависимости от тех категорий, осужденных, с которыми он реализуется. Безусловно, в работе с осужденными в качестве приоритетных целей необходимо ставить не только эффективное исполнение наказания, но и воспитание у личности тех свойств и качеств, которые необходимы для организации нормальной жизни после освобождения. При этом сотрудники уголовно- исполнительных учреждений не должны ограничиваться тем комплексом знаний, которые были ими получены до поступления на работу. Им необходимо постоянно повышать уровень педагогической компетентности, т.к. необходимо организовывать работу с различными категориями осужденных, подбирая формы и методы педагогического воздействия.

ЛИТЕРАТУРА

1. Изаксон Р. А., Пак И. В. Исправление осужденных в оперативной, воспитательной и психологической работе уголовно-исполнительной системы // Baikal Research Journal. 2021. №3. С. 1-9.
2. Корочкина М. А., Тищенко Ю. Ю., Шерхов Р. Р. Формирование интереса осужденных к освобождению в процессе их исправления // Аграрное и земельное право. 2023. №9 (225). С. 132-134.
3. Максименко М. В., Губина А. В. Исправление осужденных как педагогическая составляющая профессиональной деятельности сотрудников уголовно-исполнительной системы и особенности подготовки к ней // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. №2. С. 1-10.
4. Отечественный опыт психолого-педагогической и социальной работы по исправлению осужденных // Ведомости УИС. 2024. №1. С. 56-62.
5. Панова О. Б. Основные формы научного пенитенциарно-педагогического знания // Пенитенциарная наука. 2022. №3 (59). С. 327-342.
6. Панова О.Б. Педагогический потенциал режима как средства исправления осужденных // Пенитенциарная наука. 2023. №3 (63). С. 325-336.
7. Рахимова Э. В. Педагогический аспект социальной работы в местах лишения свободы // КПЖ. 2008. №1. С. 77-84.
8. Тарасова К. Ю., Шапошникова Т. Д. Социальное наставничество как фактор адаптации личности к жизни в обществе// Живая психология. 2024. Т. 11.№3. С. 91-99.

9. Тюгаева Н. А. Адаптация осужденных к условиям отбывания наказания: психолого-педагогический аспект // Человек: преступление и наказание. 2021. №4. С. 539-548.

10. Южанин В. Д., Горбань Д. В., Бабаян С. Л. Критерии степени исправления, осужденных к лишению свободы: постановка проблемы // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2023. №1 (92). С. 89-96.

11. Южанин В. Е., Горбань Д. В. Психолого-педагогическая (групповая) классификация осужденных к лишению свободы // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2021. №3 (86). С. 338-345.

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL ASPECTS OF THE CORRECTION OF CONVICTS

Klopotenko A. G.

The research is focused on identifying the pedagogical features of the correction of convicts and the effectiveness of the methods used. The author analyzes the specifics of the correctional process, focusing on their personal characteristics and socially acceptable behavior.

The paper examines the pedagogical specifics of the correction process, its goals, objectives and methods. The features of pedagogical influence on convicts, as well as the possibilities of group and individual work are investigated. The process of correction of convicts in penitentiary institutions has its own characteristics, taking into account the specifics of the category of convicts and their psychological and pedagogical properties and qualities. The paper examines the pedagogical potential of the penitentiary institution, which is used in the work of specialists and determines the range of subjects of the correctional process.

The issue of pedagogical training of employees of institutions to work with convicts and the need to improve their psychological and pedagogical competence is being updated.

The main purpose of the study is to study the pedagogical aspects of the correction of convicts. The object specifies the category of convicts, the subject is the pedagogical process of correction.

In addition, the author attempts to develop recommendations on the organization of the pedagogical correctional process, the choice of forms and methods of influence on convicts. At the same time, the main emphasis is on interpersonal interaction, establishing contact and pedagogy of cooperation.

Keywords: correctional process, convicts, pedagogical features, socially adequate behavior, legal consciousness, penitentiary system, professional activity, correction criteria.

УДК 159

СОДЕРЖАНИЕ ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ ОСУЖДЁННЫХ И ПУТИ ЕЁ РЕШЕНИЯ. ПРОБАЦИЯ КАК ИНСТРУМЕНТ СОПРОВОЖДЕНИЯ

Клопотенко Александр Григорьевич

Преподаватель кафедры физической подготовки и спорта
факультета психологии и probation Академии ФСИН России

E-mail: Klepton@rambler.ru

Работа выявляет специфику трудной жизненной ситуации (ТЖС) осужденных, а также возможности воздействия на нее в период пребывания в пенитенциарном учреждении.

Автор исследует внешние и внутренние факторы, влияющие на возникновение трудной жизненной ситуации, а также пути их преодоления. Подчеркивается личностный потенциал осужденного и возможность реализации психологических ресурсов с помощью специалистов, работающих в уголовно- исправительных учреждениях.

На начальном этапе работы анализируется понятие трудной жизненной ситуации заключенных, ее специфика и содержательные компоненты. При этом раскрываются психолого- педагогические особенности работы с осужденными в этой ситуации, реализация принципов гуманизма, объективности и толерантности. Трудная жизненная ситуация рассматривается как пространство, в котором выявляются «проблемные зоны» жизни осужденного и определяются ресурсы для их минимизации.

Автором затрагиваются вопросы, связанные с реализацией инструмента probation в отношении отдельных категорий осужденных. Рассматривается его эффективность и перспективы дальнейшего применения.

Цель данного исследования- анализ содержания трудной жизненной ситуации осужденных и возможностей ее решения. Объектом при этом выступает трудная жизненная ситуация, предметом- возможность получения необходимой помощи осужденными в контексте различных социальных технологий, в том числе с привлечением инструмента probation.

В процессе работы мы исследуем социальные, психологические, педагогические и иные аспекты ТЖС для того, чтобы определить возможности ее разрешения.

Ключевые слова: нуждаемость в помощи, трудная жизненная ситуация (ТЖС), осужденные, работа психолога, адаптация, коммуникативные проблемы, мотивация к исправлению, реабилитация, психологические ресурсы, гуманное отношение, probation.

Актуальность исследования.

Значимость изучаемой темы обусловлена сложностью той ситуации, в которой оказываются лица, осужденные за совершение различных преступлений и на разные сроки. Данный факт оказывает серьезное влияние на личностные свойства и качества, характеризуется нарушением

коммуникации, утратой всех значимых связей (семья, друзья, работа) и соответственно, уменьшаются возможности наладить нормальную жизнь после освобождения.

Социальная ситуация, в которой оказывается осужденный имеет большое значение для построения его жизнедеятельности как в пенитенциарном учреждении, так и после выхода на свободу. Отдельной категорией являются граждане, которые отбывают наказание без лишения свободы, их ситуация усложняется тем, что они не могут вести обычную жизнь, т.к. окружающие знают о совершенном противоправном деянии и конечно же многое вокруг осужденного меняется- уменьшается количество контактов, возможно, теряется работа, иногда семья и близкие уходят. Вследствие этого изменяется социальное положение, психологический статус, ухудшается финансовое благосостояние и все эти факторы негативно сказываются на личностной и коммуникативной сфере осужденного.

Трудная жизненная ситуация- сложная методологическая категория, которая требует детального анализа, рассмотрения всех составляющих и изучения влияния на жизнь человека, который в ней находится.

Исходя из вышесказанного, целью данного исследования определен анализ содержания трудной жизненной ситуации осужденных и возможностей ее решения. Объектом при этом выступает трудная жизненная ситуация, предметом- возможность получения необходимой помощи осужденными в контексте различных социальных технологий, в том числе с привлечением инструмента пробации.

По окончании работы автор делает выводы о возможной эффективности технологий преодоления ТЖС и потенциале разрешения различных проблем с использованием потенциала осужденного, а также изучает возможность интеграции современных методик в комплексную работу.

Краткий обзор исследований.

Проблематику трудных жизненных ситуаций изучает множество отечественных исследователей (Д. Е. Холостова, И. А. Зимняя и пр.), однако спецификой изучения проблем, которые возникают у заключенных, занимаются отдельные авторы (О. Г. Ананьев, М. А. Гулина, К.Н. Гусов), акцентируя внимание на выявлении причин возникновения ТЖС, а также технологиях, способствующих их разрешению.

Особо необходимо отметить современные исследования, выявляющие взаимосвязь социальной работы, педагогики и психологии с деятельностью специалистов, которые работают в пенитенциарной системе (В. М. Морозов, В. В. Виноградов и пр.). Данные труды призваны выявить интересующий нас аспект возможности разрешения ТЖС в контексте работы с осужденными именно в психолого- педагогическом аспекте.

Материалы и методы исследований.

Основным методом работы нами определен теоретико- методологический анализ публикаций современных авторов за последние годы. Мы проанализировали статьи, посвященные личностным особенностям осужденных, которые проявляются в ТЖС (Н. Н. Алигаева, Е. А. Белан, С. В. Книжникова), отражающие проблемы ресоциализации и реабилитации (К. И. Воронков, Е. В. Саввина и пр.). Особую ценность представляют работы В. Н. Мериновой, В.Г. Рогача и Е. А. Соколовой), включающие изучение стратегий преодоления ТЖС и пробации как одного из инструментов реабилитации и исправления осужденного.

Результаты и их обсуждение.

В результате получения статуса осужденного человек сталкивается с комплексом социальных, психолого- педагогических, материальных и иных трудностей, которые в комплексе образуют трудную жизненную ситуацию.

Данная ситуация, вызванная рядом различных факторов, оказывает негативное влияние на личность и коммуникацию осужденного, его мотивацию к исправлению и восстановление дальнейшей нормальной жизни.

Залогом успеха преодоления трудной жизненной ситуации является ее четкое методологическое определение и понимание структурных компонентов, содержания и специфики в отношении осужденных. Все это позволяет в дальнейшем выработать эффективные стратегии ее разрешения.

Исходя из понимания В. Г. Рогача [6], ТЖС является основной причиной демотивации и асоциального *поведения* осужденных уже после назначения наказания. Эти факторы, образующие ситуацию, включают в себя не только аспект осуждения, лишение свободы или иные формы наказания. В основном, необходимо обращать внимание на психологическую составляющую и последствия дезадаптации лица, которое было осуждено.

Проанализировав полученные сведения, необходимо выстраивать технологию работы с осужденным, комплексно воздействуя на саму ситуацию, а также факторы, ее спровоцировавшие. Безусловно, на сам факт осуждения воздействие оказать невозможно, однако при выявлении причин антисоциального поведения в первую очередь необходимо работать над тем, чтобы на смену данной негативной направленности пришла мотивация нацеленности на нормальную жизнь и восстановление системы социальных связей после освобождения. В психолого- педагогическом плане важно скорректировать личностные особенности, поведенческие проявления, которые не позволяют встать на путь исправления и готовиться к полноценной жизнедеятельности.

Как отмечает К. И. Воронков [3], основной задачей решения ТЖС является не просто устранение ее факторов и компонентов, но ресоциализация и полноценная жизнь осужденного после освобождения. Термин «ресоциализация» был законодательно закреплен в 2016 году в ФЗ от 23.06.2016 № 182-ФЗ «Об основах системы профилактики правонарушений в Российской Федерации» и включает в себя обширный комплекс мероприятий. Однако, трудная жизненная ситуация рассматривается как одно из направлений реализации социальных методов и технологий, способствующих нормализации социального и психологического здоровья осужденных.

В контексте решения ТЖС очень часто используют понятия «исправление», «реабилитация», «адаптация» и пр. Важно понимать, что смешивать данные понятия нельзя, т.к. они представляют собой отдельные технологии и в интеграции ориентированы на разрешение трудной жизненной ситуации. Общей целью у данных социальных технологий является восстановление нормальной жизнедеятельности осужденных, а решение самой ситуации- это лишь фактор, способствующий ее достижению. При это все технологии ориентированы на создание условий объективного и субъективного плана для нормального разрешения ТЖС. К субъективным условиям необходимо отнести сформированную мотивацию личностные свойства и качества, ценностные ориентиры и установки, которые были выработаны в процессе психолого- педагогического сопровождения. В объективные условия прежде всего включают те факторы, которые

способствуют нормализации жизнедеятельности (восстановление связей с семьей, друзьями, получение работы и пр.).

Опираясь на это, важно грамотно подходить к работе и в ее основу нужно положить одну из основных психолого- педагогических концепций, к примеру- проблемный подход. Данный подход позволяет проблему (самую трудную жизненную ситуацию) использовать как пространство, способствующее выработке новых навыков и механизмов. Условия, окружающие эту ситуацию, рассматриваются как ресурс, помогающий достичь социально значимой цели. Проблемные «зоны» и сложности в работе трактуются в качестве моментов, на которые необходимо обратить максимальное внимание при организации социальной и психолого- педагогической работы.

А. М. Смирнов и Е. А. Царева [11] в качестве основных признаков трудной жизненной ситуации конкретизируют:

- нарушение коммуникации и социальных связей;
- потеря работы либо нарушение профессиональных навыков;
- потеря жилья;
- снижение образовательного уровня либо утрата актуальности имеющихся знаний;
- сложности в обеспечении законных прав и интересов осужденных.

При этом необходимо понимать, что подобные составляющие нуждаются в комплексном воздействии не только для разового решения ТЖС, но также и в целях профилактики рецидивов преступлений. С 1 января текущего года вступил в силу Федеральный закон от 06.02.2023 № 10- ФЗ «О пробации в Российской Федерации», который содержит основные положения об инструментарии работы с осужденными, оказавшимся в трудной жизненной ситуации и конкретизирует технологии работы с ними.

Дифференцируя пробацию на исполнительную, пенитенциарную и постпенитенциарную, можно выявить аналогию с этапами разрешения самой ТЖС в различных условиях: при назначении наказания, при исполнении наказания (в учреждении или вне его) и после освобождения. Здесь важно отметить, что последовательная реализация данных видов дает максимальный эффект и все они взаимосвязаны. Невозможно, к примеру, осуществлять работу с осужденным после освобождения, если в пенитенциарном учреждении не проводилось профориентационных мероприятий, работы психолога по решению личностных и коммуникативных проблем [2], выявления возможности дальнейшего трудоустройства и получения жилья. При этом инструментарий пробации выбирается исходя из того вида и тех результатов, которые были получены на предыдущем этапе. В качестве основных технологий необходимо рассматривать помощь, поддержку, сопровождение, патронаж, консультирование и реабилитацию. Именно они позволяют воздействовать не только на ситуацию, но и на условия, которые ее сопровождают, а также активизируют личностный потенциал осужденного.

Ряд отечественных авторов (Н. Н. Алигаева, В. Н. Меринова) предлагают особое внимание уделить работе с ТЖС на окончательном этапе отбывания наказания, при подготовке к освобождению. Е. А. Царева утверждает, что подобную подготовку необходимо осуществлять не позднее, чем за полгода до выхода на свободу, чтобы провести мониторинг имеющихся проблем и успеть скорректировать наиболее значимые еще в учреждении.

Это необходимо для того, чтобы понимать в какую группу включать освобожденного и в зависимости от дифференциации определять методы и

технологии работы. В качестве двух основных групп К. И. Воронков [3] предложил выделить:

1. Осужденных, которые были освобождены досрочно или в срок и подлежат контролю со стороны правоохранительных органов. В данном случае работу с трудной жизненной ситуацией координируют работники территориальных органов внутренних дел;

2. Осужденных, которые были освобождены в срок, трудная жизненная ситуация полностью решена не была, но контроля со стороны уголовно-исполнительных инспекторов не требуется. Они ориентированы на добровольное исправление и интеграцию в социум после освобождения.

В зависимости от категории определяется обязательность и длительность probation. В отношении второй группы инструмент probation реализуется только по добровольному согласию, по аналогии с социальным обслуживанием и психолого-педагогической помощью. Данный вид помощи оказывается и прекращается по заявлению освобожденного и его содержание корректируется в контексте сотрудничества специалиста и осужденного.

Обязательная probation содержит элементы мониторинга, отражающего контрольные и надзорные функции за жизнедеятельностью осужденного. При этом зачастую специалисты имеют дело со сниженной мотивацией и отсутствием настроения на возобновление нормальной жизни. Здесь в первую очередь необходима работа по формированию устойчивой системы ценностей и направленности на полноценную жизнедеятельность-работу, семью, становление социально желаемого поведения. И конечно же, ресурсов данный вид probation требует намного больше-финансовых, административных, временных и кадровых.

Необходимо отметить, что для российской федеральной системы исполнения наказаний институт probation является достаточно новым в контексте ориентации не только на правовые методы, но и на социальные технологии работы с осужденными. Поэтому одной из первоочередных задач ставится организация взаимодействия сотрудников уголовно-исполнительных учреждений с гражданскими лицами (специалистами органов социальной защиты, образования, здравоохранения) на предмет работы с осужденными.

В этой связи В. Г. Рогач [6] говорит о необходимости выработки дифференцированных стратегий решения ТЖС не только в зависимости от условий самой ситуации, но и от индивидуально-психологических врожденных особенностей осужденных, включая характер, темперамент, тип нервной деятельности. Это позволяет выявить возможную успешность реабилитационных мероприятий, а также определить ключевые проблемы при индивидуальном сопровождении.

Изучение механизмов адаптации, степени активности, осужденных позволяет определить ресурсную основу для разрешения ТЖС и понять, каких специалистов, учреждения и организации необходимо вовлечь в процесс решения данной ситуации. В зависимости от этого вырабатываются активные и пассивные стратегии разрешения ТЖС (В. Г. Рогач), предполагающие разную степень вовлеченности осужденных в процесс работы. Активность при этом зависит от сформированности мотивации достижения, целенаправленности, уверенности в себе и долгосрочных жизненных перспектив.

Технологии решения трудной жизненной ситуации с осужденными должны включать комплекс мер диагностического, коррекционного и реабилитационного характера и выполняться не одним специалистом, а

межведомственной комиссией с регулярными заседаниями и мониторингом динамики эффективности реализуемых технологий.

Выводы и заключение.

Основным выводом по проведенному нами исследованию может послужить заключение о том, что преодоление трудной жизненной ситуации при помощи осужденному должно носить комплексный межведомственный характер с привлечением различных специалистов и технологий.

В качестве перспектив использования инструментария разрешения ТЖС нам представляется эффективной интеграция пробации как основной технологии с включением частных методов и методик, ориентированных на учет индивидуальной специфики осужденного и разработку индивидуального плана работы с проблемной ситуацией в учреждении и за его пределами.

Особое внимание мы бы рекомендовали обратить на повышение уровня профессиональной компетентности специалистов, занимающихся вопросами работы с трудными жизненными ситуациями. Им необходимо владеть не только узкоспециализированными знаниями, но и компетенциями в области социальных технологий, применения законодательства, организации межведомственных связей и ряда других вопросов, решение которых нацелено на помощь осужденному в восстановлении нормальной жизнедеятельности.

Именно поэтому мы считаем, что имеющееся законодательство в области профилактики, работы с трудными жизненными ситуациями и внедрении таких социально-правовых инструментов как пробация, необходимо снабдить методическими рекомендациями и регулярным обучением специалистов данной сферы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алигаева Н. Н. Эмоциональные состояния осужденных: модель программы психологической коррекции // Пенитенциарная наука. 2022. №3 (59). С. 310-319.
2. Белан Е. А., Книжникова С. В., Гутник Е. П. Взаимовлияние диспозиционного материализма и безразличия как комплексная характеристика активности личности // Живая психология. 2024. Т. 11. №2. С. 30-42.
3. Воронков К. И. Определение и законодательное закрепление деятельности по ресоциализации граждан в праве // Государственно-правовые исследования. 2021. №4. С. 400-403.
4. Меринова В. Н. Теория социальной работы в пенитенциарной системе лишения свободы // Глаголь правосудия. 2022. №3 (29). С. 1-6.
5. Морозов В. М., Виноградов В. В. Социальная работа в уголовно-исполнительной системе: учеб. пособие. Владимир, 2009. 156 с.
6. Рогач В.Г. Стратегии преодоления жизненных трудностей у осужденных, отбывающих длительные сроки лишения свободы // Пенитенциарная наука. 2018. №1 (41). С. 122-129.
7. Саввина Е. В. Особенности социально-психологической адаптации, осужденных к условиям пенитенциарного учреждения // Педагогика. Психология. Философия. 2017. №2 (06). С. 35-43.
8. Сафонова М. В., Белопольская А. А. Особенности проявления симптомов комплексного посттравматического расстройства среди молодежи // Проектирование. Опыт. Результат. 2023. № 3. С. 52-55.

9. Соколова Е. А. Педагогические аспекты функционирования института пробации в России: к постановке вопроса // Ведомости УИС. 2024. №3. С. 52-57.

10. Финаева А. Г. Ресоциализационный потенциал семьи осужденного // ИСОМ. 2012. №4. С. 175-176.

11. Царева Е.А. Понятие и виды пробации // Уголовная юстиция. 2023. №22. С. 91-94.

THE CONTENT OF THE CONVICTS' DIFFICULT LIFE SITUATION AND WAYS TO SOLVE IT. PROBATION AS A SUPPORT TOOL

Klopotenko A. G.

The work reveals the specifics of the difficult life situation of convicts, as well as the possibilities of influencing it during their stay in a penitentiary institution.

The author explores the external and internal factors influencing the occurrence of a difficult life situation, as well as ways to overcome them. The personal potential of the convict and the possibility of realizing psychological resources with the help of specialists working in penal institutions are emphasized.

At the initial stage of the work, the concept of the difficult life situation of prisoners, its specifics and meaningful components are analyzed. At the same time, the psychological and pedagogical features of working with convicts in this situation, the implementation of the principles of humanism, objectivity and tolerance are revealed. A difficult life situation is considered as a space in which the "problem areas" of a convict's life are identified and resources are determined to minimize them.

The author touches upon issues related to the implementation of the probation tool in relation to certain categories of convicts. Its effectiveness and prospects for further application are considered.

The purpose of this study is to analyze the content of the difficult life situation of convicts and the possibilities of solving it. The object in this case is a difficult life situation; the subject is the possibility of obtaining the necessary assistance by convicts.

In the course of our work, we explore the social, psychological, pedagogical and other aspects of this situation in order to determine the possibilities of its resolution.

Keywords: need for help, difficult life situation, convicts, work of a psychologist, adaptation, communication problems, motivation for correction, rehabilitation, psychological resources, humane attitude, probation.

УДК 159.9

СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ В СРЕДЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЮРИСТОВ

Свечканев Александр Дмитриевич,

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

E-mail: 9134986010@mail.ru

В статье анализируются проблемы эмоционального выгорания среди юристов среднего возраста. Отмечается, что юристы в силу объективных причин подвержены формированию синдрома эмоционального выгорания. При этом в силу большой ответственности, ненормированного рабочего дня, высокой загруженности, часто не замечают первых признаков наступающего эмоционального выгорания, не принимают профилактических мер, не обращаются за помощью к психологу. Все это может привести как к тяжелым профессиональным деформациям, так и в конечном счете к смене профессии. Проведенное эмпирическое исследование подтвердило торические представления – юристы среднего возраста имеют большой риск развития симптомов синдрома эмоционального выгорания.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, юристы, юридическая деятельность, профессиональное выгорание, профессиональная деятельность, профессиональная деформация, средний возраст, психологическая защита, деперсонализация, эмпатия.

Актуальность исследования.

Вопросы профессионального выгорания юристов стоят всегда особенно остро. История знает немало примеров, когда в результате эмоционального выгорания видные юристы оставляли профессию. Юрист в своей профессиональной деятельности сталкивается не только с тяжелейшими конфликтами между противоборствующими сторонами, но также с конфликтами с собственными убеждениями, моралью и ценностями. Эмоциональное выгорание является одной из главных причин развития профессиональной деформации, что негативно сказывается на эффективности деятельности юриста [11, с. 26].

В самой большой группе риска по эмоциональному выгоранию находятся юристы среднего возраста. Чаще всего они уже утратили запал и энтузиазм, свойственный начинающим специалистам. При этом в полной мере ощутили влияние таких факторов юридической профессии, как высокий уровень ответственности, ненормированный рабочий день, работа в конфликтных условиях, высокие ожидания со стороны доверителей, высокая конкуренция.

Данные особенности профессиональной деятельности юриста во многом являются детерминантами развития у представителей этой профессии эмоционального выгорания, при этом юристы крайне редко обращаются за помощью к психологам.

Все это обуславливает актуальность исследования особенностей формирования и протекания синдрома эмоционального выгорания в среде профессиональных юристов средних лет.

Краткий обзор исследований.

Впервые о синдроме эмоционального выгорания как самостоятельном феномене заговорил Х. Фрейденберг, который под эмоциональным выгоранием понимал «истощение энергии у профессионалов социальной помощи, когда они чувствуют себя перегруженными проблемами других людей» [12, р. 160]. По мнению К. Маслач эмоциональное выгорание проявляется в эмоциональном истощении и сопровождается снижением самооценки, отрицательным отношением к работе, утрате понимания и сочувствия к клиентам [13, р. 78]. Таким образом, первоначально при определении сущность эмоционального выгорания основной характеристикой выгорания считалось истощение.

Позже к указанной характеристике добавилось указание на выгорание как ответную реакцию на постоянный стресс на работе [15, р. 155].

В последнее время появились разработки проблематики эмоционального выгорания, в которых указывается, что эмоциональное выгорание представляет собой приобретенное профессиональное поведение, позволяющее включать механизм психологической защиты в ответ на психотравмирующую ситуацию, позволяющий исключать эмоции и более экономно расходовать энергетический ресурс [6, с. 11; 10, с. 25].

В любом случае, истощение как составляющий компонент эмоционального выгорания отмечается практически всеми исследователями [2, с. 6; 7, с. 290; 8, с. 1522].

Кроме эмоционального и/или физического истощения Б. Перлман и Е. Хартман в качестве компонентов эмоционального выгорания называют снижение рабочей продуктивности и деперсонализацию [15, р. 155].

К.Маслач и С.Джексон в качестве составляющих эмоционального выгорания называют эмоциональное истощение; деперсонализацию; редукцию личных достижений, проявляющуюся в снижении профессиональной мотивации и вовлеченности, нарастании негативизма, избегании работы [13, р. 397].

По мнению В.В. Бойко эмоциональное истощение проходит три фазы. Фаза напряжения характеризуется переживанием психотравмирующей ситуации в профессиональной сфере, нарастанием напряжения, раздражения, недовольством самим собой, нарастанием ощущения безысходности, появлением симптомов тревоги и депрессии. Фаза резистентности характеризуется неадекватной избирательностью эмоционального реагирования, эмоционально-нравственной дезориентацией, расширением сферы экономии эмоции, редукцией профессиональных обязанностей. Фаза истощения отличается симптомом особого эмоционального дефицита, эмоциональной и личностной отстранённостью, деперсонализацией, психосоматическими и психовегетативными нарушениями [4, с. 36].

Таким образом, синдромом эмоционального выгорания представляет собой одну из форм профессиональной личностной деформации, а также выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия.

Юридическая деятельность протекает в области общественных отношений и отличается чрезвычайным многообразием решаемых задач. Юрист при исполнении своих профессиональных обязанностей вынужден постоянно взаимодействовать с людьми, при этом часто участвовать в конфликтных ситуациях. Постоянная напряженная конфликтная атмосфера сама по себе детерминирует развитие эмоционального выгорания [1, с. 7].

Кроме того, юрист вынужден работать с большим количеством информации, постоянно узнавать новое, расширять свои знания в различных областях. Все это приводит к интеллектуальным перегрузкам, невозможности полноценно отдохнуть.

Профессия юриста сопряжена с высоким уровнем ответственности, поскольку от работы юриста может зависеть как экономическое благосостояние бизнеса, так и свобода или жизнь человека.

К сожалению, в последнее время приходится все чаще наблюдать среди юридического сообщества развитие правового нигилизма. Юристы разочаруются в праве, в правосудии, перестают верить в справедливость и беспристрастность суда. Юрист, разочаровываясь в профессии, начинает считать себя ненужным для общества, что негативно сказывается на его психике.

Д. М. Федоров приводит ряд факторов, провоцирующих развитие симптоматики эмоционального выгорания у представителей профессии юриста [9, с. 28]. Так, юридическая работа часто не прекращается и после окончания рабочего дня – судебные процессы не заканчиваются, окончательные решения не принимаются длительное время, подзащитные продолжают подвергаться уголовному преследованию. Юридическая деятельность связана с решением реальных материальных проблем клиентов. Зачастую от профессионализма юриста зависит судьба человека: его свобода, материальное состояние, честь и достоинство. Такая мера ответственности юриста за проблемы клиента не может не сказываться негативно на психологическом состоянии юриста.

По мнению Н.В. Мрвич и И.С. Косоруковой юридическая профессия связана с проявлением в отдельных случаях эмпатии. Злоупотребление этим свойством приводит к эмпатическому выгоранию, которое описывают как снижение способности сопереживать другим из-за хронического воздействия стресса [5, с. 204]. Таким образом, помимо обозначенных признаков эмоционального выгорания, следует также отметить значительное снижение способности к эмпатии.

Способствовать эмоциональному выгоранию юристов могут и положительные качества личности, например высокая увлеченность работой. Самая распространенная ошибка увлеченных людей – работать по 24 часа в сутки. Между тем человеческие возможности не безграничны. Организму необходим не только отдых, но и время, чтобы обработать и систематизировать накопленную информацию.

Таким образом, можно констатировать, что для профессиональной юридической деятельности, характеризующейся повышенной ответственностью, большой долей межличностных коммуникаций, высоким риском конфликтных ситуаций, высокой эмоциональной напряженностью труда, постоянными психологическими перегрузками и переутомлением, риск развития эмоционального выгорания особенно велик.

Материалы и методы исследований.

В целях исследования уровня риска развития симптоматики синдрома эмоционального выгорания в среде юристов среднего возраста было проведено эмпирическое исследование на выборке, состоящей из 60 человек. В состав выборки по профессиональным характеристикам вошли юристы, среди которых 37 мужчин и 23 женщины, в возрасте от 37 до 45 лет, стаж работы в юридической сфере от 9 до 17 лет.

Для проведения эмпирического исследования использовались методика «Опросник на выгорание (МВІ)» К.Маслач и С.Джексон, в

адаптации Н. Е. Водопьяновой и опросник «Диагностика эмоционального «выгорания» личности» В.В. Бойко.

Рабочая гипотеза была сформулирована следующим образом: в профессиональной среде юристов среднего возраста большой риск развития симптоматики синдрома эмоционального выгорания.

Результаты и их обсуждение.

В результате исследования эмоционального выгорания юристов среднего возраста по опроснику «К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н. Е. Водопьяновой» высокий уровень выгорания определен у 7 юристов (12%), средний уровень – у 31 чел. (52%), низкий уровень – у 22 чел. (36%).

По всем трем критериям выгорания по методике К. Маслач, С. Джексон (в адаптации Н. Е. Водопьяновой) у юристов зафиксирован преимущественно средний уровень выгорания.

Эмоциональное истощение на низком уровне выраженности определено у 13 чел. (22%), на среднем уровне – у 39 чел. (65%), на высоком уровне – у 8 чел. (13%).

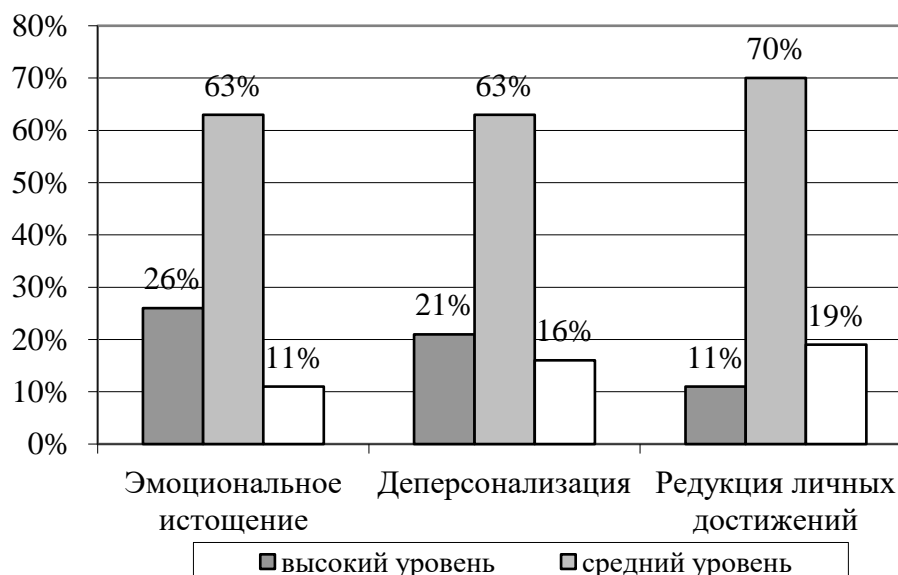


Рисунок 1 – Выраженность выгорания у юристов среднего возраста по опроснику К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н. Е. Водопьяновой, в %

Деперсонализация на низком уровне выраженности определена у 21 чел. (35%), на среднем уровне – у 34 чел. (57%), на высоком уровне – у 5 чел. (8%).

Редукция личных достижений на низком уровне выраженности определена у 26 чел. (43%), на среднем уровне – у 30 чел. (50%), на высоком уровне – у 4 чел. (7%).

При этом в большей степени у юристов оказалось выражено эмоциональное истощение (высокий уровень – у 13%): данные юристы хронически эмоционально и физически утомлены, равнодушны и холодны по отношению к окружающим, при этом у них отмечаются признаки раздражительности.

Высокий уровень выраженности деперсонализации по данной методике зафиксирован у 8% юристов: они в большей степени нетерпимы в ситуациях общения, у них высок негативизм по отношению к другим людям.

Слабее у юристов выражена редукция личных достижений – здесь высокий уровень определен только у 7%. У них снижено чувство компетентности в своей работе, выше недовольство собой, уменьшается ценность своей деятельности, у них негативное самовосприятие в профессиональной сфере. Для данных юристов характерно возникновение чувства вины за собственные негативные проявления, снижение профессиональной и личной самооценки, чувство собственной несостоятельности, безразличия к работе. В целом, для таких юристов свойственно снижение уровня рабочей мотивации.

Результаты по опроснику «Диагностика эмоционального «выгорания» личности» В.В. Бойко приведены в Приложении 2 и на рисунках 2, 3, 4.

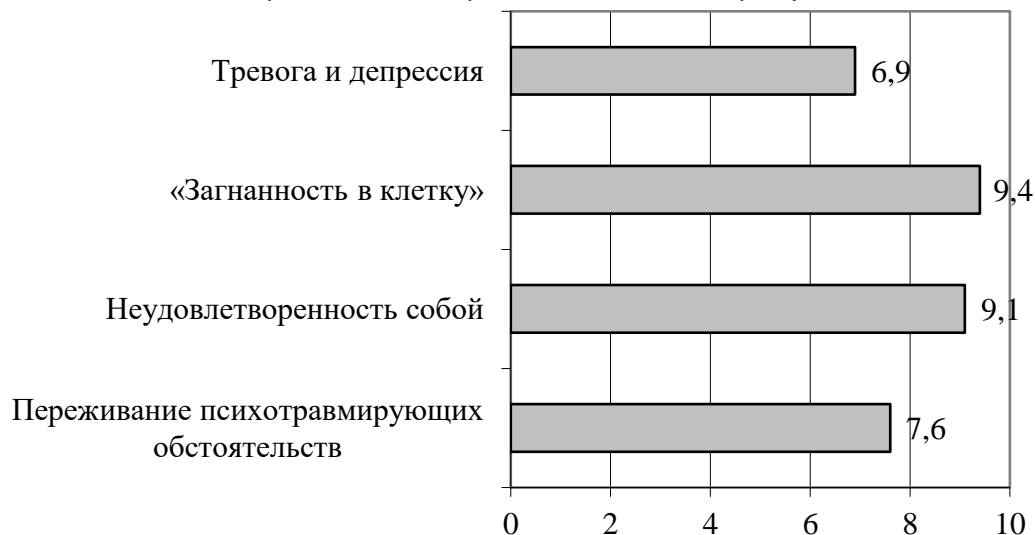


Рисунок 2 - Результаты диагностики выгорания по фазе «Напряжение» у юристов по методике В.В.Бойко (ср.зн.)

По результатам данной методики наиболее высокие показатели синдрома выгорания у юристов по фазе «Напряжение» выявлены по симптомам «Неудовлетворенность собой» (9,1) и «Загнанность в клетку» (9,4).

Симптом «Переживание психотравмирующих обстоятельств» складывается на момент проведения диагностики у 5 юристов, сложившегося данного симптома (от 16 баллов и выше) не выявлено ни у одного их юриста.

Симптом «Неудовлетворенность собой» сложился у 2 юристов, складывается – у 17 юристов. Симптом «Загнанность в клетку» сложился на момент проведения диагностики у 3 чел., складывается – у 18 юристов. Симптом «Тревога и депрессия» складывается на момент проведения диагностики у 1 юриста.

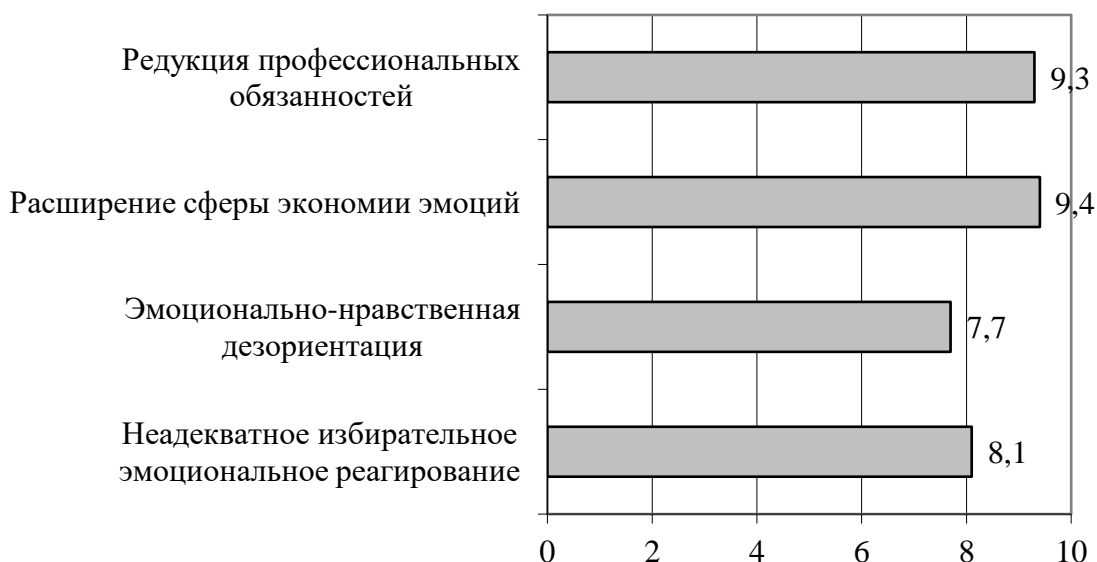


Рисунок 3 - Результаты диагностики выгорания по фазе «Резистенция» у юристов по методике В.В.Бойко (ср.зн.)

Наиболее высокие показатели синдрома эмоционального выгорания по фазе «Резистенция» выявлены у юристов по симптомам «Расширение сферы экономии эмоций» (9,4) и «Редукция профессиональных обязанностей» (9,3).

Симптом «Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование» складывается – у 7 юристов. Симптом «Эмоционально-нравственная дезориентация» складывается у 2 чел. Симптом «Расширение сферы экономии эмоций» сложился у 4 чел., складывается – у 15 чел. Симптом «Редукция профессиональных обязанностей» сложился у 2 чел., складывается – у 14 чел.



Рисунок 4 - Результаты диагностики выгорания по фазе «Истощение» у юристов по методике В.В.Бойко (ср.зн.)

По фазе «Истощение» у юристов не выявлено уже сформировавшихся симптомов. Симптом «Эмоциональный дефицит» оказался в стадии формирования у 2 чел. Симптом «Личностная отстраненность (деперсонализация)» складывается у 1 чел. Симптом «Психосоматические и психовегетативные нарушения» в стадии формирования у 3 чел.

Итак, у юристов по итогам методики В. В. Бойко самые высокие результаты получены по первой стадии - стадии напряжения.

В целом, по итогам психодиагностики у 12-ти юристов (из всей выборки из 60-ти чел.) выявлены симптомы эмоционального выгорания на высоком уровне выраженности.

Выводы и заключение.

Таким образом, проведенное психологическое тестирование доказало гипотезу – в профессиональной среде юристов среднего возраста большой риск развития симптоматики синдрома эмоционального выгорания. При этом юристы не работают с данной проблемой, всё пускается на самотёк и к специалистам-психологам юристы обращаются уже весьма поздно, когда симптоматика выгорания становится ярко выраженной (иными словами, обращаются к психологам уже сильно «выгоревшими»).

Как правило, последовательность проявления симптоматики выгорания у юристов имеет следующий вид: эмоциональные нарушения, психоэмоциональное истощение, деперсонализация (личностное отдаление), редукция личностных достижений. Специфические проявления выгорания юристов – это правовой нигилизм (разочарование в праве как таковом, в профессии), стереотипный подход к решению профессиональных проблем, выраженный цинизм, замкнутость, формализм, обвинительный уклон в общении. К наиболее стабильным проявлениям выгорания представителей этой профессии относятся эмоциональная отстраненность (безразличие, холодность), самонеудовлетворенность, эмоционально-нравственная дезориентация, психосоматические нарушения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Агейкина, А.А. Влияние психологических факторов на эмоциональное выгорание юристов / А.А. Агейкина // В сборнике: Современные информационные технологии в образовании, науке и промышленности. Сборник трудов: XIX Международная конференция; XVII Международный конкурс научных и научно-методических работ; VII Международный конкурс. - Москва, 2021. - С. 6-8. - URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_46447852_82814309.pdf (Дата обращения: 05.03.2024)

2. Арзамасова, Д.А. Взаимосвязь стресса и уровня профессионального выгорания в юридической сфере / Д.А. Арзамасова, Т.А. Кирина // В сборнике: Развитие науки и образования: актуальные вопросы, достижения и перспективы развития. Сборник научных трудов по материалам I Международной научно-практической конференции. - Анапа, 2024. - С. 5-11. - URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_65650393_94683663.pdf (Дата обращения: 15.03.2024)

3. Богословская, А.А. Влияние эмоционального выгорания на профессиональную этику юриста / А.А. Богословская, О.Р. Шафикова, А.А. Сафина, Н.А. Туркеева // Glossa: Вестник студенческой науки. Издание кафедры теории и истории государства и права Курского государственного

университета. - 2021. - № 5. - С. 142-151. - URL: // https://elibrary.ru/download/elibrary_47983618_82744271.pdf (Дата обращения: 15.03.2024)

4. Бойко, В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В.В.Бойко. – СПб.: Питер, 1999. – 105 с.

5. Косорукова, И.С. Проблемы профессионального выгорания юристов / И.С. Косорукова, Н.В. Мрвич // Society and Security Insights. - 2023. - Т. 6. - № 3. - С. 204-217. - URL: https://www.elibrary.ru/download/elibrary_54757757_18176247.pdf (Дата обращения: 07.03.2024)

6. Крикуненко, Л.Ю. Особенности эмоционального выгорания женщин профессий типа «человек-человек» / Л.Ю. Крикуненко // Современные научные исследования и инновации. - 2015. - № 3. - Ч. 5. – С. 11 – 19.

7. Терехова, А.И. Особенности проявления эмоционального выгорания у юристов / А.И. Терехова // В сборнике: психологически безопасная образовательная среда: проблемы проектирования и перспективы развития (к 85-летию ТГПУ им. Л.Н. Толстого). Сборник материалов V Международной научно-практической конференции. - Чебоксары, 2023. - С. 290-292. - URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_54887977_36679971.pdf (Дата обращения: 05.03.2024)

8. Теркунова, Ю.В. Стрессоустойчивость и эмоциональное выгорание юристов / Ю.В. Теркунова // В сборнике: Студент и наука (гуманитарный цикл) - 2023. материалы международной студенческой научно-практической конференции. - Магнитогорск, 2023. - С. 1522-1525. - URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_52282374_39640786.pdf (Дата обращения: 05.03.2024)

9. Федоров, Д. М. Особенности профилактики профессионального выгорания юристов / Д.М. Федоров // Universum: психология и образование : электрон. научн. журн. - 2022. - №2(92). – С. 28 – 32. - URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_47984899_77057473.pdf (Дата обращения: 17.04.2024)

10. Хетагурова, А. К. Социально-демографические и психологические факторы, влияющие на уход из профессии медицинских сестер на современном этапе / А. К. Хетагурова, Н. А. Касимовская // Экономика здравоохранения. - 2007. - № 2-3 (112). - С. 25-29.

11. Шевченко, Т.В. Профессиональное выгорание личности юриста как одна из причин профессиональной деформации / Т.В. Шевченко // В сб: Наука и инновации XXI века. Сборник статей по материалам VI Всероссийской конференции молодых ученых, в 3 т.. - Сургут, 2020. - С. 194-197. - URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_44026576_72474801.pdf (17.04.2024)

12. Freudenberger, H. J. Staff burn-out // J. of Social Issues. - 1994. - Vol. 30. - P. 159-165.

13. Maslach, C. Burnout: a social psychological analysis // The burnout syndrome: current research, theory, interventions / Ed. J. W. Jones. - London, 1982. Vol. 11. - № 78. - P. 78-85.

14. Maslach, C. Job Burnout / C. Maslach, W. Schaufeli, M. Leiter // Annual Review of Psychology. – 2001. – Vol. 52. – P. 397-422.

15. Perlman, B. «Burnout»: summary and future and research / B. Perlman, E. A. Hartman // J. Human relations. - 1982. - Vol. 14. - № 5. - P. 153-161.

SYNDROME OF EMOTIONAL BURNOUT AMONG PROFESSIONAL LAWYERS

Svechkanev A.D.

The article analyzes the problems of emotional burnout among middle-aged lawyers. It is noted that lawyers, for objective reasons, are prone to the formation of emotional burnout syndrome. At the same time, due to great responsibility, irregular working hours, high workload, they often do not notice the first signs of impending emotional burnout, do not take preventive measures, do not seek help from a psychologist. All this can lead to severe professional deformations, and ultimately to a change of profession. The empirical study confirmed the toric ideas - middle-aged lawyers have a high risk of developing symptoms of burnout syndrome.

Keywords: emotional burnout, lawyers, legal activity, professional burnout, professional activity, professional deformation, middle age, psychological protection, depersonalization, empathy.

Учредитель и издатель: Алагаева Кавсарат Юсуповна,
344 000 г. Ростов-на-Дону, ул. Боряна 20 оф. 24
ISSN электронного сетевого издания 3034-2767
Регистрационный номер и дата принятия решения о регистрации:
серия ЭЛ № ФС77-87682 от 28 июня 2024 г.
Адрес издательства: 344114, РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ,
Г.О. ГОРОД РОСТОВ-НА-ДОНУ, Г РОСТОВ-НА-ДОНУ, УЛ БОРЯНА, Д. 20, 24,
Сайт издательства: <https://extrapsy.ru/>
Дата выхода номера в свет 20.07.2024г.,
цена свободная

ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ СТАТЬИ

1. Минимальный объем статьи – 20 тыс. знаков с пробелами.
2. 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).
3. Текст статьи разбивается на следующие элементы:
Актуальность исследования.
Краткий обзор исследований (литературы).
материалы и методы исследований
Результаты и их обсуждение.
Выводы и заключение.
Список использованных источников
4. Литература. Минимальное количество источников – 10. Ссылки на источники в статье указываются по мере упоминания в тексте. Превалирование журналов за последние 5 лет с указанием страниц во всех источниках.
5. Рисунки и таблицы в тексте должны быть подписаны, пронумерованы, нумерация сквозная. Под рисунками должны быть указаны источники, на основании которых они были составлены, либо указать – составлено авторами по ходу исследования. Рисунки должны быть расположены в тексте, в формате jpeg.
6. Формулы в виде редактора формул, также пронумерованы, нумерация сквозная.
7. Оригинальность текста от 80%. В том числе не более 20% заимствований, 25% цитирования.

Структура статьи:

- *индекс УДК в соответствии с классификатором (в левом верхнем углу);*
- *название статьи;*
- *инициалы и фамилии авторов (полностью) через запятую;*
- *аннотация (от 100 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.). Обязательное указание электронной почты автора (ов)*
 - *сведения об авторах на английском языке (перевод)*

