

МОЛОДОЙ УЧЁНЫЙ

ISSN 2072-0297

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ



23 2025
ЧАСТЬ VIII

16+

Молодой ученый

Международный научный журнал

№ 23 (574) / 2025

Издается с декабря 2008 г.

Выходит еженедельно

Главный редактор: Ахметов Ильдар Геннадьевич, кандидат технических наук

Редакционная коллегия:

Жураев Хусниддин Олтинбоевич, доктор педагогических наук (Узбекистан)
Иванова Юлия Валентиновна, доктор философских наук
Каленский Александр Васильевич, доктор физико-математических наук
Кошербаева Айгерим Нуралиевна, доктор педагогических наук, профессор (Казахстан)
Куташов Вячеслав Анатольевич, доктор медицинских наук
Лактионов Константин Станиславович, доктор биологических наук
Сараева Надежда Михайловна, доктор психологических наук
Абдрасилов Турганбай Курманбаевич, доктор философии (PhD) по философским наукам (Казахстан)
Авдеюк Оксана Алексеевна, кандидат технических наук
Айдаров Оразхан Турсункожаевич, кандидат географических наук (Казахстан)
Алиева Тарана Ибрагим кызы, кандидат химических наук (Азербайджан)
Ахметова Валерия Валерьевна, кандидат медицинских наук
Бердиев Эргаш Абдуллаевич, кандидат медицинских наук (Узбекистан)
Брезгин Вячеслав Сергеевич, кандидат экономических наук
Данилов Олег Евгеньевич, кандидат педагогических наук
Дёмин Александр Викторович, кандидат биологических наук
Дядюн Кристина Владимировна, кандидат юридических наук
Желнова Кристина Владимировна, кандидат экономических наук
Жуйкова Тамара Павловна, кандидат педагогических наук
Игнатова Мария Александровна, кандидат искусствоведения
Искаков Руслан Маратбекович, кандидат технических наук (Казахстан)
Калдыбай Кайнар Калдыбайулы, доктор философии (PhD) по философским наукам (Казахстан)
Кенесов Асхат Алмасович, кандидат политических наук
Коварда Владимир Васильевич, кандидат физико-математических наук
Комогорцев Максим Геннадьевич, кандидат технических наук
Котляров Алексей Васильевич, кандидат геолого-минералогических наук
Кузьмина Виолетта Михайловна, кандидат исторических наук, кандидат психологических наук
Курпаяниди Константин Иванович, доктор философии (PhD) по экономическим наукам (Узбекистан)
Кучерявенко Светлана Алексеевна, кандидат экономических наук
Лескова Екатерина Викторовна, кандидат физико-математических наук
Макеева Ирина Александровна, кандидат педагогических наук
Матвиенко Евгений Владимирович, кандидат биологических наук
Матроскина Татьяна Викторовна, кандидат экономических наук
Матусевич Марина Степановна, кандидат педагогических наук
Мусаева Ума Алиевна, кандидат технических наук
Насимов Мурат Орленбаевич, кандидат политических наук (Казахстан)
Паридинова Ботагоз Жаппаровна, магистр философии (Казахстан)
Прончев Геннадий Борисович, кандидат физико-математических наук
Рахмонов Азизхон Боситхонович, доктор педагогических наук (Узбекистан)
Семахин Андрей Михайлович, кандидат технических наук
Сенцов Аркадий Эдуардович, кандидат политических наук
Сенюшкин Николай Сергеевич, кандидат технических наук
Султанова Дилшода Намозовна, доктор архитектурных наук (Узбекистан)
Титова Елена Ивановна, кандидат педагогических наук
Ткаченко Ирина Георгиевна, кандидат филологических наук
Федорова Мария Сергеевна, кандидат архитектуры
Фозилов Садриддин Файзуллаевич, кандидат химических наук (Узбекистан)
Яхина Асия Сергеевна, кандидат технических наук
Ячинова Светлана Николаевна, кандидат педагогических наук

Международный редакционный совет:

Айрян Заруи Геворковна, кандидат филологических наук, доцент (Армения)
Арошидзе Паата Леонидович, доктор экономических наук, ассоциированный профессор (Грузия)
Атаев Загир Вагитович, кандидат географических наук, профессор (Россия)
Ахмеденов Кажмурат Максutowич, кандидат географических наук, ассоциированный профессор (Казахстан)
Бидова Бэла Бертовна, доктор юридических наук, доцент (Россия)
Борисов Вячеслав Викторович, доктор педагогических наук, профессор (Украина)
Буриев Хасан Чутбаевич, доктор биологических наук, профессор (Узбекистан)
Велковска Гена Цветкова, доктор экономических наук, доцент (Болгария)
Гайич Тамара, доктор экономических наук (Сербия)
Данатаров Агахан, кандидат технических наук (Туркменистан)
Данилов Александр Максимович, доктор технических наук, профессор (Россия)
Демидов Алексей Александрович, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Досманбетов Динар Бакбергенович, доктор философии (PhD), проректор по развитию и экономическим вопросам (Казахстан)
Ешиев Абдыракман Молдоалиевич, доктор медицинских наук, доцент, зав. отделением (Кыргызстан)
Жолдошев Сапарбай Тезекбаевич, доктор медицинских наук, профессор (Кыргызстан)
Игисинов Нурбек Сагинбекович, доктор медицинских наук, профессор (Казахстан)
Кадыров Кутлуг-Бек Бекмурадович, доктор педагогических наук, и.о. профессора, декан (Узбекистан)
Каленский Александр Васильевич, доктор физико-математических наук, профессор (Россия)
Козырева Ольга Анатольевна, кандидат педагогических наук, доцент (Россия)
Колпак Евгений Петрович, доктор физико-математических наук, профессор (Россия)
Кошербаева Айгерим Нуралиевна, доктор педагогических наук, профессор (Казахстан)
Курпаяниди Константин Иванович, доктор философии (PhD) по экономическим наукам (Узбекистан)
Куташов Вячеслав Анатольевич, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Кыят Эмине Лейла, доктор экономических наук (Турция)
Лю Цзюань, доктор филологических наук, профессор (Китай)
Малес Людмила Владимировна, доктор социологических наук, доцент (Украина)
Нагервадзе Марина Алиевна, доктор биологических наук, профессор (Грузия)
Нурмамедли Фазиль Алигусейн оглы, кандидат геолого-минералогических наук (Азербайджан)
Прокопьев Николай Яковлевич, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Прокофьева Марина Анатольевна, кандидат педагогических наук, доцент (Казахстан)
Рахматуллин Рафаэль Юсупович, доктор философских наук, профессор (Россия)
Ребезов Максим Борисович, доктор сельскохозяйственных наук, профессор (Россия)
Сорока Юлия Георгиевна, доктор социологических наук, доцент (Украина)
Султанова Дилшода Намозовна, доктор архитектурных наук (Узбекистан)
Узаков Гулом Норбоевич, доктор технических наук, доцент (Узбекистан)
Федорова Мария Сергеевна, кандидат архитектуры (Россия)
Хоналиев Назарали Хоналиевич, доктор экономических наук, старший научный сотрудник (Таджикистан)
Хоссейни Амир, доктор филологических наук (Иран)
Шарипов Аскар Калиевич, доктор экономических наук, доцент (Казахстан)
Шуклина Зинаида Николаевна, доктор экономических наук (Россия)

На обложке изображен Джон Роджерс Сёрл (1932), американский философ.

Джон Сёрл родился в Денвере (США) в семье инженера-электрика и врача. В годы Второй мировой войны его семья жила в разных городах Восточного побережья, где Джон сменил несколько средних школ. Затем он отучился в Висконсинском университете, а после получения Родсовской стипендии — в колледже Крайст-черч Оксфордского университета у Джона Остина. Некоторое время научная деятельность Джона Сёрла была направлена на уточнение и дальнейшее развитие теории речевых актов его учителя. Часто, говоря об этом периоде его научной деятельности, его называют продолжателем идей Остина.

В 1980-е годы интересы Сёрла сместились в область философии сознания и мышления, он стал наряду с Дэниелом Деннетом и Хилари Патнэмом ведущим специалистом по философским аспектам искусственного интеллекта.

До получения своей докторской степени в Оксфорде он работал преподавателем философии. С 1967 года Сёрл был профессором в Калифорнийском университете в Беркли, а также возглавлял отделение философии. В качестве приглашенного профессора он читал лекции в университетах многих стран мира.

Согласно Сёрлу, речевые акты не существуют сами по себе — именно благодаря связи с сознанием они способны представлять («репрезентировать») существующие в мире вещи. Теория репрезентативного содержания языка должна основываться на соответствующей теории сознания. Сёрл использует в этой связи понятие интенциональности, то есть направленности сознания на предметы. Носителями интенциональности он в противовес традиционным теориям считает не убеждения и желания, а восприятия и действия.

В ходе дебатов, вызванных его теорией, Сёрл выдвинул тезис, что в интенциональном содержании восприятий имеется момент саморефлексии: если, например, человек видит дерево, то само содержание этого визуального восприятия предполагает существование дерева. Кроме того, философ полагает, что интенциональные содержания могут быть поняты только на неинтенциональной основе практических навыков и способностей.

Основываясь на своих взглядах на интенциональность, Сёрл в книге «Переоткрытие сознания» (1992) описывает свой взгляд на сознание. Он считает, что, начиная с бихевиоризма, значительная часть современной философии пытается отрицать существование сознания.

Сёрл считает, что философия оказалась в положении ложной дихотомии: с одной стороны, мир состоит лишь из объективных частиц, с другой — сознание обладает субъективным опытом от первого лица. Сёрл же говорит, что обе позиции верны: сознание является реальным субъективным опытом, вызванным физическими процессами в мозге. Эту позицию он предлагает называть биологическим натурализмом.

Следствием биологического натурализма является то, что если мы хотим создать сознательное существо, то нам необхо-

димо воссоздать физические процессы, вызывающие сознание. Позиция Сёрла, таким образом, противоречит взглядам на «сильный ИИ», заключающимся в том, что как только у нас появится определенная программа на компьютере, мы сможем искусственно воссоздать сознание. В 1980 году Сёрл представил аргумент «китайской комнаты», целью которого является доказательство ложности взглядов на сильный ИИ.

Суть этого аргумента заключается в следующем. Представим, что человека, не знающего китайский язык, поместили в отдельную комнату, в которой находятся кубики с иероглифами. Человек не знает иероглифов, но у него есть инструкция на английском языке, которая говорит, какой кубик надо брать и какой кубик надо выдавать в ответ на определенные запросы, приходящие извне.

Скажем, на обращение «Сколько вам лет?» человек смотрит в инструкцию на английском языке, в этой инструкции говорится о том, что необходимо взять определенный кубик и положить его в определенное место. Если человек успешно манипулирует этими кубиками, то на выходе мы будем получать ответы на китайском языке, то есть китаец, который будет наблюдать за этим экспериментом, увидит, что ответы получаются в общем осмысленными. Но сам человек в этой комнате никогда не будет знать, что же он сказал, что он сделал: он по-прежнему не будет понимать китайский язык.

Сёрл славится своей прямоотой. Известны случаи, когда он пытался срывать не нравящиеся ему доклады на конференциях, взобравшись на сцену или критикуя докладчика с места. При этом ученый столь же критичен к самому себе. Он признает свою некомпетентность в истории философии, в частности, свое полное незнание с произведениями Канта, Лейбница и Спинозы и очень плохое знакомство с творениями Платона и Аристотеля. При этом Сёрл утверждает, что собственное невежество помогает ему в его профессиональной деятельности, поскольку, по его словам, известные философы зачастую не столько решали сложные проблемы, сколько создавали их.

Деятнадцатого июня 2019 года после дисциплинарного разбирательства, проведенного Отделом по предупреждению притеснений и дискриминации (OPHD), президент Калифорнийского университета Беркли Джанет Наполитано одобрила рекомендацию об аннулировании статуса эмерита у Джона Сёрла. Отзыв статуса означает, что Сёрл не может быть более ассоциирован каким-либо образом с университетом, и его доступ в помещения университета ограничен до уровня обычного гостя.

Тем не менее Джон Сёрл является членом Американской академии гуманитарных и точных наук и почетным доктором ряда университетов.

*Информацию собрала ответственный редактор
Екатерина Осянина*

СОДЕРЖАНИЕ

ПСИХОЛОГИЯ

Ахмедова В. С.

Психологические аспекты хронической формы акне у мужчин и женщин 507

Беленкова А. С.

Эмоциональное отношение к обучению младших школьников в различных образовательных средах 510

Давлетбердина С. В.

Применение методики рисования на воде эбру в работе психолога дошкольного учреждения 512

Демина А. А.

Детско-родительские отношения как фактор выбора будущей профессии выпускниками школ 515

Евсеева А. В.

Исследовательский потенциал в студенческой среде: распределение уровней и особенности 517

Калугина Е. С.

Как студенты технических и гуманитарных вузов воспринимают романтические отношения 519

Крикова Л. В.

Неблагоприятный детский опыт как фактор формирования тревожности 524

Лазуренко А. С.

Связь уровня развития внимания и памяти в младшем школьном возрасте 526

Лапшина Л. А.

Построение карьерных перспектив старшеклассниками с разной степенью профессиональной идентичности 527

Монаенкова Е. А.

Исследование взаимосвязи уровня стресса и копинг-стратегий сотрудников предприятия в процессе трудовой деятельности 529

Novakova M. S., Krikun A. I.

Cross-cultural differences in the expression of personality traits 533

Окунева Е. Н.

Психическое выгорание и стрессоустойчивость педагогов ДОУ с разными мотивационными типами 534

Рысина А. Е.

Анализ распространенности социофобии среди студентов 541

Рябинина А. С.

Коммуникативные навыки старших дошкольников как фактор социальной адаптации: диагностика и направления сопровождения 543

Савельева М. Н.

Восприятие стиля опекунского воспитания подростками со склонностью к девиантному поведению 546

Тишкина А. О.

Обзор современных теорий индивидуально-типологических особенностей личности 555

Толкунова А. О.

Предпосылки общительности работников медицинской сферы 558

Хурасева М. А.

Дезадаптивные особенности психоэмоционального состояния родителей, воспитывающих детей с особенностями развития 562

ПРОЧЕЕ

Левина Ю. М.

Предложения по оптимизации совершения таможенных и логистических операций в пунктах пропуска через таможенную границу ЕАЭС 569

Смыслов Г. С.

Перераспределение движения грузовых поездов в связи с запуском новых линий Московских центральных диаметров 571

Шереметьева О. Ю.

Взаимосвязь между нематериальной мотивацией государственных гражданских служащих и уровнем конфликтности в государственных органах 574

Яргин С. В.

Раздельное питание в пожилом возрасте: положительный опыт 581

ПСИХОЛОГИЯ

Психологические аспекты хронической формы акне у мужчин и женщин

Ахмедова Вилена Сейрановна, студент магистратуры
Крымский инженерно-педагогический университет имени Ф. Я. Якубова (г. Симферополь)

Статья посвящена психологическим аспектам хронической формы акне у мужчин и женщин, влиянию заболевания на психоэмоциональное состояние, самооценку, восприятие себя личностью. Целью работы стало изучить психологические факторы, влияющие на пациентов с акне, качество их жизни и психологическое благополучие.

Ключевые слова: акне, дисморфофобия, самооценка, психоэмоциональное состояние, кожные проблемы.

Psychological aspects of chronic acne of men and women

Akhmedova Vilena Seyranovna, student master's degree
Crimean Engineering and Pedagogical University named after F. Ya. Yakubov (Simferopol)

The article deals with psychological aspects of acne vulgaris in men and women, its impact on emotional state, self-esteem, and self-perception. The main purpose of the article was to examine the psychological factors that affect patients with acne, their quality of life and emotional well-being.

Key words: acne, dysmorphophobia, self-esteem, psycho-emotional state, skin problems.

В последние годы ученые уделяют все больше внимания психологическим аспектам, возникающим при различных кожных заболеваниях. Воздействие акне на психологическое состояние личности является темой, вызывающей значительный интерес как у специалистов в области психологии, так и у дерматологов. Акне — это хроническое воспалительное заболевание кожи, которое не только влияет на внешний вид, но и проникает в глубину личности, затрагивая самооценку и общее психоэмоциональное состояние.

Акне может иметь серьезное влияние на психологическое состояние человека: вызывает чувство стыда, дискомфорта и негативно влияет на самооценку, способствует развитию тревоги, депрессии, дисморфофобии.

Часто встречающейся проблемой является дисморфофобия — психологическое расстройство, характеризующееся навязчивой идеей о собственном физическом уродстве. Пациенты с таким диагнозом чрезмерно фокусируются на незначительных кожных дефектах, постоянно рассматривают себя в зеркале и пытаются удалить вызывающие дискомфорт элементы [5].

В научной литературе можно встретить данные, указывающие на то, что алекситимия является заметной особенностью у людей, страдающих кожными болезнями [7;8]. Влияние алекситимии на возникновение психосоматических заболеваний обусловлено тем, что люди, испытывающие трудности с осознанием и обработкой эмоций, склонны фокусироваться на физических проявлениях эмоционального напряжения, что усиливает их выраженность, считает М. А. Gupta [8].

Стресс, вызванный беспокойством о состоянии кожи, стимулирует выработку гормонов и усугубляет течение акне, а обострение заболевания, в свою очередь, усиливает стрессовое состояние [4, с.70].

Подытожив вышесказанное по проблеме исследования, далее выделим основные психологические последствия акне:

1. Низкая самооценка. Одним из самых распространенных эффектов акне является ухудшение самооценки. Люди, страдающие от акне, часто сравнивают себя с идеализированными образами на рекламных плакатах или в социальных сетях. Это может привести к чувству неполноценности и зависти, а также к снижению уверенности в себе.

2. Социальная изоляция. Из-за проявлений этого заболевания люди могут испытывать сложности в общении и выстраивании доверительных взаимоотношений.

Страх перед осуждением и высмеиванием со стороны окружающих может заставить людей с акне избегать социальных взаимодействий.

3. Тревожные расстройства и депрессия. Исследования показывают, что у пациентов с акне значительно выше риск развития тревожных расстройств и депрессии. Постоянная борьба с кожными проблемами создает психологическое напряжение, которое может выходить за пределы просто недовольства собой и переходить в клинические формы расстройств.

4. Снижение качества жизни. Проблемы с кожей могут оказывать значительное влияние на общее качество жизни. Ограничения, вызванные акне, могут касаться как физического, так и эмоционального аспектов, приводя к тому, что страдающий от акне человек начинает чувствовать себя несчастным, даже при наличии других положительных факторов в жизни.

В связи с этим востребованность исследований в указанном направлении детерминирует актуальность реализации научного анализа и выбор нами темы для исследования: «Психологические аспекты хронического акне у мужчин и женщин». В работе систематизированы теоретико-методологические подходы к исследованию психологических аспектов акне у мужчин и женщин. В рамках системного подхода представляется проблема взаимосвязи тяжести заболевания акне и отношения к собственной внешности у мужчин и женщин, выделяются гендерные особенности самооотношения, тревожности, депрессивности, алекситимии, перфекционизма, субъективного благополучия.

Исследование проходило на базе нескольких косметологических клиник. Всего в исследовании принимало участие 80 респондентов в возрасте от 19 до 37 лет. Экспериментальную выборку составили 50 женщин и 30 мужчин, больных акне. Заболевание у респондентов — хроническое, его течение длится более 5 лет.

Проанализировав среднегрупповые показатели по шкале перфекционизма П. Хьюитта и Г. Флетта (в адаптации И. И. Грачевой), нами было установлено, что уровень общего перфекционизма в выборке достаточный. Мужчины с акне оказались менее склонны к социально обусловленному перфекционизму, и к перфекционизму в целом, чем женщины.

По итогам анализа показателей дерматологического индекса качества жизни (DLQI) оказалось, что всего 3 % выборки испытывают сильные страдания от своей болезни, не слишком значительно озабочены акне 7 % выборки, совершенно не беспокоит проблема акне на столько, чтобы препятствовать социализации и активной жизни 90 %.

В результате интерпретации данных шкалы субъективного благополучия М. В. Соколовой, выяснилось следующее: уровень психологического благополучия у испытуемых характеризуется как средний. Мужчины и женщины с акне различаются, относительно степени субъективного и таких его критериев, как «напряженность, чувствительность» и «психоэмоциональная симптоматика: мужчины характеризуются большей степенью выраженности субъективного благополучия, тогда как

женщины оказались по данным диагностики более эмоционально напряженными.

Анализ результатов по методике МИС Р. С. Пантилеева позволил прийти к выводу о существовании определенных различий в самооотношении: женщины с акне оказались более склонны к самообвинению и менее склонны к саморуководству, чем мужчины. В свою очередь, мужчины с акне отличаются от женщин более позитивным самооотношением, самооценностью, принятием себя такими, какие есть.

Интерпретация данных Торонтской алекситимической шкалы показала, что для большей части испытуемых характерна алекситимия. Сравнительный анализ показателя алекситимии показал, что у мужчин с акне данный показатель ниже, чем у женщин. В связи с этим, выявление подобных особенностей личностного развития мужчин и женщин с акне представляется важным элементом психологической профилактики.

В результате сравнительного анализа данных всех тестовых показателей с применением критерия Манна — Уитни, выявлены гендерные различия: женщины с акне обладают меньшим субъективным благополучием и менее позитивным самооотношением, чем мужчины; женщины с акне демонстрируют большую склонность к тревожности, депрессивности, алекситимии, перфекционизму, чем мужчины с акне.

По итогам эмпирического исследования личностных особенностей у испытуемых женского и мужского пола, болеющих акне, выяснилось, что их характеризуют: сниженная степень субъективного благополучия, самооотношения, эмоционального отношения к собственному «Я», на фоне повышенной тревоги, депрессивности, перфекционизма и алекситимии.

Учитывая то, что признаком адаптированности, психологического здоровья представляется субъективное благополучие, значимым является понимание уровня эффективности применяемых психологических методов и приемов, их соответствие потребностям личности с акне.

Понимание этой проблемы и своевременное обращение не только к дерматологам, но и к психотерапевтам может помочь людям улучшить качество своей жизни и научиться справляться с вызовами, связанными с этим заболеванием. Психологическая помощь в направлении принятия своих недостатков, а не только концентрация на стремлении изменить внешний вид, способна повысить уровень внутреннего комфорта и удовлетворенности женщин и мужчин с акне.

В связи с этим необходимым представляется осуществить коррекционную работу в направлении изменения сложившегося восприятия складывающейся жизненной ситуации сквозь призму болезни акне у испытуемых.

Следующим этапом нашего исследования выступила разработка программы психологического сопровождения мужчин и женщин с акне, направленной на преобразование субъективного качества жизни, на поддержку

и помощь тем, кто сталкивается с психологическими сложностями, вызванными кожными проблемами. Эта программа включает в себя различные аспекты, которые охватывают эмоциональное состояние, самооценку, социальные взаимодействия и стратегии копинга.

Цель программы состоит в том, чтобы преобразовать самоотношение и ряд других психологических составляющих у мужчин и женщин с акне через осуществление просветительской, консультационной и коррекционной работы.

Целевая группа — мужчины и женщины, больные акне, у которых выявлен низкий уровень сформированности психологических составляющих субъективного благополучия, самооценки и самоотношения, выраженные тревогу, перфекционизм, депрессивность и алекситимичность. В частности, 35 участников (около 40 %).

Программа психологического сопровождения мужчин и женщин с акне должна быть структурированной, но гибкой, чтобы учесть индивидуальные потребности участников. Важно, чтобы акцент был сделан на психологические и эмоциональные аспекты жизни людей с акне, создавая, таким образом, оптимальные условия для их личностного роста и улучшения психоэмоционального состояния. При этом весьма важно создать пространство, где участники смогут открыто говорить о своих чувствах, получать поддержку и развивать необходимые навыки для улучшения качества жизни.

На основании контрольного эксперимента, основной целью которого стала проверка эффективности разработанной программы сопровождения, мы пришли к заключению о том, что показатели самоотношения, субъективного благополучия, тревоги, депрессии, перфекционизма, алекситимии и эмоциональный фон у мужчин и женщин с акне значительно изменились после осуществленной с ними психологической работы ($p < 0,05$).

Выросла самооценка, самопринятие, самооценка собственного здоровья, степень удовлетворенности повседневной деятельностью, уровень субъективного благополучия. В ходе работы происходили изменения в эмоциональном фоне участников, внутренняя работа. Результаты программы дают возможность утверждать о наличии позитивной динамики, относительно увеличения самооценки, субъективного благополучия, уменьшения выраженности тревоги, депрессии, перфекционизма, алекситимии и стабилизации эмоционального состояния у респондентов в процессе психологической работы.

Программа строится на трех ключевых компонентах: целевом, коррекционном и контрольном. Целевой блок

призван сформировать готовность к психологической работе и заинтересованность в саморазвитии. Коррекционный этап предполагает осознанное изменение личностных компонентов у мужчин и женщин с акне, а именно: когнитивных, эмоциональных и поведенческих. Здесь применяются различные формы взаимодействия: профилактические и просветительские мероприятия, индивидуальные и групповые консультации. Реализация контрольного блока заключалась в оценке изменений в уровне выраженности характеристик, признанных значимыми, относительно решения поставленных нами психологических задач.

Основная задача психотерапевтической помощи таким клиентам — создание условий для переосмысления себя и формирования целостного «Я», что станет фундаментом для психологической независимости. Программа тренинговой работы направлена на формирование адекватной самооценки, снижение тревоги, получение навыков безопасного поведения, преодоление фрустрации после перенесенных неудач, восстановление положительного самоотношения у респондентов с акне.

Нами выбраны для работы психотерапевтические техники, стимулирующие самопринятие, включающие ряд упражнений, разработанных в рамках гештальт-терапии Ф. Перлза [50], транзактного анализа Э. Берна [5] и психосинтеза Р. Ассаджиоли [2], психологи А. Адлера [69]. Применяется серия практик, направленных на повышение самооценки и развитие телесного осознания у наших респондентов с акне: «Определение границ», «Самопознание», «Банк поглаживаний» («Кто лучше всех похвалит себя...»), «Осознание своего «Я».

Когнитивно-поведенческая терапия: использование методов КПТ для изменения негативных установок на более конструктивные и позитивные с целью улучшения социальной адаптации, повышения устойчивости к стрессу, и способности корректировать свое поведение в соответствии с общепринятыми нормами.

Полученные в итоге повторной диагностики данные указывают на положительные сдвиги в оценке мужчинами и женщинами с акне состояния тревоги, перфекционизма и алекситимии, что подтверждает эффективность формирующего эксперимента и осуществленной психологической работы. Следовательно, в итоге реализации нашей авторской программы можно достигнуть эффективного результата в преобразовании самоотношения, субъективного благополучия, в формировании положительных психологических свойств и качеств, которые будут полезны для достижения более полной жизненной самореализации у мужчин и женщин с акне.

Литература:

1. В. И. Аверина. Современный подход к терапии возрастного акне у женщин/ В. И. Аверина, И. В. Саламова // Медицинский совет. — 2014. — № 17 — С.62–66.
2. Е. А. Анойко. Психоэмоциональные аспекты акне/ Е. А. Анойко, О. С. Мухина // Дерматовенерология и косметология. Бюллетень медицинских Интернет-конференций. — 2017. — Т.7. — № 5. — С.699

3. Э. Берн. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. / Э. Берн. — Мн.: Современный литератор, 2003. — 448 с.
4. Е. А. Ильчевская. Нарушения психоэмоционального статуса у пациентов с экскорируемыми акне / Е. А. Ильчевская, Ю. М. Криницына, И. Г. Сергеева // Вестник дерматологии и венерологии. — 2017. — № 5. — С. 64–69. DOI: 10.25208/0042-4609-2017-93-5-64-69.
5. Л. С. Круглова. Психические расстройства, социальная дезадаптация и качество жизни пациентов с акне и симптомами постакне/ Л. С. Круглова, М. А. Самушия, А. М. Талыбова // Журнал неврологии и психиатрии им. С. С. Корсакова. — 2018. — Т. 118. № 12. — С. 4–10. DOI: 10.17116/jnevro20181181214
6. Н. Н. Потекаев. Акне (угревая болезнь): современный взгляд на проблему/ Н. Н. Потекаев, М. В. Горячкина, Т. А. Белоусова // Consilium medicum. Дерматология. — 2008. — № 1 — С. 12–16.
7. Современный подход к терапии возрастного акне у женщин //Журнал Медицинский совет. — № 7. — 2014. [Электронный ресурс] — Режим доступа: <https://remedium.ru/doctor/dermatology/sovremennyy-podkhod-k-terapii-vozrastnogo-akne-u-zhenshchin/> (дата обращения: 19.03.2025).
8. Gupta M. A. Current concepts in psycho-dermatology / M. A. Gupta, A. K. Gupta // Curr. Psychiatr. Rep. — 2014. — № 16(6). — 449 p.

Эмоциональное отношение к обучению младших школьников в различных образовательных средах

Беленкова Алёна Сергеевна, студент магистратуры

Научный руководитель: Соколов Владимир Леонидович, кандидат психологических наук, доцент;

Научный руководитель: Воронкова Инна Викторовна, кандидат психологических наук, доцент

Московский государственный психолого-педагогический университет

В статье представлены основные результаты исследования эмоционального отношения к обучению младших школьников в различных образовательных средах. Респондентами были 149 учащихся 3–4 классов: 78 учащихся 3-х классов (38 мальчиков, 40 девочек); 71 учащийся 4-х классов (35 мальчиков, 36 девочек), 10 учителей. Результаты исследования позволили описать особенности эмоционального отношения к учению младших школьников в различных образовательных средах. Сделаны выводы о различиях эмоционального отношения к обучению младших школьников в различных образовательных средах.

Ключевые слова: эмоциональное отношение к обучению, учебная мотивация, образовательная среда, карьерная образовательная среда, творческая образовательная среда.

В рамках достижения личностных результатов младших школьников, учитывая ведущую деятельность возраста, особое внимание необходимо обратить на формирование эмоционально-мотивационной сферы учеников, в частности, на учебную мотивацию и эмоциональное отношение к учению. Одним из ключевых факторов формирования эмоционального отношения к учению является организация оптимальной образовательной среды младших школьников.

Большинство исследователей уверены в том, что успешность личности младших школьников связано с той образовательной средой, в которой он обучается. Однако, недостаточно исследованной остается проблема изучения эмоционального отношения к учению младших школьников в различных образовательных средах.

Понятие образовательная среда на сегодняшний день не имеет собственного определения и конкретной научной концепции. Само слово среда обозначает условия, в которых проходит жизнедеятельность индивида, мир

вокруг него. С точки зрения В. А. Ясвина, образовательная среда состоит из нескольких компонентов. В данной модели автор выделяет следующие компоненты:

1. Пространство и предметы, окружающие ребенка — это специфика образовательного здания, предметная обстановка в классе.

2. Социум — отношения между детьми и взрослыми участниками образовательного процесса.

3. Психодидактический компонент — смысл обучения, виды деятельности, которые осваивает ребенок [1].

Описывая основные параметры образовательной среды, В. И. Ясвин вводит понятие модальности. Модальность образовательной среды служит качественным дескриптором, относящим ее к одному из четырех основных типов [2]: догматическая образовательная среда, образовательная среда, ориентированная на карьеру, безмятежная образовательная среда, творческая образовательная среда.

Без мотивации нет обучения, но интенсивность и тип мотивации меняются в процессе учебной деятельности.

Результаты показывают, что выявленная мотивация является наиболее сильной у учащихся-участников, за которыми следует интроецированная мотивация, а внутренняя мотивация у этих учащихся развита в меньшей степени. Эти результаты подчеркивают необходимость формирования образовательной среды, которая повышают любознательность и интерес учащихся к учебе [3;4].

Целью эмпирического исследования стало выявление особенностей эмоционального отношения к учению младших школьников в различных образовательных средах.

Объект исследования — эмоциональное отношение к учению.

Предмет исследования — эмоциональное отношение к учению младших школьников в различных образовательных средах.

Исследовательские вопросы:

1. Различается ли уровень учебной мотивации у обучающихся в разных образовательных средах?
2. Существуют ли различия в эмоциональном отношении к учению у обучающихся в разных образовательных средах?
3. По каким показателям эмоционального отношения к учению могут различаться обучающиеся в разных типах образовательных сред?
4. Могут ли иметь различия в показателях эмоционального отношения к учению мальчики и девочки внутри каждого выявленного типа образовательной среды?
5. Могут ли иметь различия в показателях эмоционального отношения к обучению обучающиеся третьих и четвертых классов внутри каждого типа образовательной среды?

Методы и методики исследования:

На основании теоретического анализа данной проблемы и для реализации поставленных задач мы использовали констатирующий эксперимент (анкетирование).

Математическая статистика (программа IBM SPSS Statistics 22 («Statistical Package for the Social Sciences»). Используемые стандартные статистические методики обработки данных: непараметрические статистические методы — коэффициент ранговой корреляции ρ Спирмена и критерии сравнения U Манна-Уитни.

Исследование проводилось на основе анализа психолого-педагогической литературы и эмпирического изучения эмоционального отношения к учению у учащихся 3–4 классов. Теоретическая основа исследования опиралась на концепции Л. С. Выготского, Д. Б. Эльконина, П. Я. Гальперина, А. Н. Леонтьева, С. Л. Рубинштейна, Л. И. Божович, А. Д. Андреевой, А. М. Прихожан и В. А. Ясвина.

В исследовании использовались следующие методики: методика векторного моделирования образовательной среды В. А. Ясвина, методика экспертизы образовательной среды В. А. Ясвина, методика диагностики мотивации учения и эмоционального отношения к учению, под модификацией А. Д. Андреевой, опросник «Самочувствие, активность, настроение» (САН).

Результаты исследования

1. Выделение типов образовательной среды

В результате построения системы координат, по методике векторного моделирования было выявлено два доминирующих типа образовательной среды: творческая образовательная среда — характеризуется свободой выбора, развитием инициативы, творческим подходом к обучению; арьерная образовательная среда — направлена на достижение внешних результатов, акцент на конкурентоспособность и соответствие стандартам.

2. Уровень эмоционального отношения к учению

Учащиеся, обучающиеся в творческой образовательной среде, демонстрируют более высокий уровень положительного эмоционального отношения к учению по сравнению с обучающимися в карьерной среде. Различия статистически значимы ($p < 0.01$).

3. Познавательная активность и мотивация

Обнаружены достоверные различия по шкалам «Познавательная активность» ($U=1340,5$; $p<0,001$), «Мотивация учения» ($U=1739,5$; $p<0,001$) и по общему показателю мотивации учения ($U=1844,5$; $p<0,001$). Учащиеся творческой среды имеют более выраженные показатели познавательной активности и учебной мотивации, чем учащиеся карьерной среды.

4. Возрастные и гендерные различия

В творческой образовательной среде отмечены достоверные различия между третьеклассниками и четвероклассниками, а также между мальчиками и девочками. У девочек уровень эмоционального отношения к обучению был выше, чем у мальчиков.

В карьерной среде такие различия не выявлены. У всех категорий учащихся (мальчики и девочки 3–4 классов) наблюдается снижение уровня учебной мотивации и эмоционального вовлечения в процесс обучения.

Обсуждение

Результаты исследования подтверждают гипотезу о том, что эмоциональное отношение к учению у младших школьников имеет специфику в зависимости от типа образовательной среды. Полученные данные позволяют утверждать, что творческая образовательная среда способствует более гармоничному формированию эмоционально-мотивационной сферы учащихся, что согласуется с теоретическими положениями В. А. Ясвина о роли образовательной среды как фактора развития личности.

Отсутствие половых различий в карьерной среде может свидетельствовать о чрезмерной стандартизации и регламентации образовательного процесса, что ограничивает проявление индивидуальных особенностей детей. Напротив, в творческой среде создаются условия для саморазвития и самоопределения, что приводит к дифференциации эмоционального отношения к учению по возрастным и гендерным признакам.

Сравнение с данными предыдущих исследований (А. М. Прихожан, А. Д. Андреева) позволяет сделать вывод о том, что эмоциональное отношение к учению находится в прямой зависимости от степени свободы, поддержки со стороны педагогов и возможностей для самовыражения, предоставляемых образовательной средой.

Заключение

Проведённое исследование позволило выявить значимые различия в эмоциональном отношении к обучению у младших школьников, обучающихся в различных образовательных средах. Наиболее благоприятные условия для формирования положительного эмоционального отношения к учению обеспечиваются в творческой образо-

вательной среде, где акцент делается на личностно-ориентированный подход, развитие творческого потенциала и внутреннюю мотивацию учащихся.

Дальнейшие исследования могут быть направлены на изучение долгосрочных эффектов воздействия различных образовательных сред на личностное и профессиональное самоопределение учащихся.

Траектория последующего анализа результатов заключается в интерпретации полученных данных. Практическая значимость исследования заключается в том, что полученные результаты уточняют содержание практической работы психологов при проведении психолого-педагогических мероприятий, направленные на поддержание и повышение эмоционального отношения к учению младших школьников в различных образовательных средах.

Литература:

1. Ясвин В. А. Образовательная среда: от моделирования к проектированию. — М.: Смысл, 2001. — 365 с.
2. Воронкова, И. В. Образовательная среда как условие развития интеллектуальной и мотивационно-эмоциональной сфер подростка / И. В. Воронкова // Образование и саморазвитие. — 2010. — № 3(19). — С. 43–49. — EDN PBABNP.
3. Телешев А. С. Электронно-образовательная среда в основной школе и ее педагогический потенциал // Academy, 2018. — № 7 (34). — 2 с.
4. Erdei E. T. Primary school pupils' motivation for learning // INTED2020 Proceedings. — IATED, 2020. — pp. 7907–7911.

Применение методики рисования на воде эбру в работе психолога дошкольного учреждения

Давлетбердина Светлана Вагизовна, студент магистратуры

Научный руководитель: Бондаренко Геннадий Викторович, кандидат философских наук, доцент
Башкирский государственный педагогический университет имени М. Акмуллы (г. Уфа)

В статье рассматривается актуальность применения методики рисования на воде эбру в работе психолога дошкольного образовательного учреждения. Подробно описаны преимущества данной методики. Описано практическое применение программы арт-терапии с использованием методики эбру в условиях дошкольного учреждения, включая организацию занятий, методы оценки результатов и достигнутые улучшения в развитии детей. Значимость совместной работы педагогов и психологов для достижения положительных изменений в психологическом и эмоциональном состоянии воспитанников.

Ключевые слова: эбру, методика, арт-терапия, дети, программа.

Ценность арт-терапии описана во многих источниках. Преимуществом арт-терапии являются: спокойная обстановка на занятиях, видимый результат после занятий, осознание своей ценности, возможность для детей с проблемами с речью найти другие способы выражения своих эмоций, улучшение психоэмоционального состояния, возможность диагностики состояния ребёнка непосредственно во время работы, развитие саморегуляции [3].

Актуальность применения нетрадиционных методов рисования, в том числе методика рисования на воде эбру,

изучена множествами ученых. В. А. Сухомлинский отмечал: «Детский рисунок, процесс рисования — это частица духовной жизни ребенка. Дети не просто переносят на бумагу что-то из окружающего мира, а живут в этом мире, входят в него, как творцы красоты, наслаждаются этой красотой» [1].

Методика рисования на воде эбру, являясь нетрадиционной техникой, обладает уникальной способностью всесторонне развивать личность ребенка и имеет ряд преимуществ. Во-первых, эбру является увлекательным процессом. Стимулирует воображение детей, позволяет

экспериментировать с цветом и формой, создавая уникальные картины. Это, в свою очередь, способствует развитию креативности и самостоятельному выражению идей. Развитие воображения через творчество подробно описал в своих трудах Л. С. Выготский: «Именно творческая деятельность человека делает его существом, обращенным к будущему, созидаящим его и видоизменяющим свое настоящее [2].

Во-вторых, работа кистью и специальными инструментами над поверхностью воды помогает детям развивать мелкую моторику, совершенствовать координацию движений рук и пальцев, что важно для дальнейшего развития графических навыков письма и рисования [3].

В-третьих, повышает эмоциональную устойчивость. Процесс рисования на воде оказывает успокаивающее воздействие, снижает уровень стресса и тревожности, позволяя ребенку расслабиться и почувствовать себя комфортно в творческой среде [4].

В-четвертых, достаточно важный аспект в современном мире, в процессе проведения увлекательных занятий, развиваются речевые навыки. Рисование на воде открывает простор для фантазии ребёнка, способствуя творческому мышлению и активному словесному сопровождению творческого процесса. Через обсуждение формируется умение рассказывать истории, придумывать сюжеты и делиться эмоциями [3].

Таким образом, применение методики рисования на воде эбру в дошкольном образовании является актуальным и эффективным способом всестороннего развития личности ребенка.

Эбру — техника рисования на поверхности воды с последующим переносом изображения на бумагу или другую твёрдую основу (дерево, ткань, керамику, кожу). Большинство источников утверждают, что слово «эбру»

происходит от слова «эбри» («ebri»), которое является формой персидского слова с корнем «эбр» («ebg»), означающего «облако», «облачный» и т. п.

По-другому эбру называют мрамированием бумаги. Как все восточное, рисование представляет собой бесконечное движение, своего рода медитацию, процесс, который позволяет реализовать свой творческий потенциал [6].

В настоящее время в методике применяется специализированные наборы. Для приготовления жидкости используется загуститель, для рисования на поверхности — краски на акриловой основе. Инструментами в работе служат: лоток формата А4, загущенная вода, отдельно краски, кисти, шпатель, гребень, бумага соответствующего размера. При необходимости можно переводить рисунки на другие поверхности, к примеру, на тканевые материалы, деревянные изделия (игрушки) и т. д.

Л. Д. Лебедевой отмечено, что сочетание воды и красок способствует развитию психических процессов ребенка [6]. При использовании техники рисования на воде, активизируется работа правого полушария мозга, которое способствует развитию мелкой моторики, повышению уровня речи, письма, мышления. Перенесение рисунка на бумагу, позволяет отобразить зеркальное отражение, которое способствует включению участков головного мозга ответственных за творческое воображение. Весь процесс рисования в техники эбру сопровождается пояснением ребенка совершенных действий в виде проговаривания вслух. В случае затруднения рассказа ребенком, психолог наводящими вопросами помогает правильно сформулировать предложение. Это способствует развитию связной речи. Во время рисования происходит развитие мелкой моторики пальцев рук, что благоприятно влияет на речевые зоны мозга [3].

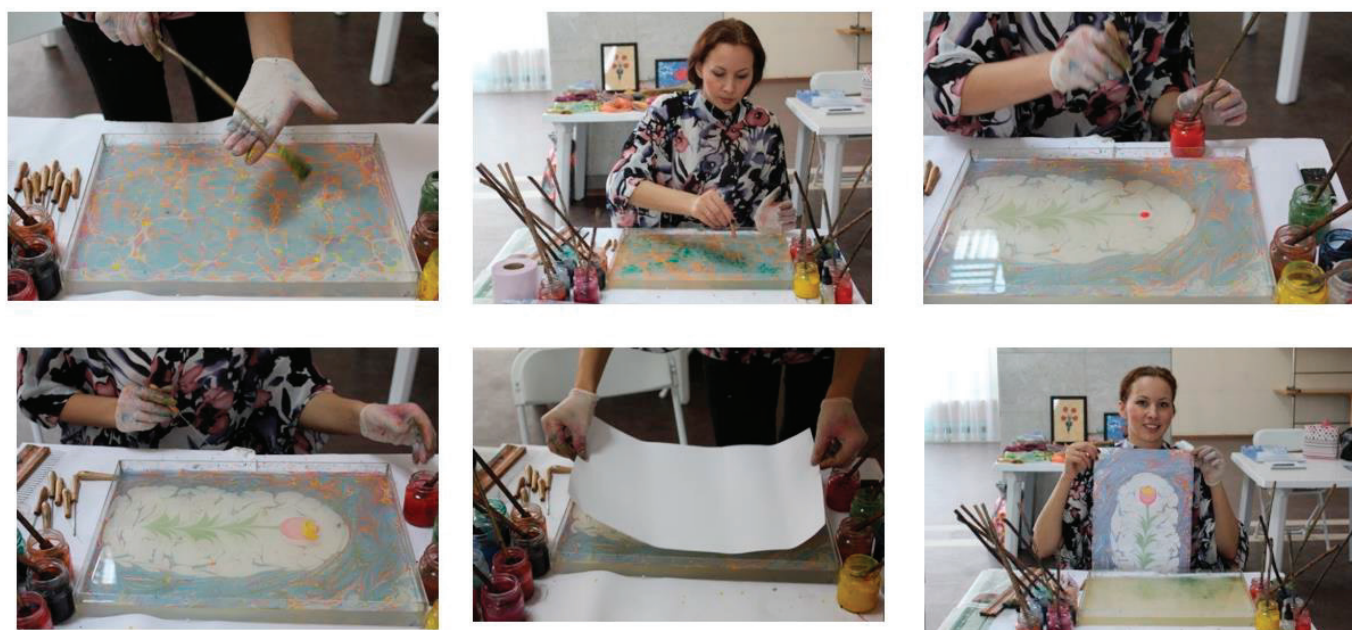


Рис. 1. Поэтапное составление рисунка по методике рисования на воде эбру [7]

Как отмечает Л. Л. Назарова, с помощью рисования на воде эбру можно развивать сенсорные навыки у детей с задержкой психического развития. В первую очередь такое рисование направлено на развитие восприятия и мышления. Для детей с задержкой психического развития, рисование на воде становится особенно интересным, ведь происходит поощрение собственного «Я». У ребенка поднимается уровень самооценки, что положительно влияет на его эмоциональное и психическое развитие. В процессе такого сенсорного развития дети начинают различать цвета, формы и геометрические фигуры. Это связано с тем, что в начале рисования капли красок раскрываются в виде круга. В последующем, из этих кругов дети создают желаемые формы. А если такое рисование сопровождать классической детской музыкой, это еще более благотворно повлияет на развитие ребенка [8].

Следует отметить, что занятия художественным творчеством приносит большое удовольствие и положительные эмоции ребенка. Рисование способствует не только хорошему настроению, но и позволяет детям с увлечением познавать окружающий мир. Именно поэтому применение техники рисования эбру, является востребованной в современном мире [3].

Практическое применение программы. С целью всестороннего гармоничного развития личности детей в дошкольном образовании, на базе МБДОУ Детский сад № 144 г. Уфы, психологом реализована программа арт-терапии с применением методики эбру, которая развивает психическое и эмоциональное состояние детей. Программа применяется в работе с детьми с нарушениями речи, проблемами социальной адаптации, эмоционально-волевой неустойчивостью, тревожностью, заниженной самооценкой, низкой работоспособностью, коммуникации, поведения.

Ожидаемые результаты освоения программы: позитивные изменения в психологическом состоянии детей; развитие моторных способностей детей, через овладение ручными многообразными операциями, влияющими на их психофизиологические функции; освобождение ребенка от негативных переживаний, внутриличностных конфликтов; свобода творческого самовыражения; умение работать со своими переживаниями; раскрытие внутренних ресурсов ребенка; стремление к самопознанию и самовыражению; снижение эмоциональной тревожности; повышение самооценки; развитие коммуникативных навыков.

В соответствии с диагностикой, проводимой в детском саду выявлено, что у детей имеются затруднения в:

- познавательной сфере (внимание, память, воображение, мышление);

- эмоциональной сфере (застенчивость, неуверенность в себе, гиперактивность, агрессивность);

- мотивационной сфере (пассивное поведение, отсутствие интереса к новой информации).

На психологическом сопровождении детского сада № 144 г. Уфа находятся дети возраста от 3 до 7 лет. Коррекционно-развивающие занятия проводятся с детьми с задержкой речевого развития, с задержкой психического развития и низким уровнем психологической готовности к школе.

Программа рисования на воде эбру состоит из тематических занятий. В начале дети учатся создавать фоновые рисунки традиционного эбру (баттал, гильгид, шаль). После некоторого освоения инструментов и техники дети переходят к тематическим рисункам по временам года. К примеру, на тему осени изображали осеннее дерево. Зимой рисовали с созданием образов сугробов, снеговика и елки, в особенности детям понравилось украшать новогоднее дерево разноцветными шарами. Многие изображали елку не только на бумаге, но и на тканевых шоперах. Весна и лето создавались на воде в виде дуга с цветами и бабочками. Ко дню матери применили трафареты с изображением мамы с ребенком. На день космонавтики дети создали космос, а ко дню победы изображали белых голубей на фоне голубого неба. Все работы были представлены на выставке в холле детского сада.

Участниками программы являются дети 5–7 лет. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 20–30 минут, в зависимости от возраста участников. На занятиях создаются картины, тканевые изделия, елочные игрушки, открытки.

Для всестороннего развития детей в детском саду, кроме адаптированных образовательных программ, которую используют различные специалисты учреждения, психологом дополнительно применяется программа арт-терапии с использованием методики рисования на воде эбру.

Организация и проверка результатов программы эбру-терапии в детском саду реализуется через: диагностику, беседу, кружковую работу, выставок детских работ.

В результате проведения диагностики выявлено, что у детей подготовительной группы возраста 6–7 лет имеются улучшения речи в коррекционной группе. Уровень психологической готовности к обучению в школе по сравнению с началом учебного года увеличился на 38 %.

В работе с детьми большую роль играет общая работа педагогов, однако следует отметить, что использование методики рисования на воде положительно влияет на развитие детей дошкольного возраста. Свое научное обоснование влияние методики рисования на воде на развитие детей в дальнейшем будет исследовано при написании магистерской работы.

Литература:

1. Венгер, Л. А. Педагогика способностей / Л. А. Венгер. — М.: Знание, 1973.
2. Котова Е. В., Кузнецова С. В., Романова Т. А. Развитие творческих способностей дошкольников: Методическое пособие. — М.: ТЦ Сфера, 2010.

3. Рапша П. С. Значение технологии эбру в развитии связной речи у дошкольников с ЗПР // Наука в современном мире. Сборник научных трудов по материалам V Международной научно-практической конференции (г.к. Анапа, 9 января 2020 г.). — [Электронный ресурс]. — Анапа: Изд-во «НИЦ ЭСП» в ЮФО, 2020.
4. Федоренко, И. Г. Арт-терапевтический практикум рисования на воде техники «Эбру» / И. Г. Федоренко // Интернаука. — 2024. — № 26–1(343)
5. Мацукевич О. Ю., Асан Э. Искусство эбру в истории мировой художественной культуры: становление технологических подходов // Социально-культурная деятельность в проекции будущего: инновации, управленческие технологии, креативные практики: Материалы Всероссийского научного форума (Москва, МГИК, 24 мая 2019 года) / Сост. и науч. ред. Н. Н. Ярошенко; Московский государственный институт культуры; Факультет государственной культурной политики; Кафедра менеджмента и технологий социально-культурной деятельности. — Москва: МГИК, 2019.
6. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. — СПб: «Речь», 2003.
7. Ахметшина В. Уфимцы учатся рисовать на воде / Электрогазета.рф. — [Электронный ресурс] // https://i-gazeta.com/news/znayu_kak/2013-10-04/ufimtsy-uchatsya-risovat-na-vode-577471.

Детско-родительские отношения как фактор выбора будущей профессии выпускниками школ

Демина Анастасия Александровна, студент магистратуры

Научный руководитель: Семилетова Анна Николаевна, кандидат педагогических наук, доцент
Московский государственный психолого-педагогический университет

Одна из задач юношеского возраста — профессиональное самоопределение. Теоретический анализ данной проблемы позволил выделить несколько предполагаемых факторов, влияющих на выбор будущей профессии выпускниками школ, которые в идеале должны быть все учтены. Важна заинтересованность в выборе будущей профессии выпускниками школ и намерения у выпускников школ брать на себя ответственность за конкретные решения. Также, важным фактором являются детско-родительские отношения, именно они влияют на умение выпускников школ осуществлять значимый выбор в различных жизненных ситуациях, в том числе и на выбор будущей профессии.

Проведенный теоретический анализ исследований позволяет говорить о том, что актуальной проблемой для выпускников школ является формирование профессиональных установок, которые позволяют выпускнику самоопределиваться во всех сферах жизни, развивая навыки, определенные личностные черты и качества, соответствующие их нравственным ценностям, жизненным ориентациям. Также в данный период происходит перестройка формата детско-родительских отношений, и выпускники школ начинают стремиться к автономности, равенству в правах с родителями.

Недостаточность исследований, посвященных теме детско-родительских отношений как фактора выбора будущей профессии выпускниками школ, позволяет обозначить ее актуальность для исследования

Детско-родительские отношения и изменения, происходящие в них, изучали Л. Ф. Обухова, О. А. Карабанова, Н. С. Пряжников, Н. Н. Толстых и др.

Объект исследования: выбор будущей профессии выпускниками школ.

Предмет исследования: детско-родительские отношения как фактор выбора будущей профессии выпускниками школ

Задачи исследования:

1. Проанализировать подходы к понятию детско-родительских отношений в современных исследованиях.
2. Рассмотреть выбор будущей профессии как предмет исследования в зарубежной и отечественной литературе
3. Выявить связь детско-родительских отношений и выбора будущей профессии выпускниками школ

Частные гипотезы

- выпускники школ с доверительными отношениями с родителями имеют высокий уровень сформированности профессиональных установок
- существуют различия в профессиональных установках девушек и юношей в зависимости от типа детско-родительских отношений

Для исследования использовались следующие методы и методики:

1. Методы теоретического анализа
2. Обобщение и интерпретация научных данных;
3. Методика ADOR «Подростки о родителях» [3] И. С. Шафера
4. Методика определения основных мотивов выбора профессии Е. М. Павлютенкова [2]
5. Опросник профессиональных установок И. М. Кондакова [1]

Эмпирическая база и выборка исследования: исследование проводится на базе ГБОУ Школа № 1519. В исследо-

вании приняли участие 90 обучающихся 11 классов в возрасте от 16 до 18 лет.

Теоретико-методологическая основа исследования:

- Возрастно-психологический подход к анализу психического развития в онтогенезе (Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин, Л. И. Божович, Л. Ф. Обухова);
- Закономерности развития детско-родительских отношений (О. А. Карабанова, Н. В. Орехова, Н. Н. Толстых, А. В. Щербаков); -Концепция профессионального самоопределения (Н. С. Пряжников, Дж. Сьюпер, Т. А. Егоренко, Т. Д. Зеленкина)

Проведенный анализ подходов к понятию детско-родительских отношений в отечественной и зарубежной психологии позволяет говорить о том, что авторами выделяются рационально-продуктивные и низкоэффективные детско-родительские отношения, которые помогают или препятствуют формированию у ребенка необходимых позитивных субъективных качеств.

Под выбором будущей профессии выпускниками школ принято понимать функциональный, результативный процесс жизнедеятельности, ориентированный на поиск и относительную выработку критериев значимости конкретной профессиональной сферы деятельности [3]. Выбор будущей профессии выпускниками школ является маркером сформированности:

- многовариативности конструкта «Я», при доминировании в нем веры в себя;
- целесообразной обоснованности результативного выбора в жизни;
- фактического показателя независимости и суверенитета;
- тенденциозной направленности на перспективу;
- эмоционально окрашенного отношения к выполняемым профессиональным действиям;
- способности выполнять безошибочно определенную работу с наименьшими затратами труда и времени;
- наличия опыта практической работы.

Выбор будущей профессии выпускниками школ сопряжен с решением сочетанной совокупности принципиальных противоречий и альтернативных выборов:

- попытки дифференциации выпускниками школ своих субъективных профессиональных ресурсных способностей;
- осуществление потенциально предметно признанного выбора будущей профессиональной сферы деятельности;
- поиск альтернатив, способствующих выбору будущей профессиональной сферы деятельности;
- наличие решительных намерений к совершению конкретных действий.

В детско-родительских отношениях закладывается основа ответственной мотивации к любой трудовой деятельности, и к профессиональной деятельности в том числе [5]. У каждого из родителей есть своя точка зрения относительно выполнения определенных трудовых дей-

ствий в семье и на работе. В процессе коммуникации внутри семьи, обсуждая происходящие с ними на работе события, давая этим событиям свою субъективную оценку, оценивая действия своих сослуживцев, родители, сами того не подозревая, формируют у своих детей, будущих выпускников школ, отношение к выполняемым ими профессиональным действиям и коммуникации внутри их трудового коллектива.

Следовательно, при анализе детско-родительских отношений как фактора выбора будущей профессии выпускниками школ необходимо учитывать, что фактор может быть, как благоприятным, так и неблагоприятным в отношении осуществления выбора будущей профессии выпускниками школ.

Несмотря на разработанность данной проблемы на данный момент недостаточно исследована связь детско-родительских отношений и выбора будущей профессии выпускниками школ.

Анализ полученных результатов показал, что особенностями детско-родительских отношений, по мнению выпускников школ, являются:

- высокий уровень доверия родителям;
- исключение неправильного поведения отцами и матерями;
- амбициозность матерей и формальное отношение к воспитанию отцов
- смена воспитательных тенденций и средний уровень непоследовательности родителей.

Большинство выпускников школ уже определились в своем профессиональном выборе и ориентируются на рационализм при профессиональном выборе. Для них характерен оптимизм в отношении профессионального будущего и высокий уровень самооценки. Понимают необходимость прислушиваться к рекомендациям родителей в профессиональном выборе и принимать во внимание точки зрения других людей при профессиональном выборе почти половина выпускников школ.

Существуют связи между детско-родительскими отношениями и профессиональными установками выпускников школ и выпускники школ с доверительными отношениями с родителями имеют высокий уровень сформированности профессиональных установок. Чем выше оценивают выпускники школ критическое отношение к ним матерей и управление, и своевременное корректирование поведения своего отцами, тем более решительны они в профессиональном выборе. А чрезмерная строгость матерей в межличностной коммуникации с выпускниками школ повышает уровень нерешительности профессионального выбора. Стремление матерей всевозможными способами исключить неправильное поведение выпускников школ и суровость, и педантичность отцов повышает значимость творческих мотивов при выборе профессии выпускниками школ.

Наличие амбиций у матерей повышает показатели оптимизма в отношении профессионального будущего и снижает значимость творческих мотивов для выпускников

школ, а частая смена ими воспитательных тенденций повышает показатели нерешительности профессионального выбора и оптимизма в отношении профессионального будущего, снижая значимость материальных мотивов при выборе профессии выпускниками школ.

Чем чаще матери юношей наслаждаются своей властью, тем выше показатели оптимизма в отношении профессионального будущего юношей. Управление и своевременное корректирование поведения юношей отцами снижает значимость для них социальных мотивов при выборе профессии, а формальное отношение отцов к воспитанию сыновей повышает их значимость. Непредсказуемость отцов повышает показатели самооценки и значимость престижных мотивов при выборе профессии юношей.

Наличие у матерей отзывчивости и симпатии к дочерям повышает значимость творческих мотивов при выборе профессии девушек, а амбиции матерей повышают их самооценку. Суровость и педантичность отцов повышает значимость моральных и утилитарных мотивов при выборе профессии девушек. Формальное отношение отцов к воспитанию дочерей повышает значимость для девушек творческих мотивов при выборе профессии, а непредсказуемость отцов способствует росту значимости для девушек при выборе профессии моральных мотивов.

Результаты исследования могут быть использованы при профориентационной работе со старшеклассниками, консультационной работе с родителями выпускников школ.

Литература:

1. Кондаков И. М. Диагностика профессиональных установок подростков // Вопросы психологии, 1997.- № 2.- С.122–131
2. Практикум по возрастной психологии: Учеб.пособие/Под ред. Л. А. Головей, Е. Ф. Рыбалко.-СПб.: Речь, 2002. С.640–652
3. Павлютенков Е. М. Формирование мотивов выбора профессии / Е. М. Павлютенков.-Киев, 2012- 80 с. (Методика)
4. Толстых Н. Н. Психология подросткового возраста: Учебник и практикум/ Н. Н. Толстых, А. М. Прихожан — Москва: Общество с ограниченной ответственностью «Издательство ЮРАЙТ», 2020.-406 с.
5. Шаповаленко И. В. Психология развития и возрастная психология: учебник и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020.-64с.

Исследовательский потенциал в студенческой среде: распределение уровней и особенности

Евсеева Анна Владимировна, студент магистратуры
Алтайский государственный педагогический университет (г. Барнаул)

Статья посвящена анализу теоретического содержания понятия «исследовательский потенциал», его трехкомпонентной структуры и особенностей. Также в статье представлены основные результаты проведенного эмпирического исследования, где отражено распределение уровней исследовательского потенциала среди студентов.

Ключевые слова: студент, исследовательский потенциал, научно-исследовательская деятельность, структура исследовательского потенциала, научные исследования, результаты исследования.

На сегодня в отечественной психологической науке понятие «исследовательский потенциал» является относительно новым, но при этом активно изучающимся современными авторами. Значение исследовательского потенциала высоко, поскольку одна из его ключевых функций заключается в том, что он является психологической основой для успешной организации и реализации научно-исследовательской деятельности. Таким образом, для успешного решения исследовательских задач представляется важным иметь определенные внутренние ресурсы, такие как мотивация и способности [1; 2].

Обозначим подходы различных авторов к определению понятия «исследовательский потенциал». Например, Н. А. Просолупова утверждает: «Исследовательский по-

тенциал студента — это интегральное свойство личности, отражающее совокупность важных для субъекта исследовательской деятельности ресурсов (исследовательских, методологических, рефлексивных, творческих умений, а также необходимых личностных качеств), которые служат основой для формирования исследовательских компетенций в вузе» [5, с. 102–103]. В свою очередь, Л. В. Ведерникова и Е. В. Кузеванова выделяют две формы исследовательского потенциала: потенциальный (возможности студента, которые могут быть реализованы в будущем) и актуальный (способности студента, которые уже проявились благодаря определенным механизмам и педагогическим условиям) [4].

Обозначим трехкомпонентную структуру исследовательского потенциала, разработанную Н. В. Бордовской,

С. Н. Костроминой, С. И. Розумом, Н. Л. Москвичевой, Л. А. Даринской. Структура включает мотивационный, когнитивный и поведенческий компоненты. Охарактеризуем содержание каждого из них [3]:

1. Мотивационный компонент отвечает за внутренние и внешние стимулы, которые побуждают индивида к исследовательской деятельности. Он содержит в себе такие психологические характеристики, как познавательная потребность, любознательность, исследовательская инициативность, эмоциональная вовлеченность в исследование, ценность познания в общей структуре ценностей и т. д.;

2. Когнитивный компонент представляет собой саморегулирующуюся когнитивную систему, которая обеспечивает успешность решения исследовательских проблем и задач определенного типа. Данный компонент состоит из следующих особенностей: гибкость мышления; критическое мышление; логичность мышления; быстроту мышления и оригинальность мышления;

3. Поведенческий компонент отражает качества личности, которые позволяют индивиду функционировать как самостоятельному исследователю. Он включает в себя аспекты самоорганизации своей деятельности и саморегуляции своего поведения, т. е. наличие побуждения к восполнению дефицита знания действием, умение находить баланс между четкими и гибкими алгоритмами исследовательского поведения, а также технологическая готовность. К этому же компоненту отнесены такие личностные особенности, как инициативность, самостоятельность, нетолерантное отношение к неопределенности, критическое отношение к догмам, толерантность к новому.

Для выявления выраженности исследовательского потенциала у студентов был использован опросник «Методика оценки исследовательского потенциала» [3], авторами которого являются Н. В. Бордовская, С. Н. Костромина, С. И. Розум, Н. Л. Москвичева, Н. Н. Искра. Данная методика служит для диагностики уровня выраженности исследовательского потенциала студента (высокий уровень, средний уровень, низкий уровень), который охватывает мотивационный, когнитивный и поведенческий компоненты.

Эмпирическое исследование было проведено на базе Алтайского государственного университета и Алтайского государственного педагогического университета среди студентов очной формы обучения 1–4 курсов, а также среди магистрантов 1–2 курсов. Всего в исследовании приняло участие 84 студента в возрастном диапазоне от 18 до 23 лет. Сбор данных проводился с использованием опроса через Google-Forms.

Согласно данным эмпирического исследования, 52 % опрошенных студентов демонстрируют средний уровень исследовательского потенциала. Это указывает на то, что у них есть базовые знания и навыки для проведения научной деятельности, однако различные обстоятельства могут препятствовать достижению более высоких результатов. В то же время 31 % студентов характеризуется низким уровнем исследовательского потенциала, что

может свидетельствовать о недостаточном интересе к изучаемым дисциплинам, проблемах с мотивацией и вовлеченностью в научную деятельность, а также о нехватке знаний и навыков в этой области и несформированной исследовательской культуре. Высокий уровень исследовательского потенциала выявлен у 17 % студентов, что говорит о наличии внутренних ресурсов, способствующих успешной научно-исследовательской деятельности и самореализации в научной сфере.

Далее представим распределение результатов по компонентам общего исследовательского потенциала, т. е. рассмотрим мотивационный, когнитивный и поведенческий компоненты. В отношении мотивационного компонента исследовательского потенциала были получены следующие результаты: 48 % студентов демонстрируют средний уровень мотивации, 46 % — низкий уровень, и лишь 6 % — высокий уровень. Эти данные указывают на то, что большинство студентов обладают достаточной мотивацией для познавательной деятельности. В то же время студенты с низким уровнем мотивации не испытывают потребности в поиске новых знаний и открытий. Напротив, те, у кого высокий уровень мотивационного компонента, проявляют высокую потребность в познании и открытии новых знаний, что обусловлено их ощущением нехватки знаний и стремлением исследовать неизведанное.

Данные когнитивного компонента демонстрируют следующее распределение: 57 % респондентов имеют средний уровень, 30 % — низкий, и только 13 % — высокий уровень. Это указывает на то, что большинство участников опроса обладают достаточными познавательными способностями и навыками для исследования. Студенты с низким когнитивным уровнем, напротив, не располагают необходимыми знаниями для планирования и проведения научных исследований, а также не имеют развитого критического мышления и аналитических способностей. В отличие от них, учащиеся с высоким уровнем когнитивного компонента обладают развитыми исследовательскими навыками, которые включают в себя умение ставить цели, задачи, формировать научный аппарат и находить решения. Они также демонстрируют высокий уровень понятийного мышления, наблюдательности и способности избирательно активизировать различные формы познавательной деятельности, а также открывать новое. Кроме того, высокий уровень когнитивного компонента говорит о развитых способностях к интеллектуальному творчеству, генерированию новых идей и освоению алгоритмов решения исследовательских задач.

В свою очередь, в отношении поведенческого компонента получено следующее распределение: 47 % респондентов демонстрируют средний уровень, 27 % — низкий, а 26 % — высокий уровень. Это свидетельствует о том, что студенты со средним уровнем проявляют умеренную готовность к продуктивной реализации своих возможностей в исследовательской деятельности, что связано с их способностью управлять собой и своими действиями

в ходе исследования. В отличие от них, учащиеся с низким уровнем поведенческого компонента не готовы к проведению научных исследований. В свою очередь, студенты с высоким уровнем этого компонента обладают следующими качествами. Во-первых, у них развиты навыки самоорганизации, что позволяет им планировать и эффективно структурировать свою работу, распределять нагрузки и успешно справляться с задачами в условиях критических сроков. Во-вторых, они обладают волевыми качествами, которые обеспечивают способность к активности в процессе исследования, что связано с упорством, настойчивостью, целеустремленностью и ответственностью за достигнутые результаты.

Таким образом, исследовательский потенциал студентов — это совокупность личностных качеств, ресурсов и исследовательских способностей, которые обеспечивают психологическую предрасположенность и готовность личности к успешному осуществлению научно-исследовательской деятельности, а также служат критерием для оценки готовности к данной деятельности. Обозначим ключевые особенности исследовательского потенциала студентов. Во-первых, за исключением научно-исследовательской деятельности, исследовательский

потенциал студентов также имеет важное значение в их образовательном процессе и профессиональном становлении. Во-вторых, исследовательский потенциал способствует формированию у студентов умений и навыков, необходимых для решения сложных задач. Студенты, обладающие соответствующими теоретическими знаниями и навыками, способны не только находить и обрабатывать информацию, но и грамотно применять ее в практических ситуациях. В-третьих, развитие исследовательского потенциала способствует формированию творческого мышления к решению проблем. В-четвертых, исследовательский потенциал формирует у студентов готовность и ответственность к самостоятельной деятельности.

Кроме того, представляются важными сформированные и относящиеся к форме критического мышления рефлексивные умения, которые позволяют студентам анализировать свои сильные и слабые стороны. Также не стоит забывать о таком важном аспекте как мотивация. Для развития исследовательского потенциала необходимо не только приобретение соответствующих знаний, навыков и совершенствование определенных качеств, но и повышенный интерес и стремление к занятию научно-исследовательской деятельностью.

Литература:

1. Берестнева, Е. В. Проблемы оценки исследовательского потенциала / Е. В. Берестнева // Фундаментальные исследования. — 2015. — № 2–9. — С. 4151–4153.
2. Бордовская Н. В., Костромина С. Н. Потенциальная и реальная готовность студента к исследованию / Н. В. Бордовская, С. Н. Костромина // Высшее образование в России. — 2013. — № 10. — С. 125–133.
3. Бордовская Н. В., Костромина С. Н., Розум С. И., Москвичева Н. Л. Исследовательский потенциал студента: содержание конструкта и методика его оценки / Н. В. Бордовская, С. Н. Костромина, С. И. Розум, Н. Л. Москвичева // Психологический журнал. — 2017. — № 2. — Т. 38. — С. 89–103.
4. Ведерникова Л. В., Кузеванова Е. В. Сущность и структура исследовательского потенциала студентов педагогического вуза / Л. В. Ведерникова, Е. В. Кузеванова // Вестник Башкирского ун-та. 2015. — № 1. — С. 285–292.
5. Просолупова, Н. А. Исследовательский потенциал студентов: возможности развития в современном вузе / Н. А. Просолупова // Гаудеамус. — 2017. — № 4. — С. 102–105.

Как студенты технических и гуманитарных вузов воспринимают романтические отношения

Калугина Екатерина Сергеевна, студент

Научный руководитель: Терелянская Ирина Васильевна, кандидат психологических наук, доцент

Волгоградский институт управления — филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации

В статье рассматривается исследование романтических отношений студентов гуманитарных и технических вузов, их представлений о любви. Проводится анализ, как склад ума студентов влияет на формирование ценностных ориентаций молодёжи в сфере романтических отношений.

Ключевые слова: психология, романтические отношения, студенты, вузы, любовь.

Романтические отношения — форма взаимодействия между партнёрами, которых объединяет не только физическое влечение, но и глубокая эмоциональная связь.

В таких отношениях есть умение понимать друг друга, поддерживать, делиться чувствами. Они могут начинаться с флирта или влюбленности и перерасти в длительные

отношения, а затем в брак. Романтические отношения включают в себя разные типы привязанности и могут быть представлены в различных комбинациях близости, страсти и обязательств (согласно теории Стернберга) [15].

Цель исследования: изучение представлений молодых людей студенческого возраста о романтических отношениях и влияние на данные представления гуманитарного или технического образования.

Объект данного исследования: романтические отношения в студенческом возрасте среди студентов-гуманитариев и студентов технических вузов.

Средний возраст вступления в первый брак в России вырос до 23,2 года у женщин и 25,4 года у мужчин (Росстат). Это подчеркивает изменения в жизненных установках молодежи и отражает новые взгляды на романтические отношения.

65 % женщин и 49 % мужчин считают, что брак нужно заключить до 25 лет. Однако только 3 % женщин и 1 % мужчин не вступают в брак до этого возраста [5].

Романтические отношения играют важную роль в личностном развитии и благополучии. Студенческий возраст (16–25 лет) характеризуется активным развитием нравственных и эстетических принципов, формированием взглядов и стремлением к самостоятельности.

Исследование романтических отношений студентов важно для студентов, преподавателей и специалистов в области психологии и педагогики. Оно помогает понять, как студенты воспринимают любовь, выбирают партнеров и готовятся к семейной жизни.

Хотя считается, что студенты технических вузов менее склонны к романтическим отношениям, любовь остается важной частью их жизни. Сравнительный анализ отношений среди студентов гуманитарных и технических вузов важен для понимания социально-психологического развития молодежи и оптимизации образовательных программ.

Недостаток научных работ в этой области подчеркивает необходимость данного исследования. Работа Бочавера К. А. «Романтические отношения в юношеском возрасте: представления о преодолении трудностей» выделяется среди единичных релевантных исследований [3].

Новизна данного исследования заключается в выявлении и анализе различий в представлениях о романтических отношениях у студентов технических и гуманитарных специальностей, что позволит расширить понимание влияния образовательного контекста на формирование ценностных ориентаций молодежи и при необходимости разработать рекомендации для образовательных учреждений по формированию гармоничных и здоровых представлений о романтических отношениях у студентов.

Основная гипотеза исследования: существуют различия в представлениях о романтических отношениях у студентов гуманитарных и технических вузов.

Дополнительные гипотезы:

1) Студенты гуманитарных вузов склонны больше опираться на эмоциональные и интимные аспекты ро-

мантических отношений, в то время как студенты технических вузов могут придавать большее значение рациональным и практическим аспектам этих отношений.

2) Студенты вузов имеют специфические представления о романтических отношениях, а именно у студентов технических вузов больше выражено убеждение «один-единственный» партнер на долгое время, у студентов-гуманитариев преобладает представление «любовь с первого взгляда».

3) Существуют различия в уровнях выраженности трех компонентов любви согласно трехкомпонентной теории Стернберга (близость, страсть, обязательства). У студентов технических вузов преобладают обстоятельства, а у студентов гуманитарных вузов — близость.

4) По шкале романтических отношений результаты выше у студентов гуманитарных вузов, нежели у студентов технических вузов.

В психологической науке существует множество подходов к определению студенческого возраста и его особенностей. Также изучением любовных отношений занимались различные учёные.

Э. Эриксон, Д. Эриксон внесли значительный вклад в изучение психологических аспектов любовных отношений. Их работы помогают понять, как формируются и развиваются романтические чувства, какие психологические механизмы лежат в основе выбора партнера и поддержания отношений [14].

Э. Фромм в своих трудах анализировал природу любви и её влияние на личность. Он рассматривал любовь как потребность человека в преодолении одиночества и изоляции, а также как способ достижения самореализации и самоактуализации [12].

К. Изард исследовал эмоции и их роль в межличностных отношениях. Его работы помогают понять, какие эмоции сопровождают любовные отношения, как они влияют на поведение партнеров и на развитие отношений в целом [7].

К. А. Абульханова-Славская, М. И. Дьяченко, С. Л. Кандыбович, Е. Л. Бережковская (российские учёные-психологи) изучали студенческий возраст и его особенности. Их работы позволяют понять, какие психологические процессы происходят в жизни студентов, как они влияют на их развитие и формирование личности [10] [1].

И. А. Зимняя, Б. Г. Ананьев, Л. А. Кандыбович (советские психологи) также внесли значительный вклад в изучение студенческого возраста. Их работы помогают понять особенности психического развития студентов, их когнитивные процессы, мотивацию и эмоциональное состояние.

Анализ работ перечисленных учёных позволяет выделить несколько основных точек зрения на студенческий возраст и любовные отношения:

Психологические аспекты любовных отношений. Учёные, такие как Э. Эриксон и Э. Фромм, рассматривают любовные отношения как сложный психологический процесс, который включает в себя формирование привязан-

ности, выбор партнёра, развитие отношений и их поддержание. Их работы помогают понять, какие факторы влияют на эти процессы, какие психологические механизмы лежат в их основе [12] [14].

Особенности студенческого возраста. К. А. Абульханова-Славская, М. И. Дьяченко и другие учёные изучают особенности психического развития студентов, их когнитивные процессы, мотивацию и эмоциональное состояние. Их работы помогают понять, как эти особенности влияют на формирование личности студентов, на их отношения с партнёрами и на их общее развитие [1].

Работы указанных учёных представляют собой ценный вклад в изучение студенческого возраста и любовных отношений. Они позволяют понять психологические и эмоциональные аспекты этих явлений, а также их влияние на формирование личности и развитие отношений. Однако для более глубокого понимания этих процессов необходимо провести дополнительные исследования, объединяющие различные подходы и методы.

Исследование включало несколько этапов. На первом этапе была сформулирована цель и задачи исследования, сформулированы гипотезы. Для достижения цели были поставлены следующие задачи: анализ романтических представлений студентов, выявление компонентов любовных переживаний и определение ментальных типов участников. На втором этапе был осуществлён отбор участников исследования. Была сформирована выборка из 30 студентов, из которых 16 обучались в технических вузах, а 14 — в гуманитарных. Третий этап — выбор методов исследования. Для решения поставленных задач были использованы следующие методики в соответствующем порядке:

— Тест «Какой у вас склад ума», автор которого — Gilles Azopard — определил ментальные типы участников исследования [8];

— Шкала оценки романтических представлений (RBS), разработанная Сюзан Спричер и Сандрой Меттс позволила количественно оценить представления студентов о романтических взаимоотношениях, что важно для статистического анализа [16];

— Триангулярная шкала любви (Sternberg's Triangular Love Scale, STLS) помогла выявить компоненты любви у испытуемых, что способствовало пониманию их романтических представлений [15].

Эти методики позволили количественно оценить романтические представления студентов, выявить компоненты любовных переживаний и определить их ментальные типы. На четвёртом этапе была реализована процедура исследования. Испытуемым были предложены указанные методики для оценки их романтических представлений и ментальных типов. Результаты, полученные в ходе исследования, были зафиксированы и систематизированы для дальнейшего анализа. Далее проводилась обработка данных: использовались методы математической статистики, такие как Хи-критерий Пирсона и U-критерий Манна-Уитни. Эти методы позволили

выявить статистические взаимосвязи между ментальными типами студентов, их романтическими представлениями и идеализацией этих представлений. Седьмой этап — анализ результатов. Полученные данные были подвергнуты анализу и интерпретации с целью достижения поставленной цели исследования. На заключительном этапе были сформулированы выводы на основе проведённого анализа.

Был обеспечен адекватный объём выборки, который составил 30 студентов. Во-вторых, использовались стандартизированные методики, что повысило надёжность результатов. В-третьих, применялись методы математической статистики, такие как Хи-критерий Пирсона и U-критерий Манна-Уитни, что позволило провести углублённый анализ данных и выявить значимые закономерности. А также подробное описание процедуры исследования предоставило возможность оценки логики и обоснованности каждого шага, что также способствовало повышению надёжности и аргументированности полученных результатов.

Исследование включало три шага: определение ментального типа студентов, оценка их романтических представлений и анализ с помощью триангулярной шкалы любви Стернберга.

Согласно результатам методики Азопарди (гистограмма на рис. 1), среди студентов гуманитарных вузов преобладает левополушарный лимбический тип (6 человек — 43 %), тогда как среди технических — левополушарный корковый тип (7 человек — 44 %). Правополушарные типы не были выявлены ни в одной из групп. Есть также те, у кого чётко не определен ментальный тип (по 23 % в обеих группах).

Оценка романтических представлений по шкале RBS показала (гистограмма на рис. 2 и 3), что общая оценка выше у гуманитариев (72,5) по сравнению с техническими (67,5). Наибольшие различия наблюдались по шкале «всепобеждающая любовь» (4,1). Шкалы «один-единственный», «идеализация» и «любовь с первого взгляда» показали незначительные различия.

Триангулярная шкала любви Стернберга выявила, что у гуманитариев выше уровни близости, страсти и обязательств по сравнению с техническими студентами. Однако соотношение уровней у студентов и тех, и других вузов совпадают: наиболее выражено стремление к близости, выражающееся в чувствах сопричастности, единства, связанности, на втором месте — обязательства, включающие в себя совместные достижения или планы в долгосрочной перспективе и решение оставаться с партнёром в краткосрочной перспективе.

Математико-статистический анализ не подтвердил основную гипотезу о различиях в представлениях о романтических отношениях между студентами гуманитарных и технических вузов. Однако частично подтвердились дополнительные гипотезы: первая и вторая доп. гипотезы опровергнуты, третья гипотеза частично подтверждена, действительно у студентов гуманитарных вузов преобла-



Рис. 1



Рис. 2



Рис. 3

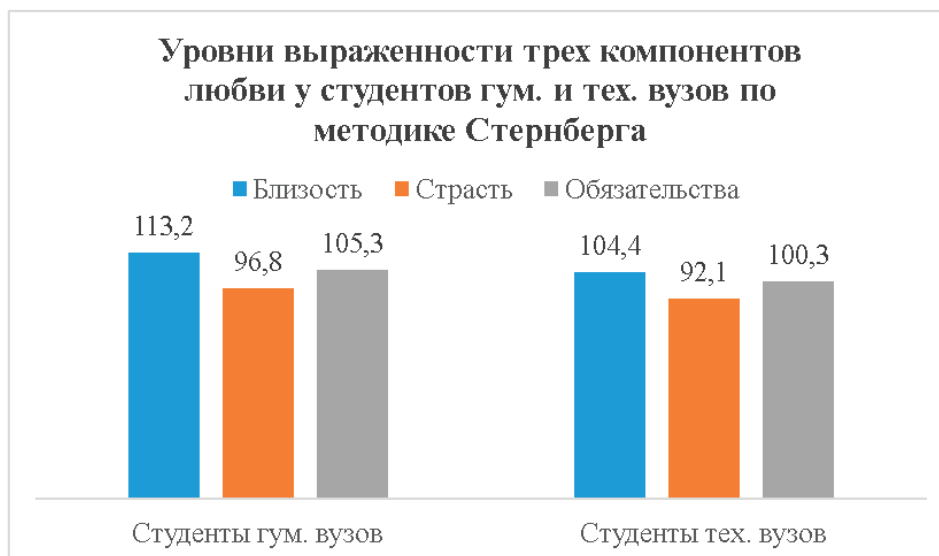


Рис. 4

дает компонент любви — близость (по методике Стернберга), четвертая доп. гипотеза подтверждена.

Тема исследовательской работы соответствует поставленным целям и задачам. Цель достигнута: различия не выявлены. Представленное исследование важно для студентов, преподавателей и специалистов по работе с молодёжью, давая возможность лучше понять чувства об-

учающихся и их взгляды на романтические отношения. Некоторые стереотипы в студенческой среде развеяны. Рекомендации для образовательных программ не потребовались. Для дальнейших исследований возможно изучение других факторов, влияющих на романтические отношения и разработка рекомендаций для формирования здоровых романтических отношений у студентов.

Литература:

1. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. — Москва: Мысль, 1991. — 299 с.
2. Ананьев, Б.Г. Возрастная периодизация жизненного цикла человека / Б. Г. Ананьев. — Москва // Психология развития: хрестоматия / Ред. А. К. Болотова, О. Н. Молчанова. — Москва: ЧеРо: Омега-Л, 2005. — 115–121 с.
3. Бочавер, К. А. Романтические отношения в юношеском возрасте: представления о преодолении трудностей: специальность 19.00.05 «Социальная психология»: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Бочавер Константин Александрович; Московский городской психолого-педагогический университет. — Москва, 2012. — 26 с.
4. В России вырос средний возраст вступления в первый брак. — Текст: электронный // Forbes. — URL: <https://www.forbes.ru/forbeslife/487058-v-rossii-vyros-srednij-vozrast-vstuplenia-v-pervyj-brak> (дата обращения: 13.05.2025).
5. Выборочное наблюдение репродуктивных планов населения в 2022 году (Итоги наблюдения — Отношение к регистрации брака в зависимости от возраста). — Текст: электронный // Федеральная служба государственной статистики. — URL: https://rosstat.gov.ru/free_doc/new_site/RPN22/index.html (дата обращения: 13.05.2025).
6. Гордиенко, Е. В. Возрастная психология. Курс лекций: учебное пособие для вузов / Е. В. Гордиенко. — Санкт-Петербург: Лань, 2025. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/460703> (дата обращения: 13.05.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей).
7. Изард, К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард. — Москва: Питер, 2006. — 460 с.
8. Какой у вас склад ума. — Текст: электронный // Психологические тесты онлайн. — URL: <https://psytests.org/result?v=mxaW4yr&pp=1> (дата обращения: 13.05.2025).
9. Психология раннего студенческого возраста: монография / Е. Л. Бережковская, В. Т. Кудрявцев, О. Г. Кравцов, О. П. Меркулова; под редакцией Е. Л. Бережковской. — Москва: Проспект, 2014. — 192 с. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/61494> (дата обращения: 07.05.2025).
10. Психология становления профессионала в деятельности, осуществляемой в особых условиях: монография / Кандыбович С. Л., Анцупов А. Я., Глушко А. Н., Л.; ответственный редактор: Разина Т. В. — Москва: Издательский дом «УМЦ», 2023. — 291 с.
11. Триангулярная теория любви Стернберга. — Текст: электронный // Эти дети. — URL: <https://www.eti-deti.ru/semya/190.html> (дата обращения: 13.05.2025).

12. Фромм, Э. Искусство любить / Э. Фромм. — Санкт-Петербург: Азбука-классика, 2004. — 219 с.
13. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды. Проблемы возрастной и педагогической психологии: Под ред. Д. И. Фельдштейна. — М.: Международная педагогическая академия, 1995. — 224 с.
14. Эриксон, Э. Полный цикл жизни / Э. Эриксон, Д. Эриксон, с.английского,Т [перевела. — Санкт-Петербург: Питер, 2024. — 159 с.
15. R. J. Sternberg. The Triangle of Love. NY: Basic Books, 1988.
16. S. Sprecher, S. Metts. Development of the «Romantic Beliefs Scale» and examination of the effects of gender and gender-role orientation // Journal of Social and Personal Relationships, 1989. 6.

Неблагоприятный детский опыт как фактор формирования тревожности

Крикова Людмила Владимировна, студент магистратуры

Научный руководитель: Груздова Инна Викторовна, кандидат педагогических наук, доцент
Тольяттинский государственный университет

В статье рассмотрены вопросы формирования личностной тревожности, истоки которой находятся в детском опыте взаимоотношений в семье, а также в наличии детских психотравмирующих событий. Автор приходит к выводу, что при всей изученности этих психологических феноменов, остаются пробелы в понимании травматичности негативных событий детства в гендерном аспекте.

Ключевые слова: личностная тревожность, ситуативная тревожность, тревога, неблагоприятный детский опыт, детская психотравма.

Психологический феномен тревожности имеет давнюю историю всестороннего изучения, так как является наиболее частым источником развития различных психических, поведенческих и эмоциональных проблем. В научной литературе отмечается его связь с невротическими расстройствами (А. Адлер, К. Хорни), психосоматическими заболеваниями (Ф. Александер), негативное влияние на познавательные процессы и эффективность деятельности (А. М. Прихожан).

В настоящее время наиболее распространенным представлением о тревожности является концепция Ч. Спилбергера, который выделяет две формы тревожности — ситуативную и личностную: тревожность как состояние и тревожность как черту [9]. Ситуативная тревожность возникает под действием внешних факторов — это появляющееся и исчезающее эмоциональное состояние, которое базируется на ощущении опасности (реальной или воображаемой). Личностная тревожность понимается как стабильное индивидуальное свойство, проявляющееся в готовности реагировать на любую, даже незначительную угрозу внутреннему комфорту, повышением тревоги и беспокойства [2]. Ю. М. Забродин и соавторы отмечают, что эти две формы тревожности взаимосвязаны, но первичной стоит считать ситуативную тревожность, так как формирование личностной тревожности зависит от частоты и интенсивности переживаний тревоги в конкретных неблагоприятных ситуациях [2]. На психологическом уровне тревожность ощущается как напряженность, нервозность, чувство неопределенности, бессилия, одиночества, надвигающейся катастрофы, трудности в принятии решений [6]. Частое переживание

этих состояний формирует некий паттерн реагирования на неблагоприятные обстоятельства, закрепляющийся со временем.

В отечественной науке проблеме тревожности уделяла много внимания А. М. Прихожан, рассматривая ее в онтогенезе личности. Для исследовательницы тревожность — это сложное и устойчивое эмоционально-личностное образование, которое имеет когнитивный, эмоциональный и операциональный аспекты. Некоторый уровень тревожности для человека является нормой, так как необходим для приспособления и самосохранения. Однако, когда тревожность становится образованием, встроенным в структуру психики, она в значительной степени осложняет социальное функционирование, препятствует учебной и профессиональной деятельности, межличностному общению [6].

Возникновение личностной тревожности до подросткового возраста, по А. М. Прихожан, связано с аффективно-потребностной сферой, с неудовлетворенностью потребности ребенка в устойчивом представлении о себе (самооценке, самоценности и других Я-потребностей) [6]. Закономерно, что в первую очередь это зависит от стабильности взаимоотношений в семье, где при нарушенных детско-родительских связях и нездоровой психологической атмосфере ведущие потребности ребенка не будут удовлетворены, тревожность будет закрепляться и усиливаться, начиная выполнять мотивационные функции в разных жизненных сферах ребенка.

На связь тревожности с неудовлетворенными базовыми потребностями ребенка указывали и исследователи психоаналитического направления. Так, К. Хорни считает,

что базальная тревога порождается чувством небезопасности в отношениях с родителями, воспринимаемом неприятием с их стороны, враждебности, отвержении [8].

Таким образом, бесспорна роль детского опыта взаимоотношений со значимыми другими в формировании личностной тревожности, которая закрепляется и направляет действия человека на протяжении всего его жизненного пути. Неблагоприятный детский опыт как психологический конструкт в науке исследован достаточно подробно и широко, а его воздействие на психику человека освещалось еще в ранних психоаналитических исследованиях. В настоящее время А. А. Кибитов и соавторы определяют НДО «как эмоционально негативно значимые переживания в детском и подростковом возрасте, потенциально травматические для психики, которые могут иметь долговременные негативные последствия для здоровья и благополучия человека; этот опыт включает в себя различные виды жестокого обращения, насилия, пренебрежения, а также проживание и развитие в небезопасной среде» [3, с.32]. В целом это понятие синонимично определению психологической травмы, произошедшей в детстве, которая понимается как «жизненно важное для индивида событие, затрагивающее значимые аспекты его существования, вызывающее глубокие психологические переживания, что может привести к нарушениям адаптации и стрессовым расстройствам» [7, с.94].

Тем не менее, как отмечают А. Н. Нехорошкова и И. Л. Большевидцева, причины появления высокой тревожности у одного человека и отсутствия таковых у другого в равных условиях воздействия внешних стресс-факторов до сих пор остаются недостаточно раскрытыми в психологии [5]. Безусловно, что важное значение здесь играют и нейробиологические факторы [4], и генетически детерминированные свойства функционирования мозга, которые могут быть ответственны за поддержание высокого уровня эмоционального возбуждения [1]. Но, на

наш взгляд, существуют и гендерные закономерности не только в развитии тревожности, но и в восприятии неблагоприятного детского опыта с точки зрения его травматичности.

Известно, что реакция на стресс может различаться у мужчин и женщин, что обусловлено не только психофизиологическими, но и социальными факторами. У женщин эмоциональная восприимчивость и тревожность более выражена, в первую очередь из-за высокой степени ответственности в семейно-ролевом поле, особенно в отношении материнства. У мужчин тревожность проявляется чаще скрыто, в основном выражаясь в различных деструктивных формах поведения и отношения (агрессивность, алкоголизм, проблемы с установлением личных связей) [4]. Однако гендерные закономерности восприятия НДО недостаточно изучены в эмпирическом плане, что является существенной лакуной в понимании влияния детских психотравм на последующую жизнь человека. Этот вектор изучения может быть перспективным и в практическом отношении, расширяя границы понимания нюансов переживания НДО и тревоги в зависимости от половой принадлежности.

Итак, высокая личностная тревожность способна существенно нарушить здоровое функционирование человека, в некотором смысле направить его жизнь по «ложному» пути, снижая мотивацию к достижениям, задавать направленность на неудачи, препятствовать развитию близких и доверительных межличностных связей. Точки формирования личностной тревожности, как правило, находятся в детском опыте, связанном с негативными переживаниями. Теоретический аспект проблемы связи тревожности с НДО достаточно хорошо изучен, тем не менее для исследователей остается еще много нерешенных вопросов, связанных с уточнением специфики переживания травматического опыта и негативных психологических состояний, с ним связанных.

Литература:

1. Аракелов, Г. Г. Психофизиологический метод оценки тревожности / Г. Г. Аракелов, Н. Е. Лысенко, Е. К. Шотт. — Текст: непосредственный // Психологический журнал. — 1997. — № 2. — С. 102–113.
2. Забродин, Ю. М. К методике оценки уровня тревожности по характеристикам временной перцепции / Ю. М. Забродин, Л. В. Бороздина, И. А. Мусина. — Текст: непосредственный // Психологический журнал. — 1989. — № 5. — С. 87–94.
3. Кибитов, А. А., Разработка и анализ психометрических свойств новой русскоязычной версии Международного опросника неблагоприятного детского опыта (ACE-IQ) / А. А. Кибитов, А. В. Трусова, К. В. Вышинский [и др.]. — Текст: непосредственный // Консультативная психология и психотерапия. — 2024. — № 1. — С. 29–57.
4. Кубышкина, Т. А. Психофизиологические механизмы формирования тревожности и страхов у созависимых мужчин и женщин / Т. А. Кубышкина. — Текст: непосредственный // Актуальные исследования. — 2024. — № 46.
5. Нехорошкова, А. Н. Нейробиологические предпосылки формирования тревожных состояний / А. Н. Нехорошкова, И. Л. Большевидцева. — Текст: непосредственный // Вестник САФУ. — 2016. — № 3. — С. 24–36.
6. Прихожан, А. М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст / А. М. Прихожан. — Санкт-Петербург: Питер, 2007. — 192 с. — Текст: непосредственный.
7. Степашкина, В. А. Психологические убеждения и ранние дезадаптивные схемы у лиц, переживших травматический опыт / В. А. Степашкина, Н. Р. Сулейманова. — Текст: непосредственный // Консультативная психология и психотерапия. — 2023. — № 31. — С. 91–113.

8. Хорни, К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ. / К. Хорни. — Москва: Айрис-пресс, 2004. — 464 с. — Текст: непосредственный.
9. Spielberger, C. D. Anxiety: Current trends in theory and research. / C. D. Spielberger. // N.Y. — 1972. — Vol. 1. — P. 24–55.

Связь уровня развития внимания и памяти в младшем школьном возрасте

Лазуренко Александра Сергеевна, студент

Научный руководитель: Овсянникова Елена Алексеевна, кандидат психологических наук, доцент;

Научный руководитель: Доронина Наталья Николаевна, кандидат психологических наук, доцент

Белгородский государственный национальный исследовательский университет

В статье рассматривается связь уровня развития внимания и памяти у младших школьников. Выявлено, что существует статистически значимая связь между уровнем сформированности внимания и памяти у детей младшего школьного возраста, а именно: чем больше объём внимания, тем выше уровень развития слуховой и зрительной памяти.

Ключевые слова: внимание, память, младший школьный возраст, развитие внимания, развитие памяти.

Современные общественные тенденции выдвигают новые требования к детям. Непрерывный рост информационного потока приводит к увеличению объема знаний, необходимых для успешной адаптации и социализации в условиях современного общества.

Эти изменения подчеркивают важность развития внимания, чтобы уметь выделять необходимую и полезную информацию. При этом важна способность переключаться с одной информации на другую, стремясь создать целостное представление об исследуемом объекте или явлении. Младший школьный возраст — это время активного развития и значительных изменений в познавательных процессах: они становятся более опосредованными, осознанными и произвольными. Уровень внимания напрямую влияет на результативность действий человека.

В младшем школьном возрасте ведущей является учебная деятельность. Достижение высокой успеваемости среди школьников осуществляется с помощью комплексной системы дидактических и воспитательных приемов, а также оптимального структурирования учебного процесса [7].

Развитие внимания способствует качественной трансформации других познавательных процессов, делая их более регулируемыми и произвольными.

С этой точки зрения особенно актуальным становится исследование связи между вниманием и памятью у младших школьников. На протяжении многих десяти-

летий известные зарубежные и отечественные психологи и педагоги, такие как Л. С. Выготский, П. Я. Гальперин [2], Н. Ф. Добрынин [3], П. Жане, Л. Н. Леонтьев, Р. С. Немов, А. В. Петровский, С. Л. Рубинштейн [5] и многие другие, занимались и продолжают заниматься этой проблемой.

Цель статьи — выявить связь уровня развития внимания и памяти детей младшего школьного возраста. Мы предположили, что существует статистически значимая связь между уровнем сформированности внимания и памяти у детей младшего школьного возраста, а именно: чем больше объём внимания, тем выше уровень развития слуховой и зрительной памяти.

Методики исследования:

1. Методика определения продуктивности и устойчивости внимания (модификация метода Пьерона — Рузера).
2. Методика для исследования процессов памяти «Заучивание 10 слов» (А. Р. Лурия).

Результаты анализа определения уровня концентрации и устойчивости внимания представлены в таблице 1.

Анализ данных, представленных в таблице 1, позволяет сделать вывод о том, что в исследуемой группе высокий уровень был выявлен у 13,3 % опрошенных детей. Данная характеристика указывает на высокую степень концентрации и самодисциплины ребёнка. Он способен длительное время сохранять фокус на поставленной задаче, минимизируя количество ошибок. При этом ребёнок демонстрирует способность к быстрому переключению между различными видами деятельности.

Таблица 1. Распределение младших школьников по уровню концентрации и устойчивости внимания (%)

Уровень развития	Исследуемая группа	
	Кол-во детей, чел.	Кол-во детей, %
Высокий уровень	4	13,3
Средний уровень	14	46,7
Низкий уровень	12	40
Очень низкий	-	

Очень низкий уровень развития концентрации внимания не показал ни один ребенок.

Результаты анализа уровня развития памяти представлены в таблице 2.

Таблица 2. Распределение младших школьников по уровню развития памяти (%)

Уровень развития памяти	Исследуемая группа	
	Кол-во детей, чел.	Кол-во детей, %
Очень низкий	2	6,6
Низкий	8	26,6
Средний	8	26,6
Выше среднего	7	23,3
Высокий	5	16,9

Анализ данных, представленных в таблице 2, позволяет сделать вывод о том, в исследуемой группе высокий уровень был выявлен у 5 детей (16,9 %). Испытуемые могут успешно запоминать и воспроизводить информацию, что положительно влияет на усвоение учебного материала.

У исследуемой группы очень низкий уровень был выявлен у 2 детей (6,6 %). Испытуемые с низким уровнем развития памяти испытывают трудности в обучении, требуют индивидуального подхода и дополнительных упражнений.

Для выявления связи между уровнем развития внимания и памяти был проведен корреляционный анализ методом ранговой корреляции Спирмена. В результаты анализа значимая связь между уровнем развития внимания и памяти не выявлена.

Таким образом, можно сделать вывод, что связь между уровнем развития внимания и памяти в младшем школьном возрасте не является статистически значимой. Изменения в развитии одной из этих функций не определяют изменения в другой, по крайней мере в исследуемой группе.

Литература:

1. Бурова, Е. И. Влияние упражнений на внимание и память у младших школьников // М.: Академический проект. — 2023. — 120 с.
2. Гальперин, П.Я., Кабыльницкая С. Л. Экспериментальное формирование внимания / П. Я. Гальперин, С. Л. Кабыльницкая. М.: Издательство Московского университета, 1974. — 102 с.
3. Добрынин, Н. Ф. Деятельность и внимание / Н. Ф. Добрынин // Проблемы деятельности в советской психологии. Тезисы докл. к 5-му Всесоюзному съезду общества психологов. Ч. 1. М., 1977. — С. 93 -137.
4. Леонтьев А. Н. Логическая и механическая память // Психология памяти: Хрестоматия; Ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романов. М.: ЧеРо, 2013. — С. 626–652.
5. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии. — СПб: Питер, 2009. — 720 с.
6. Сорокоумова, Е. А. Психология детей младшего школьного возраста. Самопознание в процессе обучения: учебное пособие для среднего профессионального образования. 2-е изд., перераб. и доп. Москва: Юрайт, 2022. — 216 с.
7. Тупталова, А. С. Развитие внимания младших школьников в учебной деятельности // Молодой ученый. 2016. № 26.

Построение карьерных перспектив старшеклассниками с разной степенью профессиональной идентичности

Лапшина Любовь Александровна, студент
Московский государственный психолого-педагогический университет

Актуальность исследования карьерных перспектив старшеклассниками обусловлена необходимостью осуществления квалифицированного психолого-педагогического сопровождения процесса формирования профессионального самоопределения старшеклассников в условиях быстро меняющихся условий на рынке труда. Особую значимость приобретает готовность к смене карьерных направлений и необходимость непрерывного про-

фессионального развития на протяжении всей трудовой деятельности.

Построению карьерных планов старшеклассниками предшествует многоуровневый и многоаспектный процесс профессионального самоопределения, переходящий в процесс формирования профессиональной идентичности.

Профессиональное самоопределение принято понимать как комплексный и перманентно эволюционирующий про-

цесс, в ходе которого человек формирует свое отношение к работе и профессиональной деятельности. Это включает в себя развитие личных качеств, раскрытие внутреннего потенциала, а также формирование конкретных целей и планов в выбранной профессиональной сфере. [3, с. 75].

Формирование профессиональной идентичности инициируется в детском возрасте посредством механизмов фантазирования и профессиональных проб в игровых формах. К подростковому периоду данный процесс выходит на передний план в структуре личностного развития, что обуславливает необходимость реализации психолого-педагогической поддержки. Т. А. Егоренко, обобщив отечественный и зарубежный опыт, выделяет следующие методы сопровождения [2]:

Профориентационные игры — используются для развития профессиональной идентичности и самопознания

Профессиональные пробы — позволяют получить реальный опыт в различных профессиональных сферах;

Менторство — система наставничества от опытных профессионалов к начинающим;

Карьерное консультирование — индивидуальные и групповые консультации с профессиональными консультантами;

Профессиональные выставки и ярмарки — мероприятия для знакомства с рынком труда.

Профессиональное самоопределение дает толчок для формирования профессионального самоопределения. Дж. Марсия считал, профессиональное самоопределение есть условие формирования идентичности [6].

Показателями сформированности профессиональной идентичности можно считать стремление к профессиональному общению, повышению своих профессиональных качеств, творческий подход к решению задач.

Было проведено исследование карьерных перспектив старшеклассников с разной степенью профессиональной идентичности, их профессиональной готовности и карьерных ориентиров. Использовались методики исследования статусов профессиональной идентичности [1], профессиональной готовности [4] и методика «якоря карьеры» [5].

Анализ результатов показал, что большинство респондентов находится в статусе профессиональной иден-

тичности «мораторий» (49 %), меньшая часть (40 %) демонстрирует сформированную профессиональную идентичность, незначительное количество (11 %) характеризуется неопределенным статусом.

Профессиональные ориентиры старшеклассников с различной степенью профессиональной идентичности демонстрируют существенную схожесть. Ориентиры указывают на желание получить работу в стабильной компании с хорошей репутацией и полным социальным пакетом, быть полезными людям и гармонично сочетать профессиональную и внепрофессиональную сферы жизни. А также показало достаточно низкую информированность старшеклассников о мире профессий.

Исходя из анализа анкет, видно, что старшеклассники имеют очень похожие профессиональные ориентиры и степень профессиональной готовности.

Можно предположить, что сейчас для школьников, независимо от степени их профессиональной идентичности, актуально беспокойство о будущем, желание иметь больше стабильности на следующем жизненном этапе. Возможно, это отражение быстро меняющихся политических и экономических условий в мире и нашей стране в частности.

Также причина таких результатов опроса может быть связана со структурными изменениями в мире профессий, увеличение доли IT-технологий, которые диктуют необходимость развивать широкий спектр специальностей для гибкого отклика на меняющиеся технические условия труда и жизни в целом. Такая тенденция вызывает необходимость отказываться от узкой специализации и размывает границы такого явления как профессиональная идентичность.

Полученные данные позволяют выдвинуть гипотезу о глубокой трансформации ключевых социально-психологических механизмов становления личности в современных условиях. Наблюдаемые изменения в динамике профессионального самоопределения (ускорение смены карьерных траекторий, размывание четких профессиональных границ, рост значения soft skills над узкоспециализированными компетенциями) влекут за собой перестройку всей системы личностной идентичности.

Литература:

1. Грецов, А. Г. Психологические тесты для старшеклассников и студентов / А. Г. Грецов, А. А. Азбель. — Санкт-Петербург: Питер, 2012. — 192 с.
2. Егоренко, Т. А. Методы активизации профессионального самоопределения личности на этапе допрофессионального развития: опыт зарубежных стран / Т. А. Егоренко // Психологическая наука и образование. — 2023. — Т. 18, № 3. — С. 56–67. — DOI: 10.17759/pse.2023180305
3. Старикова, Л. Профессиональное самоопределение и профориентация / Л. Старикова // Высшее образование в России. — 2007. — № 5. — С. 75–78.
4. Чернявская, А. П. Психологическое консультирование профессиональной ориентации / А. П. Чернявская. — Москва: Владос-Пресс, 2004. — 256 с.
5. Чикер, В. А. Психологическая диагностика организации и персонала / В. А. Чикер. — Санкт-Петербург: Речь, 2006. — 176 с.
6. Marcia, J. E. Identity in adolescence / J. E. Marcia // Handbook of adolescent psychology. — 1980. — Vol. 9, No. 11. — Pp. 159–187.

Исследование взаимосвязи уровня стресса и копинг-стратегий сотрудников предприятия в процессе трудовой деятельности

Монаенкова Елена Алексеевна, студент магистратуры
Тольяттинский государственный университет

Статья посвящена вопросам исследования психологической адаптации, копинг-стратегий сотрудников при различных показателях уровня стресса. В ней проведен анализ влияния различных факторов и уровней стресса на выбор копинг-стратегий в процессе трудовой деятельности, а также влияния индивидуальных особенностей типа нервной системы на процесс адаптации к стрессу.

Показано, что основными причинами, влияющими на выбор сотрудниками определенных копинг-стратегий в процессе трудовой деятельности, являются внешние и внутренние причины, в совокупности. При этом очевидна взаимосвязь между уровнем стресса, и используемой человеком стратегии поведения. Дополнительно были исследованы показатели многофакторности стресса, тип ВНД и уровень интеллекта.

Ключевые слова: стресс, копинг-стратегии, тип нервной системы, адаптация, совладающее поведение.

Проблема стресса остается актуальной и интересной для исследования. В переводе с английского, стресс — это напряжение, давление. И действительно, человек так и ощущает себя в сложной стрессовой ситуации.

Первым, кто изучал это явление, был канадский ученый Ганс Селье. В 1936 году вышла его уникальная работа по теме общего адаптационного синдрома.

К настоящему времени накоплен большой объем работ и исследований на тему стресса. Но, тем не менее, проблема стресса остается одной из самых сложных тем для изучения, в виду ее многоплановости. Феномен стресса рассматривается на стыке нескольких наук. Существует физиологический, психологический, психофизиологический и социальный подходы.

Как таковой, стресс не является однозначно негативным событием, по мнению Г. Селье. [8, 9]. Он может быть и положительным (эустресс), и негативным (дистресс) [9].

Концепция стресса использовалась широким кругом специалистов, что нашло отражение в различных взглядах на данную проблему.

Стресс можно отнести к действию каких-либо внешних стимулов (стрессоров). Или субъективная реакция на ситуацию, основанная на внутренних переживаниях, направленная на оборонительные действия, преодоление и борьбу. Также стресс может быть и физической реакцией на негативное и вредное воздействие на организм. В этом смысле его рассматривал Г. Селье [8, 9] и У. Кеннон [3].

Эмоциональный стресс появляется в ситуациях опасности, обиды, эмоционального перенапряжения и т. д.

Ганс Селье [8] выделил в развитии стресса три этапа:

1. Реакция тревоги — фаза мобилизации защитных сил организма. Она повышает устойчивость по отношению к определенному действию. Происходит перераспределение резервов организма.

2. Стадия сопротивляемости. Внешне поведение не отличается от нормы. Но внутренне идет перерасход адаптационных запасов.

3. Стадия истощения, которая может привести к ухудшению самочувствия, к различным заболеваниям и в некоторых случаях к смерти.

Выделяют также этапы развития стрессового состояния у человека:

1. Возрастание напряженности.
2. Собственно стресс.
3. Снижение внутренней напряженности.

Иногда, понятие стресс относят к состоянию беспокойства в организме, которое он стремится устранить или уменьшить [2]. Или к поведенческим и психологическим реакциям, которые отражают внутреннее состояние напряжения, подавленности.

Чтобы справиться со стрессовыми ситуациями, в социальном окружении, при негативном физическом воздействии или в других обстоятельствах, человек вынужден принимать меры, по избеганию или агрессии, устранении угрожающих условий или их ослаблению.

В любом случае, характер физиологических и психологических реакций на стрессовую ситуацию зависит от оценки индивидом внешних и внутренних угроз, особенностей внутренней психологической структуры личности и ее ролью в стремлении преодолеть стресс. То есть, специфика психического отражения стрессовой реакции, зависит от выбора целей, которые формируются, в зависимости от содержания мотивов деятельности. Мотивы в свою очередь в процессе деятельности наполняются эмоционально и связаны с эмоциональными переживаниями человека. Поэтому эти переживания специфичны и субъективно окрашены.

Ю. А. Александровский [1] с эмоциональным стрессом связывает напряжение барьера психической адаптации, а патологические последствия эмоционального стресса — с его прорывом. Учитывая ведущую роль центральной нервной системы в формировании общего адаптационного синдрома, стресс определяют как состояние напряжения или перенапряжения процессов метаболической адаптации головного мозга, ведущих к защите или повреждению организма на разных уровнях его организации

посредством единых нейрогуморальных и внутриклеточных механизмов регуляции. Такой подход фиксирует внимание только на энергетических процессах в самой мозговой ткани.

Р. Лазарус [4] характеризует психологический стресс как обусловленное «угрозой» эмоциональное переживание, которое оказывает влияние на способность человека достаточно эффективно осуществлять свою деятельность.

Однако не каждый стресс проходит бесследно для психического здоровья человека. Иногда, человек не способен совладать со стрессовой ситуацией и выбрать адаптивную копинг-стратегию поведения.

Понятие «coping behavior» — копинг — в психологии означает различные виды и способы поведения, совладания с ситуацией, начиная от психологической защиты до целенаправленных способов преодоления проблемных ситуаций. Психологический смысл копинг-поведения состоит в стремлении адаптироваться в ситуации стресса оптимальным для индивида способом, путем облегчения травмирующего воздействия ситуации. Человек также применяет механизмы психологической защиты в стрессовых, кризисных для него ситуациях. Но они отличаются от копинг-поведения тем, что являются бессознательными и направлены на снятие эмоционального напряжения. В то время как, копинг-поведение осуществляется на сознательном уровне и имеет своей целью восстановление нарушенных отношений между личностью и ее окружением.

Существуют различные классификации копинг-стратегий. Однако большинство классификаций строятся около двух видов, предложенных Р. Лазарусом и С. Фолькманом [4].

1. Проблемно-ориентированный.
2. Эмоционально-ориентированный.

Проблемно-ориентированный направлен на изменение ситуации. Эмоционально-ориентированный направлен на стабилизацию эмоционального состояния.

На основе этого, было выделено 8 групп совладающего поведения: конфронтация; дистанцирование; самоконтроль; поиск социальной поддержки; принятие ответственности; бегство-избегание; планирование решения проблемы; положительная переоценка.

Исследования Г. Селье [8], показали, что разные неблагоприятные причины — утомление, страх, обида, холод, болезнь, унижение и множество других факторов вызывают в организме однотипную комплексную реакцию не зависимо от того, какой именно раздражитель действует на него в этот момент. При этом раздражители могут и не существовать в реальности. Человек реагирует не только на действительную опасность, но и на угрозу или напоминание о ней. [6].

Способ совладания, он же способ адаптации, поведение, которое подходит наилучшим образом для конкретной ситуации, является реакцией человека, которая выбирается им, как эффективная для конкретной ситуации, то есть «сообразный реальности» [1] способ.

Человек хорошо адаптируется к ситуации, если продуктивность его деятельности, его способность наслаждаться жизнью, его психическое равновесие остаются ненарушенными. Однако неправильно приписывать любую неудачу недостатку адаптации. Эти утверждения бессмысленны, потому что они упускают из виду те взаимосвязи, условия, которые приводят человека к успеху или неудаче в конкретной ситуации. Степень адаптивности можно, например определить, в связи с относящимися к окружающей обстановке ситуациями. Человек по-разному может воспринимать стрессовую ситуацию. И уровень стресса также влияет на его поведенческую реакцию в трудной жизненной ситуации.

С самого рождения задача человека адаптироваться к человеку, к окружающей среде, часть которой уже сформирована людьми. Человек не только сам адаптируется к обществу, но также активно участвует в создании условий, к которым он должен адаптироваться. Причем отношения человека со средой периодически нарушаются и надо снова возвращать их к равновесию. А равновесие не всегда идеально. Оно может быть, в некоторых случаях патологическим.

Не каждое отклонение от равновесия является конфликтом. И каждый организм имеет механизм для восстановления и стабилизации равновесия.

Важно понять, что не для всех людей равновесие считается идеальным состоянием. Не каждый может существовать в полном согласии с требованиями общества, социума. Поэтому стремление достижения адаптации может порой привести к расстройству адаптации. Известно, что и невротический симптом, может быть неудачной попыткой адаптации. А при правильной проработке, адаптационные расстройства могут трансформироваться в адаптационные достижения. Такие противоречия присутствуют. И точного определения психическому здоровью нет. Психическое здоровье не может считаться делом случая. Необходимо быть готовым к среднеожидаемым ситуациям среды и внутренним конфликтам.

Изучая механизмы адаптации организма к возмущающим факторам, нельзя не коснуться ставших классическими работ У. Кеннона, И. П. Павлова, Л. А. Орбели, Э. Геллгорна и других ученых, отметивших важнейшую роль нервной системы в формировании адаптивных реакций организма в условиях стресса. [4].

Основные общие типы нервной системы по Павлову [7]:

1. Живой тип (Сангвиник).
2. Спокойный тип (Флегматик).
3. Безудержный тип (Холерик)
4. Слабый тип (Меланхолик)

Таковы четыре главных типа нервной системы, общих для человека и животных. Однако в чистом виде, как они описаны, встречаются очень редко. Обычно существуют промежуточные формы с преобладанием свойств одного вида (Таб. 1; Таб. 2).

Таблица 1. Основные общие типы нервной системы

Сильный		Слабый	
Уравновешенный		Неуравновешенный	
Подвижный	Инертный	Подвижный	Инертный
Живой (Сангвиник)	Спокойный (Флегматик)	Безудержный (Холерик)	Слабый (Меланхолик)

Таблица 2. Подверженность стрессу основных общих типов нервной системы

№	Сильный Тип ВНД	Слабый тип ВНД	Подвержены стрессу
1	Сангвиник. Сила, уравновешенность, подвижность нервных процессов		Менее подвержен стрессу
2	Флегматик. Сила, уравновешенность. Инертность нервных процессов		Менее подвержен стрессу
3	Холерик. Сила, но неуравновешенность, с преобладанием возбуждения		Менее подвержен стрессу. Слабая выраженность процесса торможения в ЦНС может приводить к мощным эмоциональным всплескам и агрессии, но малая продолжительность периодов не доводит до стресса
4		Меланхолик. Слабость нервных процессов. Быстрый переход корковых клеток в состояние запредельного торможения	Более подвержен стрессу

Существенные различия в типологии человека обусловлены наличием у него второй сигнальной системы, его творческой и мыслительной деятельностью. Три типа людей по И. П. Павлову [7]: мыслительный тип (левополушарный); художественный тип (правополушарный); смешанный тип.

Люди мыслительного типа больше тяготеют к теории, конкретному, логическому анализу предметов. Явлений, имеют большой словарный запас и активно им пользуются. Способны прогнозировать события. Им присуща активность, целеустремленность. [18]. Люди художественного склада, как правило, малоразговорчивы, медлительны. Это чувствительные натуры, склонные к созерцанию. Их восприятие явлений образное и целостное. Склонны к конкретному виду деятельности. [18]. Смешанный тип обладает особенностями двух видов.

Отнесенность человека к определенному типу темперамента не дает достаточной гарантии прогноза его действий в ситуации стресса. На его действия влияют многие факторы. Факторы воспитания и внутренней культуры, которые позволяют ему управлять своим поведением. Но все же знания о различиях и типах ВНД человека помогают сформировать правильное представление о процессах, и причинах поведения и определенных реакциях человека на стрессоры.

Психологический стресс может проявляться в изменениях различных функциональных систем организма, а интенсивность нарушений может варьировать от небольшого изменения эмоционального настроения

до появления серьезных заболеваний. [17]. Существует несколько классификаций стрессорных реакций: поведенческие, интеллектуальные, эмоциональные и физиологические проявления стресса.

Изменение поведенческих реакций при стрессе: нарушения режима дня, сна, смещении рабочих циклов на ночное время, отказе от полезных привычек и замене их на неадекватные способы компенсации стресса.

Профессиональные нарушения: увеличение числа ошибок при выполнении привычных действий на работе; хроническая нехватка времени; низкая продуктивность; ухудшается согласованность, точность движений.

Нарушения социально-ролевых функций: уменьшении времени для общения с близкими и друзьями; повышение конфликтности; снижении сензитивности в ситуации общения; признаки антисоциального поведения.

Человек, находящийся в длительном стрессе, перестает обращать внимание на социальные нормы и стандарты поведения. Не обращает внимания на свой внешний вид.

Дистресс негативно сказывается на социальных связях личности с другими людьми. Во время переживания хронического стресса у человека могут значительно ухудшаться отношения с близкими людьми и коллегами по работе. При этом основная проблема не решается, и люди переживают чувство вины и безысходности.

Изменение интеллектуальных функций при стрессе: нарушение памяти, внимания, мышления.

В. Л. Маришук и В. И. Евдокимов пишут, что многие феномены нарушения мыслительных процессов при стрессе

могут быть объяснены исходя из физиологического понятия доминанты. Согласно мнению данных авторов, при психической напряженности, вызванной острым стрессом, доминанта по закону отрицательной индукции временно гасит другие очаги возбуждения, являющиеся физиологическими субстратами других мнений, более обоснованных мотивов, истинных знаний [5].

Физиологические проявления стресса: нарушение пищеварительной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

В. Л. Марищук и В. И. Евдокимов, описывая состояния эмоциональной напряженности (кратковременного стресса), отмечают резкое учащение и нарушение ритмичности пульса и дыхания, обильный пот, резкие изменения диаметра зрачка, вазомоторные реакции на лице, резкое учащение перистальтики и т. д. [5].

Эмоциональные проявления стресса: общий негативный настрой, тревога, беспокойство, эмоциональная отстраненность, снижение интереса к обычным делам.

В процессе трудовой деятельности, в изменяющихся условиях, при перегрузках, переутомлении, психоэмоциональных нагрузках, сотрудники сталкиваются с внешней и внутренней необходимостью адаптации к новым условиям. Увеличивается количество стрессоров и уровень стресса повышается, под воздействием различных факторов. У человека может поменяться угол восприятия ситуаций, в сторону искажения и выбора неадаптивных форм поведения. Что приведет к ухудшению морально-психологического климата в коллективе на почве повышения эмоционального напряжения. Это не может не отразиться непосредственно на психическом здоровье сотрудников.

Так, по результатам исследований взаимосвязи уровня стресса и копинг-стратегий сотрудников предприятия выявлена следующая картина преимущественного совладающего поведения в различных структурных подразделениях:

1. Структурное подразделение «Номер 1. Администрация» (график работы 5-ти дневка, высокий уровень многофакторности (количество стресс-событий в жизни), большое количество разрушающих стресс-событий. Уровень стресса высокий. Преобладающие копинг-стратегии: планирование решения проблемы, положительная переоценка, конфронтация.

2. Структурное подразделение «Номер 2» (график работы сменной со средней нагрузкой, сверхурочной работы

не много; средний уровень многофакторности; уровень стресса высокий). Преобладающие копинг-стратегии: конфронтация; дистанцирование; поиск социальной поддержки.

3. Структурное подразделение «Номер 3» (график работы сменный, с высокой нагрузкой и сверхурочной работой, высокая текучесть персонала; средний уровень многофакторности; уровень стресса средний). Преобладающие копинг-стратегии: поиск социальной поддержки; самоконтроль; планирование решения проблемы.

4. Структурное подразделение «Номер 4» (график работы сменный и гибкий, со средней нагрузкой и сверхурочной работой не много, средняя текучесть персонала; уровень многофакторности низкий; уровень стресса низкий). Преобладающие копинг-стратегии: поиск социальной поддержки; положительная переоценка.

5. Структурное подразделение «Номер 5» (график работы сменный и пятидневка, гибкий, со средней нагрузкой, переработок мало, текучесть персонала низкая; уровень многофакторности высокий; уровень стресса низкий). Преобладающие копинг-стратегии: положительная переоценка, планирование решения проблем.

6. Структурное подразделение «Номер 6» (график работы сменный, низкая нагрузка, переработок мало, текучесть персонала низкая; уровень многофакторности средний; уровень стресса низкий). Преобладающие копинг-стратегии: планирование решения проблем; самоконтроль, принятие ответственности.

Анализируя результаты исследования, можно сделать следующие выводы. Стресс-события заставляют человека реагировать на стресс и адаптироваться к ситуации. При этом происходит субъективная оценка события. Человек психически и физически реагирует на стрессовую ситуацию. Уровень стресса может повышаться. Далее, на выбор совладающего поведения, в том числе, влияет тип ВНД и уровень интеллекта человека. Соответственно, после такой системной оценки события, человек выбирает тип поведения: проблемно-ориентированный, который направлен на изменение ситуации или эмоционально-ориентированный, который направлен на стабилизацию эмоционального состояния.

Таким образом, уровень стресса влияет на выбор копинг-стратегии. Но на уровень стресса влияет уровень многофакторности (наполненность жизни индивида стресс-событиями), и индивидуальные особенности индивида: тип ВНД и уровень интеллекта и др.

Литература:

1. Александровский Ю. А. Состояние психической дезадаптации и их компенсация. — М: Наука, 1976. — С. 270.
2. Бодров В. А. Когнитивные процессы и психологический стресс. Психологический журнал № 4.- 1996.- С. 64–74.
3. Кеннон В. Физиология эмоций. Телесные изменения при боли, голоде, страхе и ярости. — Л.: «Прибой», 1927. — С. 13–160.
4. Лазарус Р. Психологический стресс и процессе примирения. — Нью-Йорк: Я Грау-Хилл, 1966. — 466 с.; Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс / Под ред. Л. Леви. Л.: Медицина, — 1970. — С. 178–208.

5. Марищук В. Л., Евдокимов В. И. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. Учебное пособие. СПб.: Издательство: Сентябрь, 2001. — С 52–12.
6. Мадди С. Смыслообразование в процессах принятия решения // Психологический журнал. 2005. — Т. 26., № 6. — С.85–112
7. Павлов И. П. Рефлекс свободы. — М.: Кн. клуб Книгоvek; СПб.: Северо-Запад, 2011. — С 7–349
8. Селье Г. Очерки об адапционном синдроме. — М., 1960 — С37–234.
9. Селье Г. Стресс без дистресса. — М.: Прогресс, 1979. — С.9–57.
10. Селье Г. Стресс жизни. — Нью-Йорк: McGraw-Hill, 1956. — С 6–310.
11. Селье Г. Физиология и патология в результате воздействия стресса. — Монреаль: Acta, Inc., 1950. — С. 37.
12. Селье Г. Когда стресс не приносит горя. — М.: РЭНАР, 2005. — С.27–168.
13. Селье Г. Концепция стресса и некоторые из его последствий / Стресс человека и познания: подход к обработке информации. — Нью-Йорк: Wiley, 1979. — С. 11–32.
14. Селье Г. Концепция стресса сегодня / под. ред. Куташ И. Л., Шлезингер Л. Б. // Справочник по стрессу и тревоги. Сан-Франциско: JosseyBass. — 1980. — С. 127–143.
15. Селье Г. На уровне целого организма. — М.: Наука, 1972. — С 10–97.
16. Хартманн Х. Эго-психология и проблема адаптации личности. М.: Издательство Канон-плюс, 2015.- С 5–155.
17. Щербатых Ю. В. Психология стресса и методы коррекции. — СПб.: Питер, 2006. — С 256.: ил. — (Серия «Учебное пособие») URL: <https://sdo.mgaps.ru/books/KP5/M6/file/3.pdf> (дата обращения: 29.04.2025)
18. Черемушников И. И. Физиология высшей нервной деятельности в аспекте основ психического здоровья: методические указания по практическому занятию / И. И. Черемушников, Е. С. Барышева, Е. В. Кияева. — Оренбург: ГОУ ОГУ, 2007 — С. 37.

Cross-cultural differences in the expression of personality traits

Novakova Mariya Sergeevna, student;
Krikun Anastasiya Igorevna, student
Belgorod State National Research University

This article explores cross-cultural differences in the expression of personality traits, emphasizing the interplay between universal psychological models (e.g., the Big Five) and cultural context. Drawing on theories from Asmolov, Leontiev, and Hofstede, the study highlights how cultural norms shape the manifestation, interpretation, and social valuation of traits like extraversion, agreeableness, and neuroticism. Key findings include: collectivist cultures (e.g., Asia) prioritize agreeableness and conformity, while individualistic societies (e.g., Western Europe) favor extraversion and openness; cultural modulators such as self-concept, emotional regulation, and motivational frameworks significantly influence trait expression; methodological challenges (e.g., measurement equivalence, social desirability bias) underscore the need for culturally adapted research tools. The article underscores the universality of core personality traits while advocating for culturally nuanced approaches in psychology, intercultural communication, and global management.

Keywords: cross-cultural psychology, personality traits, Big Five model, individualism, collectivism, cultural modulators, emotional regulation, self-concept, intercultural communication.

The study of cross-cultural differences in the expression of personality traits is one of the most relevant issues in modern personality psychology. As A. G. Asmolov notes, personality is formed through the interaction of the individual with the cultural environment, which not only establishes a system of meanings and values but also provides specific «cultural lenses» through which a person perceives himself and the surrounding world [1]. This position becomes particularly significant in the context of globalization, where intercultural contacts become a daily reality.

D. A. Leontiev emphasizes that cultural differences manifest not so much in the presence or absence of certain personality traits but in their semantic load and social acceptability [2].

For example, universal characteristics such as extraversion or conscientiousness may hold different value meanings and modes of expression depending on the cultural context. In collectivist cultures, where values of group harmony and interdependence prevail, the expression of individual traits often conforms to norms of social approval, whereas in individualistic societies, the emphasis shifts to self-realization and independence.

Researching personality traits in a cross-cultural context is one of the key areas of modern personality psychology. The universality of models such as the «Big Five» has been confirmed in numerous studies; however, their manifestation, intensity, and social significance vary depending on cultural norms, values, and social structures.

According to the five-factor model [3], personality traits include neuroticism, extraversion, openness to experience, agreeableness, and conscientiousness. However, cross-cultural studies [7; 8] show that:

- In collectivist cultures (e.g., in Asian countries), agreeableness and conformity are valued more highly, while in individualistic cultures (the USA, Western Europe), extraversion and openness are prioritized.

- Neuroticism is more frequently correlated with anxiety in cultures with a high level of uncertainty avoidance (Germany, Japan), while its influence is less pronounced in societies that are more tolerant of uncertainty (Scandinavia) [6].

- Conscientiousness is more strongly associated with professional success in cultures with high power distance (China, Latin America), where hierarchy and discipline are important [7].

Cultural Modulators of Personality Expressions

1. Self-Concept

In individualistic cultures, personality is perceived as independent, and self-identification is based on personal achievements [4]. In collectivist cultures, the self-concept is

interconnected with group belonging, which influences the expression of agreeableness and conformity.

2. Emotional Regulation

Cultures differ in the acceptability of emotional expression. For instance, in Eastern cultures (Japan, China), there is a greater control over negative emotions, which reduces external manifestations of neuroticism.

3. Motivational Differences

In Western societies, achievement motivation is associated with extraversion and openness, whereas in collectivist cultures, it is linked to a striving for harmony and group success [8].

Methodological Issues in Research

- Measurement Equivalence: Questionnaires developed in the West may not account for culturally specific constructs.

- Social Desirability: In collectivist cultures, there is a higher tendency to provide socially approved responses.

Cross-cultural studies confirm the universality of basic personality traits but emphasize their cultural conditioning. Understanding these differences is crucial for intercultural communication, clinical psychology, and global management.

References:

1. Asmolov, A. G. Psychology of personality: cultural and historical understanding of human development / A. G. Asmolov. — 3rd ed., ispr. and add. — M.: Sense: Publishing center «Academy», 2007. — 528 p. <https://kurl.ru/TIIGI>
2. Leontiev, D. A. Psychology of meaning: the nature, structure and dynamics of semantic reality / D. A. Leontiev. — 2nd ed., ispr. — M.: Sense, 2003. — 487 p. <https://kurl.ru/miFBR>
3. McCray, R. R. The five-factor theory of personality / R. R. McCray, P. T. Costa; translated from English // Foreign psychology. — 1993. — No. 2. — pp. 24–36. — Trans. ed.: McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1997). https://www.researchgate.net/publication/284978581_A_five-factor_theory_of_personality
4. Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224–253. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.98.2.224>
5. Petrovsky, A. V. Personality. Activity. Collective / A. V. Petrovsky. — M.: Politizdat, 1982. 255 p. <https://studfile.net/preview/9083798/>
6. Gallyamova A., Grigoryev D. 2022. *RUDN Journal of Psychology and Pedagogics*, 19(3), 429–447 https://elibrary.ru/download/elibrary_49604236_57391946.pdf
7. Hofstede, G. Consequences of culture: Comparing values, behaviors, institutions and organizations across nations / G. Hofstede; translated from English — M.: Alpina Publisher, 2020. — 568 p. https://www.researchgate.net/publication/248393979_Geert_Hofstede_Culture's_Consequences_Comparing_Values_Behaviours_Institutions_and_Organizations_Across_Nations
8. Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 1–65. https://www.researchgate.net/publication/230557790_Universals_in_the_Content_and_Structure_of_Values_Theoretical_Advances_and_Empirical_Tests_in_20_Countries

Психическое выгорание и стрессоустойчивость педагогов ДОУ с разными мотивационными типами

Окунева Елена Николаевна, студент

Научный руководитель: Гуськова Екатерина Александровна, кандидат психологических наук, доцент, зав. кафедрой
Белгородский государственный национальный исследовательский университет

Введение. В представленной статье были выявлены и проанализированы проявления психического вы-

горания, стрессоустойчивости педагогов ДОУ с разными мотивационными типами. Обнаружено, что синдром пси-

хического выгорания присутствует у работников сферы образования на достаточно высоком уровне. Стрессоустойчивость педагогов ДОУ снижена существенно.

Цель — изучить особенности проявления стрессоустойчивости, психического выгорания у работников образования с разными мотивационными типами.

В ходе исследования была выдвинута следующая гипотеза. Профессиональная мотивация влияет на стрессоустойчивость педагогов ДОУ, а именно: достигательные типы мотивации такие как «профессиональный» и «патриотический» способствуют повышению стрессоустойчивости педагогов ДОУ, при этом преобладание «инструментального» достигательного типа и «люмпенизированного» избегательного типа профессиональной мотивации способствует снижению толерантности к стрессу у педагогов ДОУ.

Материалы и методы. В исследовании применялись методики: Опросник «Мотивационный профиль персонала» (В. И. Герчиков), Опросник «Шкала организационного стресса» (К. Маклин в адаптации Н. Водопьяновой), Опросник «Синдром психического выгорания» (А. Рукавишников). Для обработки полученных данных применялись методы математической статистики: непараметрический статистический Н-критерий Крускала-Уоллиса для выявления связей между изучаемыми показателями; корреляционный анализ с применением параметрического коэффициента корреляции r-Пирсона; множественный регрессионный анализ; однофакторный дисперсионный анализ ANOVA, с использованием пакета математической статистической обработки данных «SPSS 21.0».

Исследование проводилось на базе дошкольных образовательных учреждений. В качестве респондентов выступили педагоги учреждений дошкольного образования в количестве 108 человек. Выборку составили работники образования в возрасте от 26 до 65 лет. Педагогам было предложено заполнить бланки опросника с тремя методиками, направленными на выявление их мотивационного типа и уровня психического выгорания и стрессоустойчивости.

Результаты. У педагогов ДОУ отмечается проявление высокой стрессоустойчивости в случае их принадлежности к «профессиональному» и «патриотическому» мотивационному типу. Для педагогов с низкой стрессоустойчивостью

соустойчивостью характерны «инструментальный» и «люмпенизированный» мотивационные типы.

Рассмотрим результаты подробнее.

С целью выявления статистических различий по показателям профессиональной мотивации педагогов в зависимости от уровня стрессоустойчивости личности нами был применен не параметрический статистический критерий для трех независимых выборок Н-Крускала-Уоллиса (см. Табл. 1.)

Данный результат говорит нам о том, что педагоги с высоким уровнем стрессоустойчивости обладают более выраженными качествами «профессионального» типа мотивации. А педагоги с низким уровнем стрессоустойчивости обладают более выраженными качествами «люмпенизированного» типа профессиональной мотивации. Это может быть связано с тем, что «профессиональный» тип мотивации относится к классу достигательной мотивации, когда человек стремится достичь своей цели и с большей стойкостью преодолевает трудности и справляется с организационным стрессом. А «люмпенизированный» тип мотивации относится к классу избегательной мотивации, когда человек стремится минимизировать свои усилия, избегает ответственности и в целом не стремится к активной трудовой деятельности. Что в свою очередь, приводит к нежеланию преодолевать трудности, любые усилия человеку даются с трудом и с организационным стрессом ему справляться значительно сложнее.

С целью выявления статистических различий по показателям профессиональной мотивации педагогов в зависимости от уровня психического выгорания нами также был применен не параметрический статистический критерий для трех независимых выборок Н-Крускала-Уоллиса (см. Табл. 2.)

Данный результат говорит нам о том, что педагоги с крайне высоким уровнем психического выгорания обладают более выраженными качествами «инструментального» типа мотивации. А педагоги со средним уровнем психического выгорания обладают более выраженными качествами «патриотического» типа профессиональной мотивации по сравнению с педагогами, имеющими крайне высокий уровень психического выгорания. У педагогов с крайне высоким уровнем психического выгорания качества патриотического типа профессиональной

Таблица 1. Соотношение показателей профессиональной мотивации педагогов ДОУ с разным уровнем стрессоустойчивости

Показатели профессиональной мотивации	Уровни стрессоустойчивости (ср.б.)			Нэмп
	Низкий M_{x1}	Средний M_{x2}	Высокий M_{x3}	
Инструментальный	8,76	7,37	7,33	4,81
Профессиональный	7,91	9,09	10,33	7,17*
Патриотический	4,30	5,09	4,67	4,50
Хозяйский	4,06	4,69	6	4,01
Люмпенизированный	6,23	5,46	3,67	6,41*

Примечание: ** - $p \leq 0,01$; * - $p \leq 0,05$.

Таблица 2. Соотношение показателей профессиональной мотивации с разным уровнем психического выгорания педагогов ДОУ

Показатели профессиональной мотивации	Уровни психического выгорания (ср.б.)			Нэмп
	Средний M_{x1}	Высокий M_{x2}	Крайне высокий M_{x3}	
Инструментальный	6,42	8,84	9,24	17,72**
Профессиональный	8,71	8,64	7,67	3,00
Патриотический	5,35	4,57	3,82	7,20*
Хозяйский	4,90	3,82	4,42	5,60
Люмпенизированный	5,58	6,02	6,06	1,43

Примечание: ** - $p \leq 0,01$; * - $p \leq 0,05$.

мотивации выражены низко. Это также позволяет нам говорить о том, что гипотеза исследования косвенно подтверждается.

На Рис. 1. представлены корреляционные связи между показателями профессиональной мотивации и стрессоустойчивостью педагогов ДОУ. На Рис. 2. представлены корреляционные связи между показателями профессиональной

Для выявления корреляционных связей между показателями профессиональной мотивации и стрессоустойчивости педагогов ДОУ мы воспользовались параметрическим математическим методом коэффициентом корреляции r -Пирсона, так как в результате проверки данных на нормальность распределения было обнаружено нормальное распределение по указанным переменным. В результате проведенного корреляци-

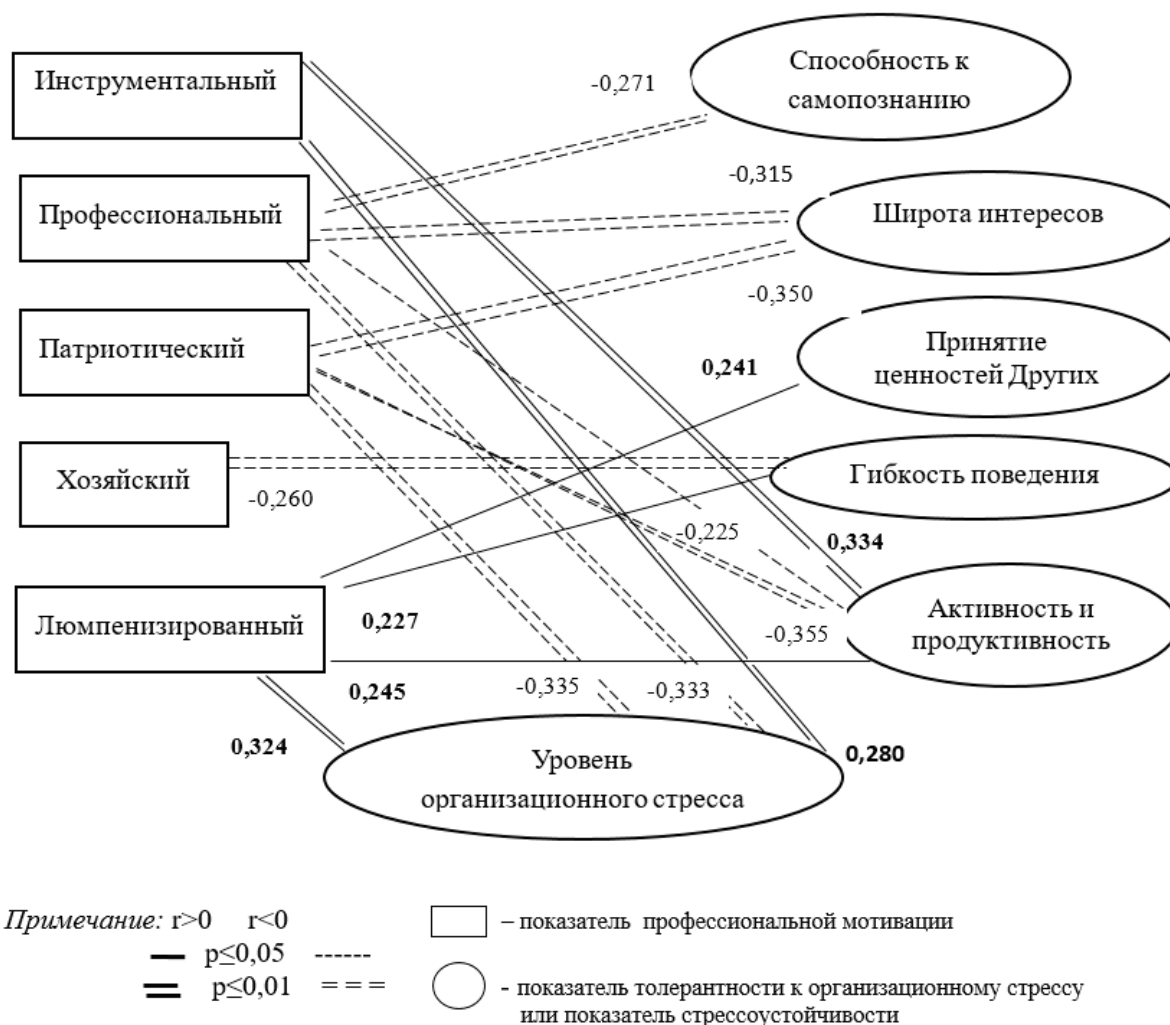


Рис. 1. Корреляционная плеяда связей между показателями профессиональной мотивации и стрессоустойчивости педагогов ДОУ

онного анализа среди респондентов было обнаружено 14 корреляционных связей. Среди которых 8 отрицательных корреляционных связей и 6 положительных корреляционных связей между показателями профессиональной мотивации и стрессоустойчивости педагогов ДОУ (Рис. 1.). Наличие обратных корреляционных связей между изучаемыми показателями говорит нам о том, что чем сильнее будут выражены данные типы профессиональной мотивации, тем слабее будут выражены показатели организационного стресса педагогов ДОУ. Наличие прямых корреляционных связей между изучаемыми переменными говорит нам о том, что чем слабее будут выражены данные типы профессиональной мотивации, тем меньше будут выражены показатели организационного стресса педагогов ДОУ. Рассмотрим корреляционные связи подробнее. Наибольшее количество обратных корреляционных связей имеет показатель мотивации «профессиональный» со следующими показателями организационного стресса: «способность самопознания» ($r=-0,271$, при $p \leq 0,01$), «широта интересов» ($r=-0,315$, при $p \leq 0,01$), «активность и продуктивность» ($r=-0,225$, при $p \leq 0,05$) и «уровень организационного стресса» ($r=-0,333$, при $p \leq 0,01$). Показатель «патриотический» имеет следующие обратные тесные корреляционные связи с показателями организационного стресса: «широта интересов» ($r=-0,350$, при $p \leq 0,01$), «активность и продуктивность» ($r=-0,355$, при $p \leq 0,01$), «уровень организационного стресса» ($r=-0,335$, при $p \leq 0,01$). Показатель «хозяйский» тип профессиональной мотивации имеет тесную обратную корреляционную связь с одним из показателей организационного стресса: «гибкость поведения» ($r=-0,260$, при $p \leq 0,01$). Наибольшее количество прямых корреляционных связей имеет «люмпенизированный» тип профессиональной мотивации со следующими показателями организационного стресса: «уровень организационного стресса» ($r=0,324$, при $p \leq 0,01$), «принятие ценностей других» ($r=0,241$, при $p \leq 0,05$), «гибкость поведения» ($r=0,227$, при $p \leq 0,05$) и «активность и продуктивность» ($r=0,245$, при $p \leq 0,05$). Показатель «инструментальный» тип профессиональной мотивации имеет следующие тесные прямые корреляционные связи с показателями организационного стресса: «активность и продуктивность» ($r=0,334$, при $p \leq 0,01$), и «уровень организационного стресса» ($r=0,280$, при $p \leq 0,01$).

Данный результат говорит нам о том, что чем выше у педагогов ДОУ будут развиты такие типы профессиональной мотивации как «профессиональный» и «патриотический», тем меньше они будут испытывать организационный стресс и стрессоустойчивость педагогов ДОУ будет гораздо выше. Чем выше будут развиты такие типы профессиональной мотивации как «инструментальный» и «люмпенизированный» тем больше они будут испытывать организационный стресс и стрессоустойчивость педагогов будет гораздо ниже. Связь типа профессиональной мотивации «хозяйский» с показателем «уровень организационного стресса» не выявлена на уровне статистической значимости. Это говорит о том, что выражен-

ность типа мотивации «хозяйский» значительно не влияет на стрессоустойчивость педагога ДОУ.

Теперь перейдем ко второй корреляционной плеяде, где представлены корреляционные связи между показателями профессиональной мотивации и психического выгорания (Рис. 2.).

Для выявления корреляционных связей между изучаемыми показателями мы воспользовались параметрическим математическим методом коэффициентом корреляции r -Пирсона, так как в результате проверки данных на нормальность распределения было обнаружено нормальное распределение по указанным переменным. В результате проведенного корреляционного анализа в группе респондентов педагогов ДОУ было обнаружено 9 корреляционных связей. Среди которых 4 отрицательных и 5 положительных корреляционных связей между показателями профессиональной мотивации и психического выгорания (Рис.2.10.). Наличие обратных корреляционных связей между изучаемыми переменными говорит нам о том, что чем сильнее будут выражены данные типы профессиональной мотивации, тем слабее будут выражены показатели психического выгорания педагогов ДОУ. Наличие прямых корреляционных связей между изучаемыми переменными говорит нам о том, что чем ниже будет уровень данных типов профессиональной мотивации, тем менее будут выражены показатели психического выгорания педагогов ДОУ. Рассмотрим корреляционные связи подробнее. Наибольшее количество обратных тесных корреляционных связей имеет «патриотический» тип профессиональной мотивации со следующими показателями психического выгорания: «психозомоциональное истощение» ($r=-0,341$, при $p \leq 0,01$), «личностное отдаление» ($r=-0,321$, при $p \leq 0,01$) и «уровень психического выгорания» ($r=-0,281$, при $p \leq 0,01$). Показатель «профессиональный» тип мотивации имеет достоверную обратную корреляционную связь с показателем психического выгорания: «психозомоциональное истощение» ($r=-0,197$, при $p \leq 0,05$).

Наибольшее количество прямых корреляционных связей имеет «инструментальный» тип профессиональной мотивации со следующими показателями психического выгорания: «уровень психического выгорания» ($r=0,350$, при $p \leq 0,01$), «личностное отдаление» ($r=0,410$, при $p \leq 0,01$) и «психозомоциональное истощение» ($r=0,246$, при $p \leq 0,05$). Показатель «патриотический» тип профессиональной мотивации имеет тесную прямую корреляционную связь с показателем психического выгорания: «профессиональная мотивация» ($r=0,285$, при $p \leq 0,01$). Показатель «люмпенизированный» тип профессиональной мотивации имеет достоверную прямую корреляционную связь с показателем психического выгорания: «психозомоциональное истощение» ($r=0,213$, при $p \leq 0,05$). Показатель «хозяйский» тип профессиональной мотивации не имеет корреляционных связей с показателями психического выгорания на уровне статистической значимости.

Данный результат говорит нам о том, что чем выше у педагогов ДОУ будет развит такой тип профессио-

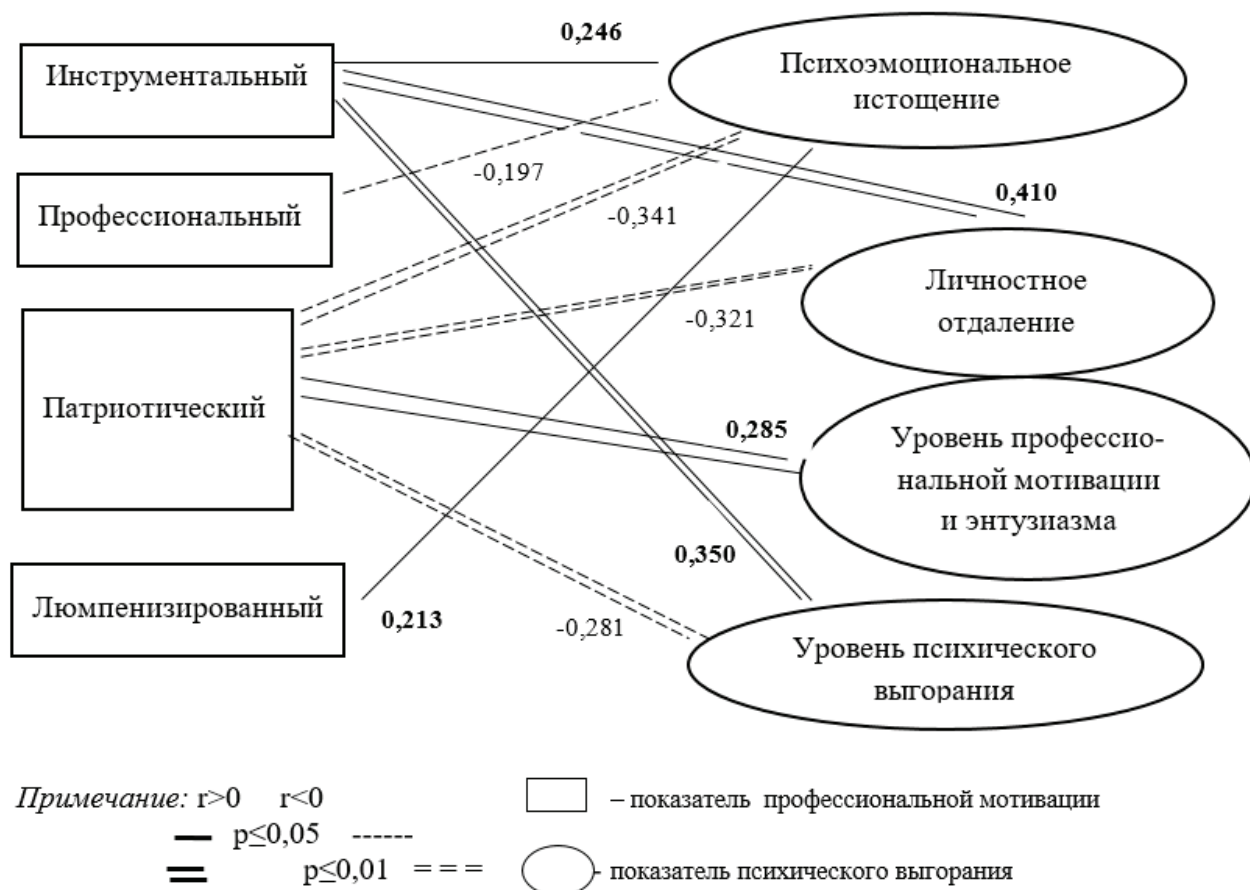


Рис. 2. Корреляционная плеяда связей между показателями профессиональной мотивации и психического выгорания педагогов ДОУ

нальной мотивации как «патриотический», тем меньше они будут подвержены психическому выгоранию. Чем выше будет развит у педагогов тип профессиональной мотивации «инструментальный», тем больше они будут подвержены психическому выгоранию.

Таким образом, обнаруженные корреляционные связи говорят нам о том, что разные типы профессиональной мотивации в зависимости от своей выраженности показывают кардинально разную стрессоустойчивость и склонность к психическому выгоранию педагогов ДОУ. «Инструментальный» тип профессиональной мотивации одинаково положительно коррелируется с уровнем организационного стресса и уровнем психического выгорания. Это нам говорит о том, что педагоги, ориентированные в своей деятельности на высокую оплату труда, а не на её содержание имеют низкую стрессоустойчивость и склонны к выгоранию. «Патриотический» тип профессиональной мотивации одинаково отрицательно коррелируется с уровнем организационного стресса и уровнем психического выгорания. Это нам говорит о том, что педагоги, ориентированные на общественное признание своего труда, на идею, ради которой они трудятся, имеют высокую стрессоустойчивость и не склонны к выгоранию. «Профессиональный» тип мотивации отрицательно коррелируется с уровнем организационного стресса. Это го-

ворит нам о том, что педагоги мотивированные в профессиональном росте и развитии, увлеченные работой и её содержанием имеют высокую стрессоустойчивость. «Люмпенизированный» тип профессиональной мотивации положительно коррелируется с уровнем организационного стресса. Это нам говорит о том, что педагоги, не проявляющие активности в профессиональной деятельности, избегающие ответственности и стремящиеся к минимизации собственных усилий, имеют низкую стрессоустойчивость.

Распределение педагогов ДОУ по уровням организационного стресса выглядит следующим образом (см. Рис. 3.)

Как видим на Рис 3. больше половины от общего количества испытуемых имеет высокий уровень организационного стресса — (64,81 %) (70 чел.), что говорит о большой уязвимости к рабочим стрессам и частому переживанию дистресса и таких синдромов как психическое выгорание, хроническая усталость, синдром менеджера. Средний уровень организационного стресса имеют 32,41 % (35 чел.). Испытуемые на этом уровне проявляют промежуточный тип поведения. Низкий уровень восприимчивости к организационному стрессу имеют 2,78 % испытуемых, это всего лишь 3 человека. Эти люди имеют высокую толерантность к организационному стрессу и склонны к иммунному типу поведения.

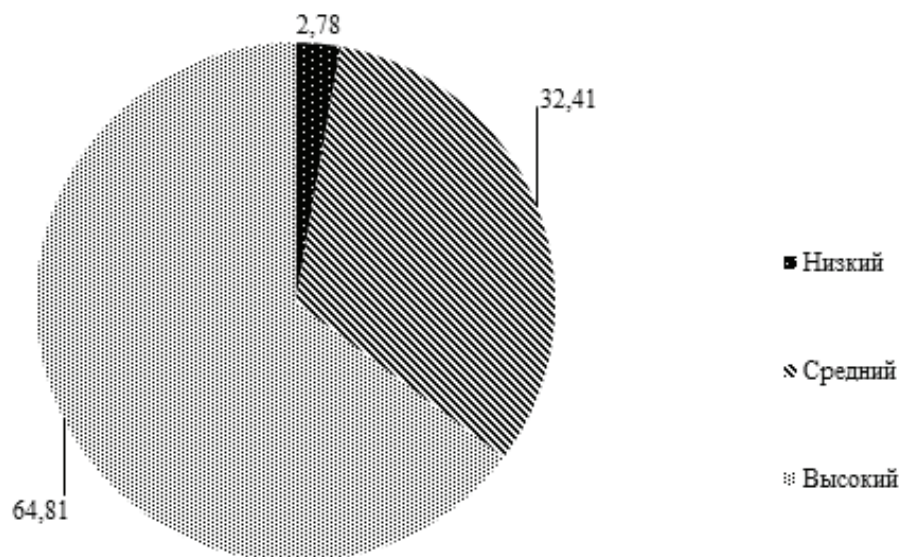


Рис. 3. Распределение педагогов ДОУ по уровням организационного стресса (%)

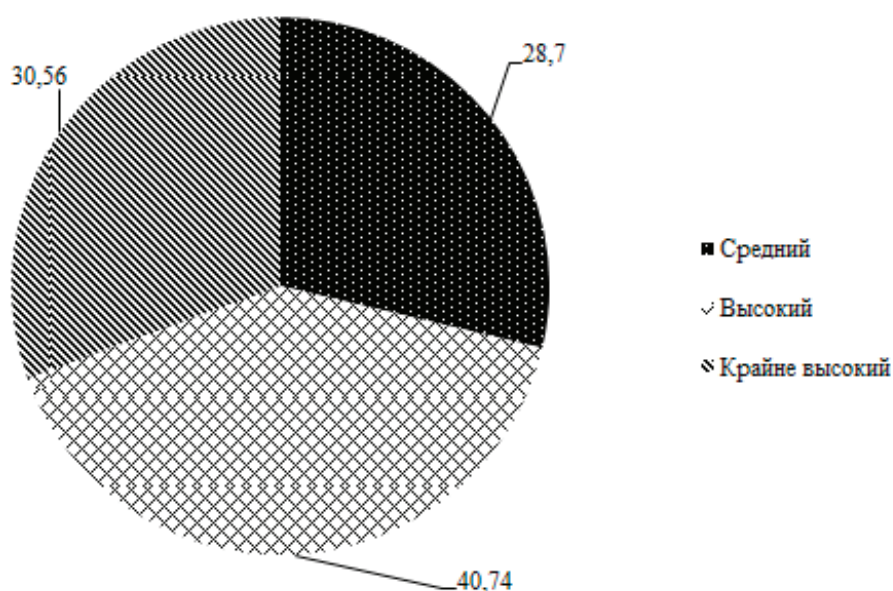


Рис. 4. Распределение педагогов ДОУ по уровням психического выгорания личности (%)

На Рис. 4. представлено распределение педагогов ДОУ по уровням психического выгорания личности в процентном соотношении.

Как видим на Рис 4. высокий уровень психического выгорания имеют — 40,74 % (44 чел.) педагогов ДОУ. Крайне высокий уровень психического выгорания имеют 30,56 % (33 чел.) педагогов. Средний уровень психического выгорания имеют 28,7 % (31 чел.) педагогов ДОУ. Педагогов с низким и крайне низким уровнем психического выгорания среди респондентов не оказалось. Это говорит о том, что педагоги ДОУ очень сильно выгорают на своём рабочем месте. Это ведет к тому, что педагог проявляет низкую включенность в работу, в качество своей профессиональной деятельности, снижается его удовлетворенность трудом, увеличивается текучесть кадров в учре-

ждении, ухудшается социально-психологический климат в коллективе.

Заключение

В ходе эмпирического исследования были сделаны следующие выводы:

1. У большинства педагогов, участвовавших в исследовании, ведущий тип мотивации — инструментальный или профессиональный типы. Эти типы мотивации относятся к достижительным типам. Это говорит нам о том, что основными мотивами к профессиональной деятельности педагогов выступают: получение достойной оплаты труда и получения удовольствия от возможности самовыражения, от процесса и результата работы.

2. Большинство педагогов (64,81 %) показывают низкую стрессоустойчивость, что позволяет нам говорить об их склонности к психическому выгоранию.

3. Большинство педагогов (71,3 %) показывают высокий и крайне высокий уровни психического выгорания, что позволяет нам говорить об их психологическом неблагополучии и низкой стрессоустойчивости.

4. В ходе исследования статистически подтверждено, что педагоги с высоким уровнем стрессоустойчивости обладают более выраженными качествами профессионального (достижительного) типа мотивации. А педагоги с низким уровнем стрессоустойчивости обладают более выраженными качествами люмпенизированного (избегающего) типа профессиональной мотивации.

5. В ходе исследования статистически подтверждено, что педагоги с крайне высоким уровнем психического выгорания обладают более выраженными качествами инструментального (достижительного) типа мотивации. А педагоги со средним уровнем психического выгорания обладают более выраженными качествами патриотического (достижительного) типа профессиональной мотивации. Дополнительно отметим, что респондентов с низким и очень низким уровнем психического выгорания в выборке не оказалось.

6. В результате корреляционного анализа обнаружено 23 корреляционные связи, которые говорят нам о том, что разные типы профессиональной мотивации в зависимости от своей выраженности показывают кардинально разную стрессоустойчивость и склонность к психическому выгоранию педагогов ДООУ. Что для нас является дополнительным фактом подтверждения гипотезы исследования.

7. В результате множественного регрессионного анализа было выявлено, что четыре мотивационных типа из пяти (инструментальный, профессиональный, патриотический, люмпенизированный) оказывают прямое влияние на стрессоустойчивость личности. Выраженность типов профессиональной мотивации «инструментальный» и «люмпенизированный» способствуют повышению уровня организационного стресса педагогов ДООУ. Выраженность типов профессиональной мотивации «профессиональный» и «патриотический» способствуют снижению уровня организационного стресса педагогов ДООУ. Один из пяти мотивационных типов (хозяйский) оказывает косвенное влияние на стрессоустойчивость личности стресса через влияние на показатель «гибкость поведения» в сторону его понижения.

Литература:

1. Бильданова, В. Р. Психология стресса и методы его профилактики: учебно-методическое пособие / Авторский состав. — В. Р. Бильданова, Г. К. Бисерова, Г. Р. Шагивалеева. — Елабуга: Издательство ЕИ КФУ, 2015. — С.142.
2. Березенцева, Е. А. Профессиональный стресс как источник профессионального выгорания / Е. А. Березенцева // Управление образованием: теория и практика. — 2014. — С. 162–170.
3. Бурнашева, Е. А. Влияние стрессоустойчивости на эффективность деятельности руководителя образовательной организации / Е. А. Бурнашева, Т. И. Покидышева // Управление образованием: теория и практика. — 2018. — № 4. — С. 61–72.
4. Василенко О. А. Трудовая мотивация персонала как фактор повышения финансовых результатов деятельности коммерческого предприятия / О. А. Василенко // Корпоративные финансы. — 2019. — № 3. — С. 64–81.
5. Давыдова, И. А. Профессиональный стресс и удовлетворенность работой преподавателей российских вузов / И. А. Давыдова, Я. Я. Козьмина // Вопросы образования. — 2014. — № 4. — С. 169–183.
6. Демиденко, Н. Н. Профиль потребностей и типы мотивации личности / Н. Н. Демиденко // Вестник КГУ им. Некрасова — 2009 — Том 15 № 4. — С. 206–211.
7. Кора, А. Н. Влияние профессионального стресса на психическое здоровье сотрудников полиции / А. Н. Кора // Вестник АмГУ: научно — теоретический журнал. — 2017. — № 76. — С. 100–108.
8. Кулибеков, Н. А. Мотивация как ведущая детерминанта профессионального определения личности / Н. А. Кулибеков, Р. К. Келбиханов, Р. К. Джалалов // Новая наука: опыт, традиции, инновации. — 2016. — сентябрь. — С. 21–24.
9. Куликова, Е. А. Стрессы в профессиональной деятельности: причины возникновения и пути преодоления / Е. А. Куликова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». — 2019. — № 10. — С. 79–88. — URL: <http://e-koncept.ru/2019/192039.htm>.
10. Ламихов, Ю. Б. Создание оптимальной системы трудовой мотивации на современных предприятиях / Ю. Б. Ламихов // Дискуссия. — 2019. — № 1. — С. 47–55.
11. Леонова, А. Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса / А. Б. Леонова // Вестник Московского университета. — 2012. — № 14. — С. 121.
12. Леонова, А. Б. Профессиональный стресс в процессе организационных изменений / А. Б. Леонова, И. А. Мотовилина // Психологический журнал. — 2016. — № 2. — С. 92.
13. Ломунова, Д. А. Причины возникновения профессионального стресса / Д. А. Ломунова // Материалы VII Международной научно-практической конференции, посвященной 100-летию РГУ имени С. А. Есенина. — Рязань. — 2015. — № 1. — С. 257–260.

14. Маркарян, А. Г. Профессиональное выгорание, как следствие профессионального стресса / А. Г. Маркарян // Ученые записки СПбГМУ им. Академика И. П. Павлова. — Санкт-Петербург. — 2012. — № 3. — С. 32–34.
15. Герчиков В. И. Управление мотивацией персонала / В. И. Герчиков. — М.: ИНФРА-М, 2020. — 278 с.

Анализ распространенности социофобии среди студентов

Рысина Ангелина Евгеньевна, студент магистратуры
Алтайский государственный педагогический университет (г. Барнаул)

В статье представлен анализ распространенности социофобии среди студентов на основе проведенного эмпирического исследования. В работе обобщены и сопоставлены данные исследований других авторов, что позволяет получить более полное представление о проблеме в различных контекстах и культурных условиях.

Ключевые слова: социофобия, студент, социальная тревога, социальный страх, результаты исследования.

Analysis of the prevalence of social phobia among students

Rysina Angelina Evgenievna, student master's degree
Altai State Pedagogical University (Barnaul)

The article presents an analysis of the prevalence of social phobia among students based on an empirical study. The paper summarizes and compares the research data of other authors, which allows us to get a more complete picture of the problem in various contexts and cultural conditions.

Keywords: social phobia, student, social anxiety, social fear, research results.

Изучение социофобии среди студентов имеет большое значение для повышения психологического благополучия, академической успеваемости и социальной адаптации. Данная проблема становится все более распространенной среди студентов, поскольку современная учебная деятельность наполнена большим количеством социальных ситуаций, что может оказывать негативное влияние на адаптацию и учебную деятельность.

Слово «социофобия» буквально переводится как боязнь общества. Социофобия — это страх, катализатором которого становятся ситуации социального взаимодействия. Данный страх проявляется во время социального действия, в ситуациях общения, выступления и знакомства, и напротив, в изоляции или в привычном обыденном общении с доверенным кругом близких данный страх отсутствует. Так, Т. Е. Дауд отмечает: «в прошлые века тревога обычно возникала при восприятии физической опасности, сегодня опасность имеет главным образом социальный и межличностный характер» [3, с. 68].

В последние годы интерес к изучению социофобии растет, появляется все больше современных исследований как в России, так и за рубежом. Социальная тревожность чаще всего впервые проявляет себя в подростковом возрасте, хотя иногда она может начаться и у взрослых или пожилых лиц. Статистика, проведенная А. А. Гофманом показывает, что у 20 % страдающих социофобией симптомы появились в возрасте до 11 лет, у оставшихся 80 % — до 20 лет [2]. В большинстве случаев, по мнению Е. В. Климен-

ковой: «можно говорить о риске проявления социальной тревожности в период от 15 до 24 лет» [4, с. 31–35]. Важно отметить, социофобия не является врожденной, это приобретенный страх, который может развиваться по нескольким причинам в любом возрасте, но более всего этому подвержены студенты, как отмечает Дж. Биик: «время, когда особенно велика вероятность нарушения психологического развития, образования социальных и межличностных связей и формирования жизненных целей» [1, с. 21].

Исследования О. А. Сагалаковой и Д. В. Труевцева подтверждают факт наличия избыточного уровня социальной тревоги у значительного числа молодых людей. Желание и потребность в социальном одобрении, принятии и признании подталкивает молодого человека на переживание страха оценки собственного мнения в социуме. Причём мнение о собственной несостоятельности и, как следствие, избегание ситуаций взаимодействия с людьми, может сформировать даже один негативный опыт [5, с. 63–65].

Анализ современных зарубежных исследований по выявлению социофобии среди студентов показал результаты. В Индии было проведено исследование, выборка составила 450 студентов. Возрастная категория: от 18 до 25 лет. Из общего числа студентов у 169 (37,6 %) студентов были обнаружены социальные фобии. Среди них у 114 (67,5 %) была легкая степень, 47 (27,8 %) — умеренная, 8 (4,7 %) — тяжелая социальная фобия [6]. Еще одно исследование проведено Германии, выборка составила 904 че-

ловека: возраст от 16 до 98 лет. Выявлено, что 226 (25,2 %) респондентов имеют выраженную социофобию [7].

Для выявления распространенности социофобии студентов, использован «Опросник социальной тревоги и социофобии ОСТиСФ» (О. А. Сагалакова, Д. В. Труевцев)

[5]. Основным источником респондентов стали студенты Алтайского государственного педагогического университета и Алтайского государственного университета. Из выборки исключены анкеты, набравшие низкие баллы по шкале достоверности.

Таблица 1. Описание выборки исследования

	Форма обучения				Пол			
	Очное		Заочное		Женский		Мужской	
	п	%	п	%	п	%	п	%
1 курс	14	14 %	7	7 %	10	10 %	10	10 %
2 курс	10	10 %	6	6 %	12	12 %	9	9 %
3 курс	14	14 %	14	14 %	9	9 %	14	14 %

Анализ результатов исследования выявил общий уровень социофобии среди испытуемых с помощью методики ОСТиСФ: 1 уровень — невыраженный (9 %); 2 уровень — промежуточный (17 %); 3 уровень — умеренный (22 %); 4 уровень — повышенная тревога (24 %); 5 уровень — высокая тревога (12 %); 6 уровень — клиническая социофобия (13 %); 7 уровень — клиническая социофобия в декомпенсации с высокой вероятностью расстройств (3 %). Таким образом, выборка разделилась: четверть студентов имеют уровень 4 — повышенную тревогу, другая четверть студентов имеют уровень 3 — умеренная тревога. Высокая тревога как пред-стадия социофобии, а также клиническая социофобия в совокупности

составляют четверть опрошенных, что говорит о выявленной проблеме среди испытуемых и подтверждает современную статистику зарубежных и отечественных исследователей — уровень 5 и 6. Невыраженную тревогу и промежуточную тревогу также можно объединить в четверть студентов, у которых преобладает социальная смелость — уровень 1 и 2. Кроме того, в исследовании были выявлены студенты с клинической социофобией в декомпенсации, что представляет собой самую тяжелую стадию социофобии, таких студентов оказалось 3 %. На рисунке 1 представлена диаграмма, отражающая распространенность проблемы социофобии среди всех опрошенных студентов (см. Рис. 1).

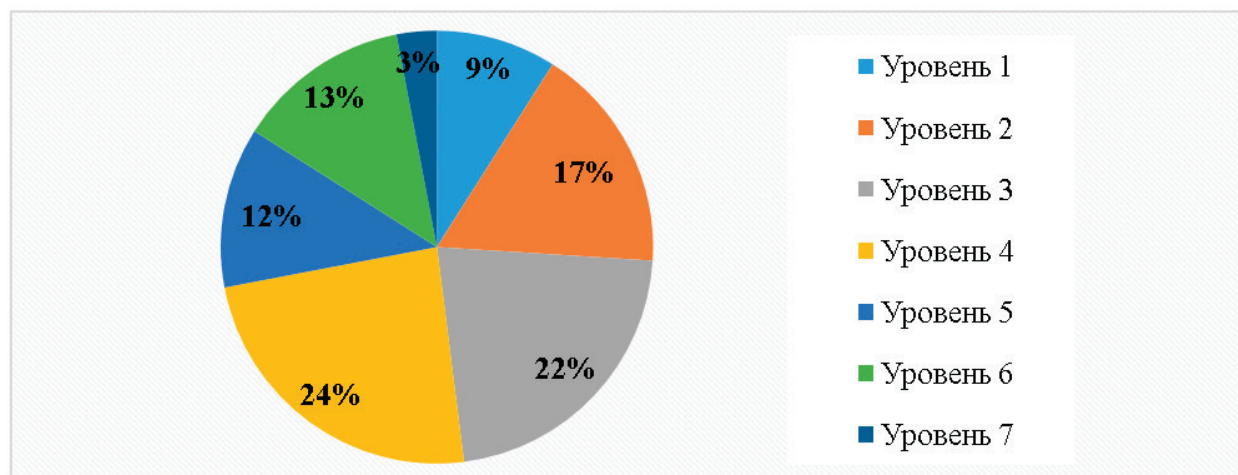


Рис. 1. Распределение общего уровня социофобии среди студентов (в процентах к числу опрошенных)

Кроме того, 47 % студентов испытывают средний дискомфорт и волнение в ситуации «быть в центре внимания»; высокую тревогу и сильное волнение в таких ситуациях отмечена у 37 % испытуемых. Больше половины студентов хотели бы преодолеть волнение и имеют умеренное объективное стремление к изменению своего поведения: 63 %; четверть студентов имеют тенденцию к постоянному анализу прошлых ситуаций и сильное желание к изменениям: 24 %. Также, 54 % студентов контроли-

руют проявление своих эмоций, но полностью их не блокируют и достаточно большое число студентов открыто выражают свои эмоции: 31 %. На вопросы об смелости брать инициативу в свои руки данные разделились на три части: наибольшая часть студентов испытывает затруднения в проявлении инициативы, но это не является критичным: 41 %; достаточно большая часть студентов имеет сильные затруднения в проявлении инициативы либо же полное ее отсутствие в связи со страхом критики: 33 %;

четверть студентов не испытывает никаких трудностей в проявлении себя: 26 %. В завершении была проанализирована шкала способности к общению: практически половина опрошенных испытывает некоторые трудности в прямом общении: 48 %; достаточно большая часть студентов испытывает значительные трудности при взаимодействии с людьми: 28 %; четверть студентов не испытывает никаких проблем в установлении контакта: 24 %.

Кроме того, было целесообразно разделить студентов на две большие группы: первая группа включала студентов с выявленными симптомами социофобии, во вторую группу попали студенты с низкой социальной тревогой. Анализ показал специфические особенности каждой группы. Так, у студентов с низкой социальной тревогой были выражены следующие показатели: независимое и гибкое поведение, саморегуляция, внимательность. Данные показатели оказались не выражены у сту-

дентов с высоким уровнем социофобии, однако, для них были характерны: взаимозависимое поведение, самокритика, самоизоляция и чрезмерная идентификация.

Таким образом, выявлена проблема наличия социофобии и высокой социальной тревожности среди студентов. Многие студенты испытывают некоторые затруднения при прямом взаимодействии с людьми: страх смотреть в глаза собеседнику, смущение при разговоре и проявлении инициативы, внутреннее напряжение в ситуациях «быть в центре внимания». Важно отметить, что для большей части студентов данные ситуации представляются настолько критичными, что они стремятся к избеганию, что формирует и подкрепляет социофобию. Помощь студентам в преодолении социального страха может способствовать их успешной учебе, профессиональному развитию, общественной активности, а также полному раскрытию внутреннего потенциала для достижения жизненных целей.

Литература:

1. Биик Дж. Социальная фобия: путь преодоления. Москва: Изд-во Психотерапии, 2003. 226 с.
2. Гофман А. А. Фобии: разновидности, причины возникновения и влияние на поведение. // Психологические науки. 2022. № 12. С. 644–650.
3. Дауд Т. Е. Когнитивная гипнотерапия. Санкт-Петербург: Изд-во Питер, 2003. 203 с.
4. Клименкова Е. Н., Холмогорова А. Б. Валидизация методик диагностики социальной тревожности на российской подростковой выборке. // Консультативная психология и психотерапия. 2020. № 1. С. 28–39.
5. Сагалакова О. А., Труевцев Д. В. Социальные страхи, социофобии. Томск: Изд-во Том, 2007. 210 с.
6. Inerle, S. Afraid of injustice? Justice sensitivity is linked to general anxiety and social phobia. // Journal of Affect, 2020, no. 1, pp. 198–206.
7. Nayar, V. Gupta P., Manjeswar M., Mohandas A., Assessment of determinants and quality of life of university students with social phobias in a coastal city of India. // Asian Journal of Psychiatry, 2021, no. 4. pp. 30–37.

Коммуникативные навыки старших дошкольников как фактор социальной адаптации: диагностика и направления сопровождения

Рябинина Анна Сергеевна, студент магистратуры

Научный руководитель: Архипова Ирина Владимировна, кандидат психологических наук, доцент
Самарский государственный социально-педагогический университет

В статье рассматриваются особенности развития коммуникативных способностей у детей старшего дошкольного возраста. Представлены результаты эмпирического исследования, проведенного с использованием карты наблюдений за проявлениями коммуникативных способностей (авторы методики — А. М. Щетинина, М. А. Никифорова). Выявлено, что более половины обследованных детей имеют недостаточный уровень сформированности коммуникативных навыков, что может затруднять их социальную адаптацию в будущем. В рамках качественного анализа описаны основные трудности, с которыми сталкиваются дети на разных уровнях развития коммуникативной компетентности. На основе полученных данных предложены рекомендации для родителей и педагогов, направленные на поддержку и развитие коммуникативных способностей старших дошкольников.

Ключевые слова: коммуникативные способности, дошкольный возраст, старшие дошкольники, социальная адаптация, развитие речи, межличностное взаимодействие, психолого-педагогическая диагностика, карта наблюдений.

Коммуникативные способности являются важнейшим компонентом общего развития ребёнка и основой успешной социальной адаптации в коллективе. В старшем

дошкольном возрасте (5–6 лет) происходит интенсивное формирование умений устанавливать и поддерживать межличностные отношения, регулировать совместную

деятельность, выражать собственные мысли и эмоциональные состояния через речь и невербальные средства общения.

Развитие коммуникативных способностей на этом этапе связано с общим ростом социальных потребностей ребёнка. Такие авторы как Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин, А. В. Запорожец отмечали, что ведущей деятельностью дошкольников становится сюжетно-ролевая игра, в процессе которой формируются базовые навыки социального взаимодействия, сотрудничества и речевого самовыражения. Через игровые ситуации дети учатся учитывать позицию другого, координировать собственные действия с действиями партнёров, осваивать нормы и правила общения [3, 4].

Современные исследования (Е. О. Смирнова, Н. Е. Веракса, А. М. Щетинина) подчёркивают, что коммуникативные навыки включают в себя ряд компонентов: умение устанавливать контакт, инициативность и активность в общении, эмоциональную отзывчивость, способность к сотрудничеству и разрешению конфликтных ситуаций [1]. Недостаточная сформированность данных компонентов может приводить к трудностям в социальной адаптации, снижению самооценки и замедлению личностного развития.

В условиях современного дошкольного образования особую актуальность приобретает проблема ранней диагностики и целенаправленного развития коммуникативных умений детей. Исследование коммуникативной компетентности дошкольников позволяет своевременно выявить группы риска, определить направления педагогического воздействия и сформировать индивидуальные маршруты развития. Одним из эффективных диагностических инструментов является методика карты наблюдений за проявлениями коммуникативных способностей, разработанная А. М. Щетининой и М. А. Никифоровой [2].

Настоящее исследование направлено на выявление особенностей развития коммуникативных навыков у детей старшей группы дошкольного учреждения, определение степени их сформированности, а также разработку практических рекомендаций для родителей и педагогов по сопровождению коммуникативного развития дошкольников.

Развитие коммуникативных навыков является одним из важнейших факторов успешной социальной адаптации ребёнка в старшем дошкольном возрасте. Коммуникативные навыки способствуют формированию умений взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, решать совместные задачи, выражать и регулировать собственные эмоции. В настоящем исследовании была проведена оценка уровня развития коммуникативных навыков у старших дошкольников с применением карты наблюдений, разработанной А. М. Щетининой и М. А. Никифоровой.

Диагностика коммуникативных способностей проводилась с использованием методики «Карта наблюдений за проявлениями коммуникативных способностей у дошкольников» (А. М. Щетинина, М. А. Никифорова). В исследовании приняли участие 50 детей старшей группы ДОУ (возраст 5–6 лет).

Результаты исследования представлены в виде аналитической справки.

Количественный анализ:

В ходе проведённого исследования были получены следующие результаты относительно уровня развития коммуникативных навыков у детей старшей дошкольной группы, отраженные на диаграмме (рис.1).

Очень высокий уровень — 4 % обследованных (2 ребёнка),

Высокий уровень — 44 % обследованных (22 ребёнка),

Средний уровень — 48 % обследованных (24 ребёнка),

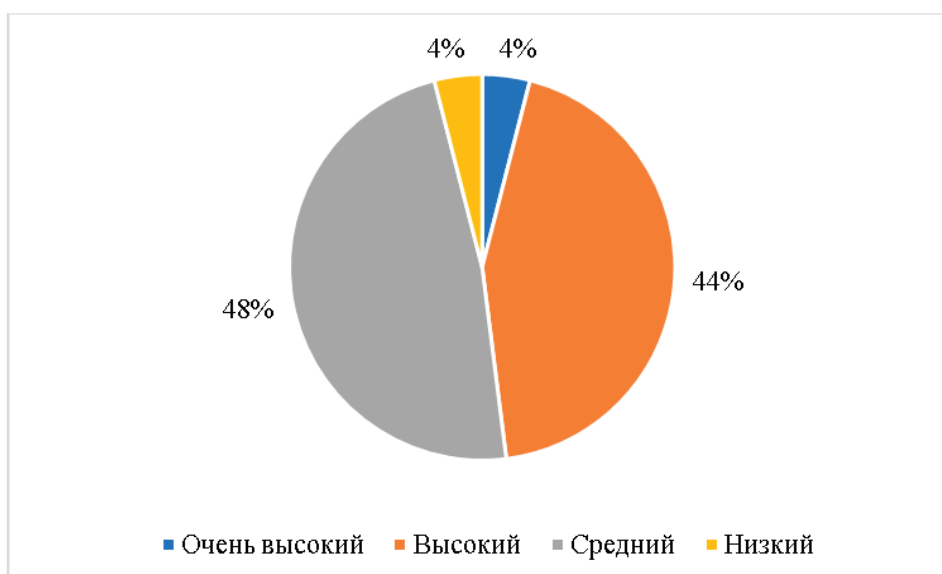


Рис. 1. Результаты относительно уровня развития коммуникативных способностей у детей старшей дошкольной группы

Низкий уровень — 4 % обследованных (2 ребёнка).

Таким образом, 52 % детей продемонстрировали недостаточный уровень сформированности коммуникативных умений (средний и низкий уровни), что свидетельствует о рисках затруднённой социальной адаптации. Лишь 48 % участников исследования имеют сформированные коммуникативные способности на высоком или очень высоком уровне, что соответствует возрастным нормам.

Качественный анализ:

Качественный анализ результатов позволил выделить следующие особенности:

Дети с очень высоким уровнем развития демонстрируют устойчивую потребность в общении, инициативность, способность к активному диалогу, гибкость в межличностных взаимодействиях, развитую эмпатию.

Дети с высоким уровнем способны адекватно воспринимать и выражать эмоциональные состояния, проявляют стремление к сотрудничеству, однако в сложных коммуникативных ситуациях могут испытывать трудности в регулировании взаимодействия.

Дети со средним уровнем развития коммуникативных способностей зачастую проявляют пассивность, демонстрируют недостаточную инициативность и ограниченность в использовании речевых средств для взаимодействия.

Дети с низким уровнем развития испытывают выраженные трудности в установлении контакта, избегают общения, проявляют неуверенность и скованность.

Таким образом, наличие у более половины обследованных дошкольников недостаточного уровня развития коммуникативных навыков определяет необходимость целенаправленной коррекционно-развивающей работы.

Полученные результаты согласуются с выводами, представленными в работах А. М. Щетининой и М. А. Никифоровой [2], где подчёркивается необходимость целенаправленной работы по развитию общения на этапе старшего дошкольного возраста. Отмеченные трудности могут оказывать негативное влияние на успешность будущего школьного обучения и общее психологическое благополучие ребёнка.

Выводы и рекомендации по результатам обследования:

Литература:

1. Мурачева, С. В. Развитие компетенций эмоционально-волевой сферы детей дошкольного возраста / С. В. Мурачева. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2021. — № 21 (363). — С. 401–403. — URL: <https://moluch.ru/archive/363/81168/> (дата обращения: 27.04.2025).
2. Щетинина А. М., Никифорова М. А. Диагностика коммуникативных способностей дошкольников: методические рекомендации. — М.: Изд-во МГППУ, 2014. — 52 с.
3. Якса Н. В. Социально-коммуникативное развитие дошкольников в поликультурной образовательной среде / Н. В. Якса, И. В. Зотова // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. — 2020. — № 1. — С. 117–122.
4. Шаповаленко, И. В. Психология развития и возрастная психология: учебник и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 457 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11341-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559869> (дата обращения: 02.06.2025).

Полученные результаты свидетельствуют о недостаточности уровня развития коммуникативных способностей у значительного числа детей старшего дошкольного возраста. Учитывая ключевую роль коммуникативных навыков в успешной социальной адаптации и готовности к обучению в школе, необходима систематическая работа, направленная на развитие коммуникативной компетентности дошкольников.

Более половины детей старшего дошкольного возраста имеют недостаточный уровень развития коммуникативных способностей (52 %).

Наиболее выраженные трудности наблюдаются в области инициативности, гибкости взаимодействия и выражения эмоций.

Полученные результаты указывают на необходимость усиления педагогической и психолого-педагогической работы, направленной на развитие коммуникативных компетенций дошкольников.

Рекомендации для родителей:

— Обеспечивать ребёнку возможности для разнообразного общения с детьми и взрослыми.

— Использовать игровые и ролевые ситуации для тренировки навыков общения.

— Поддерживать инициативу ребёнка в контактах, стимулировать самостоятельное выражение эмоций и мыслей.

— Совместно с ребёнком анализировать поведение персонажей литературных произведений с акцентом на их коммуникативные действия.

Рекомендации для педагогов:

— Включать в образовательный процесс упражнения на развитие коммуникативных умений: диалогические игры, групповые проекты, ситуации морального выбора.

— Индивидуализировать педагогические воздействия в отношении детей с низким и средним уровнем развития коммуникативных способностей.

— Осуществлять тесное взаимодействие с родителями для согласования форм и методов поддержки ребёнка в развитии навыков общения.

— Проводить регулярный мониторинг динамики коммуникативного развития для своевременной коррекции воспитательных мероприятий.

Восприятие стиля опекунского воспитания подростками со склонностью к девиантному поведению

Савельева Марина Николаевна, студент магистратуры
Московский государственный психолого-педагогический университет

Настоящее эмпирическое исследование посвящено изучению взаимосвязи между предрасположенностью детей, находящихся под опекой, к отклоняющемуся поведению и их субъективным восприятием методов воспитания, применяемых опекунами.

Вопрос девиантного поведения среди подростков является предметом пристального внимания ученых, работающих в различных научных областях. Большинство экспертов сходятся во мнении, что одной из ключевых причин, способствующих развитию девиаций, выступают специфические черты стилей воспитания в семье. Именно этот факт подчеркивает значимость и актуальность проводимого исследования.

Ключевые слова: опека, детско-родительские отношения, стили воспитания, девиантное поведение, девиантное поведение подростков в семьях опекунов.

Введение

В педагогической науке термин «девиантное поведение» используется с целью обозначения определенных особенностей действий подростков, которые характеризуются несоответствиями общепринятым и правовым нормам и правилам поведения в обществе.

Изучая феномен девиантного поведения, Змановская Е. В. рассматривала его как неизменную форму поведения человека, выражающуюся в многократных нарушениях социальных правил и норм. Автор подчеркивает, что девиантное поведение влечет существенные проблемы и последствия как для самого индивида-девианта, так и для его социального окружения [2]. Таким образом, девиантное поведение имеет огромное влияние на процесс социализации, адаптации и становления человека в обществе [1].

В психологии термин «девиантное поведение» рассматривается с разных точек зрения, например, как психическое отклонение в личности индивида или поведение, противоречащее общепринятым нормам общества [4]. Российский психиатр и психотерапевт Менделевич В. Д. предложил систематизировать типы девиантного поведения следующим образом: делинквентное, аддиктивное, патохарактерологическое и психопатологическое поведение [12]. Владимиром Давыдовичем детально изучены специфические характеристики каждого типа девиации, причем делинквентность трактуется им как нарушение фундаментальных общественных норм и правил [11].

Наша магистерская диссертация посвящена исследованию проявлений девиантного поведения у подростков, которые находятся без попечения кровных родителей. Полагаясь на мнение Гаврилюк В. В., можно сделать вывод о том, что девиантное поведение, проявляющееся именно в подростковом возрасте, на сегодняшний день является одним из наиболее трудных форм антисоциальных деяний, поскольку зависит от многих аспектов:

1. Ребята старшего школьного возраста теряют смысл жизни, им непонятны базовые аспекты духовно-нрав-

ственных ценностей, что имеет деструктивное влияние на их благоприятную самореализацию [5];

2. У детей подросткового возраста имеются определенные искажения в духовно-нравственном восприятии ценностей, которые непосредственно могут провоцировать внутренние конфликты;

3. Многие подростки испытывают трудности в постановке жизненных целей, не способны планировать и мыслить стратегически; планировании стратегии их достижения;

4. Для подростков характерны депрессивные состояния, высокий уровень тревоги, неспособность адекватно выразить свои чувства и эмоции, накопление негативного эмоционального опыта на протяжении длительного времени.

5. Отмечается отсутствие навыков рефлексивного анализа собственной личности, низкий уровень толерантности к стрессовым ситуациям, что имеет непосредственное влияние на процесс адаптации.

6. У детей-подростков преимущественно преобладают предрассудки, ложные убеждения, искаженные установки, принципы и стереотипы, а также имеются мифологические представления.

7. Неблагоприятный жизненный опыт, который может включать акт насилия, в частности сексуального и физического характера, а также травматические события, которые непосредственно сыграли ключевую роль в психологическом благополучии ребенка [2].

Подростковый возраст характеризуется интенсивными психологическими изменениями, сопровождающимися усиленным развитием самосознания, формированием идентичности, повышением эмоциональной реактивности и снижением устойчивости к стрессорам. Данный период отмечен кризисом идентичности, конфликтом между растущим стремлением к автономии и сохраняющейся зависимостью от взрослых, а также появлением потребности в признании со стороны сверстников и освоении новых социальных ролей.

Российскими и зарубежными психологами доказано, что подростковый кризис часто сопровождается рядом

психологических трудностей, таких как: сложности в коммуникации с родителями и сверстниками, чувство собственной неполноценности, проблемы с саморегуляцией и контролем поведения, деформация системы ценностей, стремление к поиску эмоционального комфорта, чрезмерная чувствительность к оценкам окружающих, проблемы адекватного восприятия сложных обстоятельств, рост раздражительности и эмоциональной возбудимости.

Маст С. В. утверждает, что воспитанники детских домов и подростки, утратившие попечительство родителей, обнаруживают заметные различия в моделях поведения. Данное различие обусловлено не только индивидуальными психологическими особенностями их личности, но и влиянием условий первоначального воспитания, в которых находились несовершеннолетние [8].

Таким образом, современное исследовательское пространство свидетельствует о наличии множества значимых факторов, способствующих возникновению и развитию девиантного поведения у подростков, оставшихся без попечения родителей. Основные причины включают:

1. Семейное неблагополучие: злоупотребление спиртными напитками и психоактивными веществами родителей, деструктивные методы семейного воспитания, раздал семьи;
2. Пристрастие самих детей: ранее вовлечение ребят к аддикциям, таким как наркотическая и алкогольная зависимости, а также курение различных табачных изделий;
3. Недостаточный контроль: слабый надзор или отсутствие должного наблюдения за поведением детей со стороны родителей или других членов семьи;
4. Неэффективное взаимодействие: отсутствие сотрудничества и взаимопонимания между членами семьи и образовательными, медицинскими и социальными учреждениями;
5. Негативное влияние внешней среды: неблагоприятные внешние обстоятельства, отрицательно воздействующие на ребенка и способствующие формированию негативных привычек или асоциальному поведению;
6. Негативные социальные, политические и экономические условия: тяжелая обстановка в населенном пункте, регионе или государстве в целом [10].

Многочисленные исследования в областях психологии, педагогики и социологии (например, работы Заводилкиной О. В., Карабановой О. А., Ослон В. Н., Осиповой И. И., Семьи Г. В., Холмогоровой А. Б. и других авторов) подтверждают мнение большинства исследователей о преимуществе семейного воспитания над институциональным образованием для детей-сирот. Ученые единодушны в том, что условия семейного воспитания способствуют полноценному психологическому развитию ребенка, в то время как образовательные учреждения закрытого типа, несмотря на выполнение функций обеспечения базовых потребностей воспитанников, не могут полноценно компенсировать отсутствующие в их опыте семейные отношения и соответствующие психологические составляющие [16].

Российскими и зарубежными психологами доказано, что подростковый кризис часто сопровождается рядом психологических трудностей, таких как: сложности в коммуникации с родителями и сверстниками, чувство собственной неполноценности, проблемы с саморегуляцией и контролем поведения, деформация системы ценностей, стремление к поиску эмоционального комфорта, чрезмерная чувствительность к оценкам окружающих, проблемы адекватного восприятия сложных обстоятельств, рост раздражительности и эмоциональной возбудимости.

Одним из ключевых факторов, влияющих на поведение и психическое здоровье подростка, выступает стиль воспитания, который он воспринимает со стороны значимых взрослых. В случае опекунской семьи этот стиль может существенно отличаться от привычного родительского, и не всегда он соответствует возрастным и личностным потребностям подростка. Некоторые опекуны, не имея профессиональной подготовки и личного опыта воспитания, могут прибегать к избыточному контролю (авторитарность), чрезмерной заботе (гиперопека) или, напротив, не обеспечивать достаточной поддержки и понимания.

Необходимо учитывать, что главное — не только оптимальная родительская позиция в воспитании детей, но и их мнение и восприятие применяемого к ним стиля.

Эмпирическое исследование проведено с целью выявления связи склонности опекаемых подростков к девиантному поведению, их представлений о стилях опекунского воспитания. Перед нами была поставлена задача определить, как опекаемый ребенок оценивает воспитательные усилия в семье опекуна в зависимости от того, насколько он сам склонен к отклоняющемуся (девиантному) поведению.

Методики исследования. Для реализации исследовательского замысла был подобран соответствующий инструментарий.

Для более точного выявления различий в восприятии стилей опекунского воспитания среди подростков с различной степенью поведенческой дезадаптации была выбрана методика по опроснику «Взаимодействия родитель-ребенок» автор И. М. Марковская. Данная методика предназначена для подростков, она состоит из 60 утверждений и включает в себя следующие шкалы: нетребовательность-требовательность родителя; мягкость-строгость родителя: автономность-контроль по отношению к ребенку; эмоциональная дистанция-близость ребенка к родителю; отвержение-принятие ребенка родителем; отсутствие сотрудничества-сотрудничество; несогласие-согласие между ребенком и родителем; непоследовательность-последовательность родителя; авторитетность родителя; удовлетворенность отношениями ребенка с родителем. Шкалы отражают особенности выбранных родителями стилей воспитания. Методика позволила распределить подростков по уровню склонности к девиантности.

Для выявления склонности к отклоняющемуся поведению была выбрана методика «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (СОП), разработанная А. Н. Орлом [13]. Данная методика предназначена

для подростков, она состоит из 98 утверждений в версии для мальчиков и 108 утверждений в версии для девочек и включает в себя следующие содержательные шкалы: шкала склонности к преодолению норм и правил; шкала склонности к аддиктивному поведению; шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению; шкала склонности к агрессии и насилию; шкала волевого контроля эмоциональных реакций; шкала склонности к деликвентному поведению. Также данная методика имеет служебную шкалу, определяющую уровень социальной желательности, данная шкала позволяет выявить стремление испытуемых давать социально одобряемые положительные ответы, которые зачастую не являются достоверными.

Для диагностики девиантного поведения несовершеннолетних был применен Тест СПД (склонность к девиантному поведению) (коллектив авторов Э. В. Леус, САФУ им. М. В. Ломоносова, А. Г. Соловьев, СГМУ, (г. Архангельск, 2018 г.). Цель теста — оценить степень выраженности дезадаптации у подростков с разными видами девиантного поведения. Опросник состоит из 75 вопросов, которые разделены на 5 блоков по 15 вопросов в каждом. Вопросы сгруппированы по следующим шкалам: социально одобряемое поведение (СОП); деликвентное (противоправное) поведение (ДП); зависимое (аддиктивное) поведение (ЗП); агрессивное поведение (АП); самоповреждающее (аутоагрессивное) поведение (СП).

В исследовании приняли участие 60 испытуемых: 30 девочек и 30 мальчиков. Для достоверности и точности полученных данных и дальнейшего сравнения в научных целях выборка была уравновешена по полу. Эмпирическая часть исследования была организована на базе двух общеобразовательных школ Яйского муниципального округа Кемеровской области. Выбор образовательных учреждений был обусловлен наличием учащихся, находящихся под официальной опекой. В выборке нет участников, обучающихся в школах для девиантных подростков. Также стоит отметить, что в выборке нет подростков, состоящих на школьном учете, учете в КДН.

Критерии включения в выборку:

- а) Возраст 14–17 лет; Средний возраст подростков: $\bar{x} = \Sigma x / N = 930 / 60 = 15,5$ лет.
- б) Нахождение под официальной опекой (решение органа опеки и попечительства);
- в) Отсутствие медицинских диагнозов, связанных с психическими расстройствами;
- г) Готовность подростка и согласие его опекуна на участие;
- д) Посещение подростком обычного общеобразовательного учреждения.

Для более точного выявления различий в восприятии стилей опекунского воспитания среди подростков с различной степенью поведенческой дезадаптации, по опроснику «Взаимодействия родитель-ребенок».

Подросткам было предложено пройти опросник СОП с целью выявления склонности (готовности) к девиантному поведению, опросник РОД. Таким образом была получена информация о восприятии каждым подростком стилей родительского воспитания, преобладающих в их семьях.

Для обработки данных в исследовании использовались методы теоретического анализа, количественная и качественная обработка данных в программе SPSS. Для определения взаимосвязи склонности к девиантному поведению подростков и стилей семейного воспитания был выполнен статистический анализ t-критерий Стьюдента. Это позволило установить статистическую значимость различий в восприятии стилей воспитания и личностных характеристиках. Для сопоставления групп использовался U-критерий Манна-Уитни. Результаты были визуализированы посредством графических методов.

Обсуждение результатов

Изучение склонности (готовности) к девиантному поведению у подростков.

Методика позволила распределить подростков по уровню склонности к девиантности. Визуальное отображение представлено в таблице 1.

Более половины подростков (63,3 %) демонстрируют средний и высокий уровни девиантности, что указывает на потенциально проблемное поведение и требует анализа воспитательных факторов.

— Низкий уровень — 15 % (9 человек)

— Средний уровень — 48,3 % (29 человек)

— Высокий уровень — 36,7 % (22 человека)

Подростки из двух групп (высокой и низкой степени выраженности девиантности) оценивали своих опекунов по трем основным стилям, которые наглядно отражены в таблице 2.

Полученные результаты позволяют констатировать, что высокий уровень удовлетворенности отношениями с опекуном свидетельствует о благоприятной семейной ситуации и отсутствии значимых нарушений в структуре детско-родительских отношений. В результате обобщенного анализа данных выделены четыре наиболее информативных показателя: принятие подростка опекуном, требовательность и строгость опекуна в воспитании, а также воспитательная конфронтация в семье. Основываясь на полученных результатах, можно сделать вывод, что опе-

Таблица 1

Уровень склонности	Кол-во человек	% от выборки
Низкий (≤ 18)	9	15 %
Средний (19–26)	29	48,3 %
Высокий (≥ 27)	22	36,7 %

Таблица 2

Стиль воспитания	Группа 1 (высокая девиантность)	Группа 2 (низкая девиантность)	p-значение
Авторитарный	27,4	21,3	$p < 0.05$
Гиперопека	24,6	22,9	$p \approx 0.07$
Демократичный	18,7	25,1	$p < 0.01$

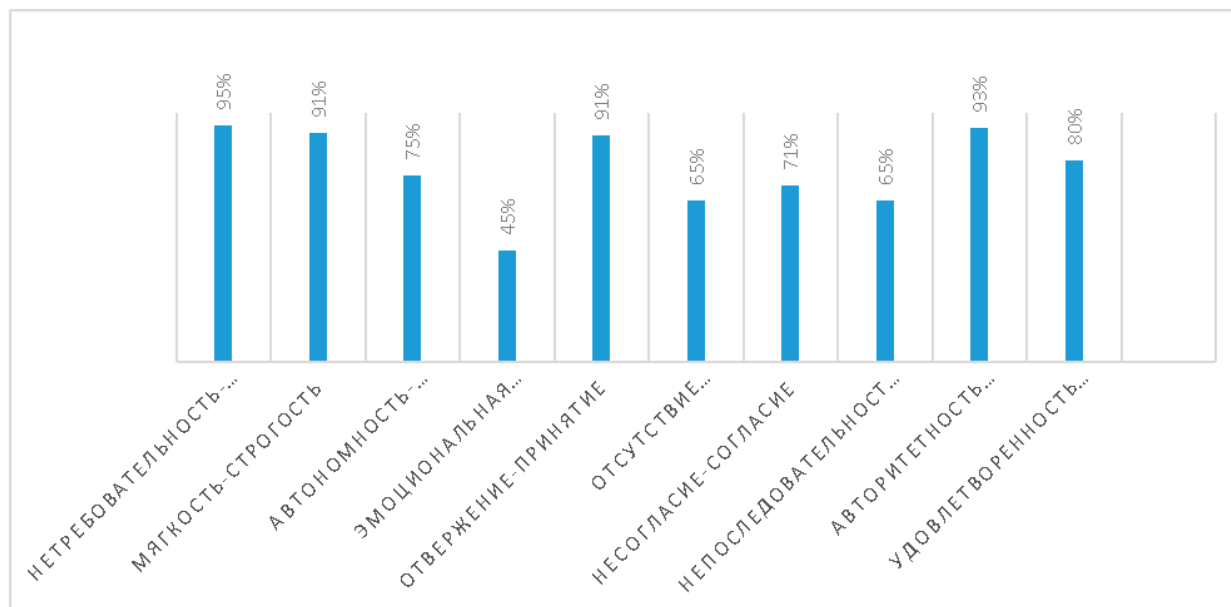


Рис. 1. Результат показателей по шкалам опросника «Взаимодействие родитель — ребенок»

куны демонстрируют конструктивную стратегию взаимодействия с подростками, основанную на сотрудничестве и кооперации. Они поощряют детскую инициативу и самостоятельность, проявляют гибкость в вопросах дисциплины и стремятся занять позицию взаимопонимания и уважения в конфликтах с подростком.

Применение t-критерия Стьюдента позволило установить, что различия между сравниваемыми группами по параметру авторитарного стиля воспитания достигли уровня статистической значимости $p < 0.05$). Полученный результат доказывает предположение, согласно которому подростки, чье поведение сильнее отклоняется от принятых норм, склонны считать методы воспитания своих родителей или опекунов более жесткими и властными.

Статистически доказано (уровень значимости $p < 0.01$), что различия в восприятии демократичного стиля воспитания существенны: подростки, реже проявляющие девиации, склонны оценивать воспитание со стороны своих опекунов как более свободное и основанное на принципах демократии. Различия по гиперопеке оказались менее выраженными, что указывает на отсутствие значимой связи

между этим стилем воспитания и склонностью к девиантному поведению ($p \approx 0.07$).

Анализ полученных данных позволяет сделать заключение, что опекуны в большинстве случаев стремятся максимально полно удовлетворять потребности своих подопечных, проявляя снисходительность и уступчивость, практически не предъявляя к ним серьезных требований и обязательств.

Такой стиль воспитания, сочетаясь с минимальным объемом предъявляемых требований, способствует формированию у подростков эгоцентризма и низкой степени развитости чувства ответственности за собственное поведение и совершенные поступки. Подобный подход способен увеличить вероятность появления у подростков тенденции к антиобщественному поведению, выражающемуся в игнорировании существующих социальных норм и установлений.

Данные, полученные по методике диагностики склонности к отклоняющемуся поведению, показывают нам имеющиеся склонности испытуемых к выражению этого поведения. Представленные результаты наглядно отображены в таблице 4.

Таблица 3. Сравнение восприятия стилей воспитания по группам:

Стиль воспитания	Группа 1 (Высокая девиантность)	Группа 2 (Низкая девиантность)	Значимость (p)
Авторитарный	27,4 ± 3,2	21,3 ± 2,9	$p < 0.05$
Гиперопека	24,6 ± 3,8	22,9 ± 3,1	$p \approx 0.07$
Демократичный	18,7 ± 3,4	25,1 ± 2,7	$p < 0.01$

Таблица 4. Результаты анализа predisposedness испытуемых к определенным видам отклоняющегося поведения

Показатель склонности	Число испытуемых	%	Среднее значение
Предрасположенность к преодолению норм и правил	14	35	5.5
Предрасположенность к аддиктивному поведению	12	30	7.5
Предрасположенность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению	6	15	3.0
Предрасположенность к агрессии и насилию	10	25	8.0
Шкала волевого контроля эмоциональных реакций	16	40	9.0
Предрасположенность к делинквентному поведению	8	20	6.0

Исследование показало следующую картину распределения показателей волевого управления эмоциями среди опрошенных подростков: у 16 человек (40 %) выявлены пониженные значения, что говорит о значительных сложностях в управлении своим настроением и самоконтроле. Такая характеристика считается отрицательной, поскольку отражает низкую развитость умения регулировать эмоции. Среднее значение по этому параметру составило 9,0 баллов, что дополнительно подтверждает данную закономерность. Среди опрошенных подростков у 14 человек (35 %) были зафиксированы признаки, указывающие на склонность к нарушениям норм и правил поведения. Средний балл по данной характеристике составил 5,5, что говорит о среднем уровне выраженности данного симптома. Высокая доля таких случаев указывает на общую склонность подростков к подобным действиям, подчеркивая необходимость введения профилактических мер по предупреждению антисоциального поведения в данной возрастной когорте. Признаки аддиктивного поведения наблюдались у 12 подростков (30 %), средний балл составил 7,0, что подтверждает значительный уровень риска формирования различных форм зависимого поведения. Обнаруженные результаты сигнализируют о потенциальных трудностях, связанных с возникновением зависимого поведения, и требуют принятия мер профилактического характера. Признаки повышенной склонности к агрессивности и применению насилия обнаружены у четверти подростков (10 человек), средний результат составил 8,0 баллов, что говорит о среднем повышенном уровне агрессивных наклонностей. Учитывая этот результат, необходим пристальный мониторинг и разработка коррекционных программ, направленных на снижение уровня агрессивности. Самоповреждающее поведение обнаружено у наименьшего числа подростков — всего у 6 человек (15 %), средний балл составил минимальный показатель — 3,0. Малая выраженность данной характеристики является благоприятным индикатором, так как указывает на небольшую долю подростков с высоким риском серьезных психологических осложнений. Также установлено, что признаки делинквентного поведения отмечены у 8 подростков (20 %), средний балл составил 6,0, что указывает на выраженность обследуемого фактора, располагающегося в умеренном диапазоне.

Таким образом, приведенные данные показывают положительный сдвиг в формировании волевых качеств,

однако одновременно отмечается значительная доля подростков с признаками социальной дезадаптации, выражающимися в несоблюдении норм, наличии зависимых состояний и агрессивных проявлений. Полученная информация подчеркивает необходимость организации специализированных профилактических мер, направленных на предупреждение возможных нарушений поведения.

Далее мы проанализируем результаты отдельно для мальчиков и девочек, чтобы определить, насколько схожими они являются.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что обе группы (мальчики и девочки) демонстрируют predisposedness к преодолению общепринятым нормам и правилам поведения. Выявлено, что 40 % мальчиков (8 человека) выражают повышенную predisposedness к антиобщественным действиям (средний балл 5,7). Это указывает на довольно высокую долю мальчиков с такими тенденциями. В группе девочек аналогичный показатель составил 30 % (n=6) со средним результатом 5,3, что указывает на меньшую выраженность аналогичных характеристик. Кроме этого, установлено, что 25 % мальчиков (n=5) имеют умеренную predisposedness к аддиктивному поведению (средний балл 6,8). У девочек зафиксирован более высокий процент (35 %, n=7) с высокой степенью подверженности зависимым привычкам, их средняя оценка составила 7,2 балла. Что касается склонности к нанесению себе повреждений, лишь у небольшой доли юношей (10 %, n=2) отмечен крайне низкий уровень риска (средняя оценка 2,8), что расценивается как хороший знак. Девушки же показали худшие результаты: почти четверть из них (20 %, n=4) имеют среднюю оценку 3,2, что вызывает тревогу и нуждается в дополнительном внимании специалистов. Также выявлено, что 30 % мальчиков (n=6) проявляют predisposedness к агрессивному поведению (средний балл 8,2), что указывает на выраженные тенденции, нуждающиеся в коррекционном вмешательстве. Среди девочек этот показатель составил 20 % (n=4) со средней оценкой 7,8, что говорит о сравнительно редких случаях агрессивного поведения. Проблемы с контролем эмоциональных реакций наблюдаются у значительной части мальчиков — около половины (45 %, n=9) получили средний балл 9,1, свидетельствующий о затруднениях в сдерживании своего поведения.

Таблица 5. Результаты исследования склонности испытуемым к различным формам отклоняющегося поведения среди мальчиков и девочек

Показатель склонности	Мальчики			Девочки		
	Кол-во чел.	%	Среднее значение	Кол-во чел.	%	Среднее значение
Предрасположенность к преодолению норм и правил	8	40 %	5.7	6	30 %	5.3
Предрасположенность к аддиктивному поведению	5	25 %	6.8	7	35 %	7.2
Предрасположенность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению	2	10 %	2.8	4	20 %	3.2
Предрасположенность к агрессии и насилию	6	30 %	8.2	4	20 %	7.8
Шкала волевого контроля эмоциональных реакций	9	45 %	9.1	7	35 %	8.9
Предрасположенность к делинквентному поведению	3	15 %	5.9	5	25 %	6.1

У девочек такая проблема встречается немного реже — треть участниц (35 %, $n=7$) набрали в среднем 8,9 балла, показывая аналогичные сложности, хотя и менее острые. Исследование показало, что каждый шестой мальчик (15 %, $n=3$) имеет признаки склонности к проступкам (средний балл 5,9), что не выглядит критичным. Среди девочек ситуация хуже: каждая четвертая девочка (25 %, $n=5$) показала среднее значение 6,1, что указывает на повышенный уровень противоправного поведения и потребность в специальных мерах профилактики. Итоговый анализ показывает, что мальчики чаще демонстрируют признаки нарушения норм и правил, агрессии и низкого волевого контроля, тогда как девочки

более склонны к аддиктивному и делинквентному поведению, а также склонны к самоповреждающему поведению (рисунок 2).

Для того, чтобы провести сравнение между группами, нами был применен статистический U-критерий Манна-Уитни.

Гипотезы U-критерия Манна-Уитни

H0: Уровень признака в группе 2 не ниже уровня признака в группе 1.

H1: Уровень признака в группе 2 ниже уровня признака в группе 1.

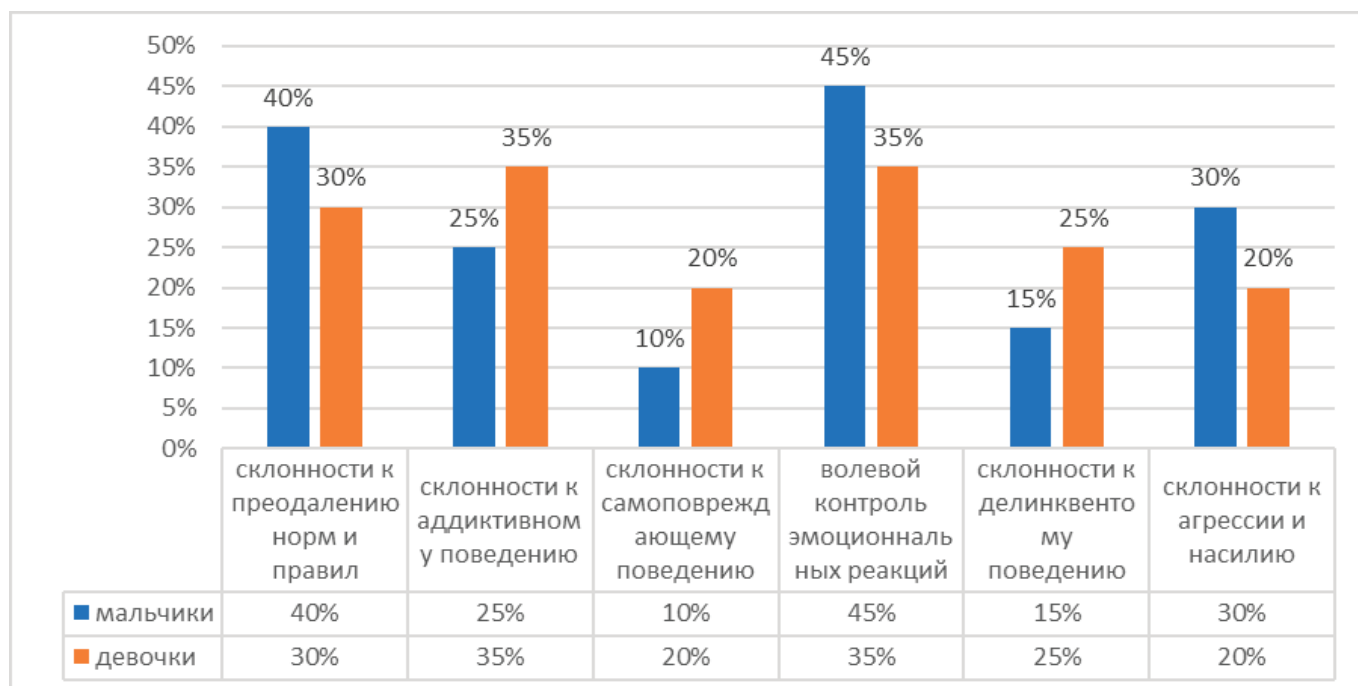


Рис. 2. Процентное распределение результатов по методике диагностики склонности к отклоняющемуся поведению среди мальчиков и девочек

Результат: $U_{\text{Эмп}} = 16$

$U_{\text{кр}}$	
$p \leq 0.01$	$p \leq 0.05$
3	7

Полученное значение (16) находится вне зоны статистической значимости, указывая на отсутствие различий между двумя группами.

Следующий этап нашего исследования заключался в проведении методики склонности к девиантному поведению (СДП), с целью выявления предрасположенности у испытуемых к этим формам. Полученные результаты отражены в таблице 6.

Анализ результатов показывает, что треть подростков (14 человек, 35 %) не следуют желательному социальному поведению, предпочитая личное самовыражение. Подавляющее большинство испытуемых (20 человек, 50 %) слабо хотят следовать общепринятым нормам и правилам поведения. Только у 15 % подростков ($n=6$) сформировалась устойчивая модель социально-обусловленного поведения, что указывает на сильную зависимость от социума. Анализируя результаты девиантного поведения, можно с уверенностью сказать, что у подавляющего большинства респондентов (75 %, или 30 человек) не выявлено склонности к противоправным действиям, что свидетельствует о позитивной динамике в их поведении. Умеренная склонность к делинквентности прослеживается у 25 % (10 человек), что может указывать на их уязвимость к попаданию в сложные ситуации. Тем не менее, устойчивых паттернов девиантного поведения ни у кого не зафиксировано. В отношении аддикций выявлено, что у 70 % (28 подростков) не наблюдается признаков формирования зависимостей, что является благоприятным фактором. Ситуативная предрасположенность к развитию зависимостей отмечена у 30 % (12 человек), что предполагает определенные риски в будущем. Крайние формы аддиктивного поведения не выявлены.

Анализируемые данные позволяют сделать следующие заключения относительно уровня агрессивности и суици-

дальных тенденций среди обследованных подростков. У 26 испытуемых (65 %) выявлено отсутствие выраженных агрессивных аспектов, что свидетельствует о том, что их поведение в целом отличается спокойствием и уравновешенностью. Невысокий уровень агрессивного поведения отмечен у 14 человек (35 %), что указывает на вероятность возникновения агрессии у подростков в определенных обстоятельствах. Стоит отметить, что проведенное обследование не выявило высокий уровень агрессивного поведения у подростков. Кроме этого, у большинства детей, а именно 22 человека (55 %), абсолютно не выявлено признаков, свидетельствующих о суицидальном поведении. Однако у некоторой части испытуемых (16 человек, 40 %) были отмечены эпизодические мысли о причинении себе вреда, что подчеркивает нужду в дополнительной поддержке психологов и контроле за состоянием здоровья. Особенно тревожат случаи двух подростков (5 %), у которых диагностированы серьезные риски совершения суицида, что требует немедленной профессиональной помощи.

Полученные результаты демонстрируют, что большая часть подростков из исследуемой выборки проявляет поведение, согласующееся с социально приемлемыми нормами. Вместе с тем, у части индивидуумов выявлены маркеры, указывающие на потенциальные риски, связанные с трудностями в социальной адаптации и внутренними психологическими конфликтами.

Представленные данные в таблице 7 иллюстрируют результаты исследования диагностики склонности к девиантному поведению отдельно для мальчиков и девочек, что дает возможность сопоставлять психологические и поведенческие характеристики между этими двумя подгруппами.

Приведенные в таблице сведения по показателям социально обусловленного поведения отображают следующее распределение: среди мальчиков признаки СОП отсутствуют у 25 % (легкая степень — у 60 %, высокая — у 15 %), в то время как среди девочек отсутствие признаков отмечено у 45 % (легкая степень — у 40 %, высокая — у 15 %). Аналогичным образом проанализированы остальные

Таблица 6. Результаты исследования по методике склонности к девиантному поведению

Шкала	Отсутствие признаков (0–10 баллов)	Легкая степень выраженности признаков (11–20 баллов)	Высокая степень выраженности признаков (21–30 баллов)
Социально-обусловленное поведение (СОП)	14 чел. (35 %)	20 чел. (50 %)	6 чел. (15 %)
Делинквентное поведение (ДП)	30 чел. (75 %)	10 чел. (25 %)	0 чел. (0 %)
Аддиктивное (зависимое) поведение (ЗП)	28 чел. (70 %)	12 чел. (30 %)	0 чел. (0 %)
Агрессивное поведение (АП)	26 чел. (65 %)	14 чел. (35 %)	0 чел. (0 %)
Суицидальное поведение (СП)	22 чел. (55 %)	16 чел. (40 %)	2 чел. (5 %)



Рис. 3. Результаты выраженности различных форм девиантного поведения по трем уровням, по методике склонности к девиантному поведению

Таблица 7. Результаты исследования выраженности различных форм девиантного поведения среди мальчиков и девочек, по методике склонности к девиантному поведению

Шкала	Выраженность признаков	Мальчики	Девочки
Социально-обусловленное поведение (СОП)	Отсутствие	5 чел. (25 %)	9 чел. (45 %)
	Умеренная	12 чел. (60 %)	8 чел. (40 %)
	Высокая	3 чел. (15 %)	3 чел. (15 %)
Делинквентное поведение (ДП)	Отсутствие	13 чел. (65 %)	17 чел. (85 %)
	Умеренная	7 чел. (35 %)	3 чел. (15 %)
	Высокая	0 чел. (0 %)	0 чел. (0 %)
Аддитивное (зависимое) поведение (ЗП)	Отсутствие	12 чел. (60 %)	16 чел. (80 %)
	Умеренная	8 чел. (40 %)	4 чел. (20 %)
	Высокая	0 чел. (0 %)	0 чел. (0 %)
Агрессивное поведение (АП)	Отсутствие	11 чел. (55 %)	15 чел. (75 %)
	Умеренная	9 чел. (45 %)	5 чел. (25 %)
	Высокая	0 чел. (0 %)	0 чел. (0 %)
Суицидальное поведение (СП)	Отсутствие	9 чел. (45 %)	13 чел. (65 %)
	Умеренная	10 чел. (50 %)	6 чел. (30 %)
	Высокая	1 чел. (5 %)	1 чел. (5 %)

шкалы. Интерпретация полученных данных позволила выявить определенные различия в уровнях склонности к различным формам девиантного поведения среди подростков. Большинство мальчиков отличаются большей стабильностью по основным изучаемым параметрам. Напротив, девочки чаще сталкиваются с легкими нарушениями в социальном поведении и наличием зависимостей, что может указывать на присутствие определенных социальных либо эмоциональных проблем. Представители мужской части выборки меньше склонны демонстрировать противоправные поступки, а признаки агрессивности выражены слабее среди девочек. Общей чертой обеих групп выступает наличие рисков суицидального поведения, подтвержденного высоким уровнем у одного подростка.

Для того, чтобы результаты были объективны, нами был применен статический U-критерий Манна-Уитни.

Результат: $U_{\text{эмп}} = 183$

$U_{\text{кр}}$	
$p \leq 0.01$	$p \leq 0.05$
114	138

В ней сопоставляются две выборки, каждой из которых присваиваются ранги. Суммы рангов по выборкам составляют 427 и 393 соответственно. Эмпирическое значение U ($U_{\text{эмп}}$) равно 183. Полученные данные позволяют заключить, что исследуемые группы демонстрируют идентичные результаты в контексте склонности к девиантному поведению.

Интерпретация полученных результатов

Результаты могут указывать на тенденцию опекунов к чрезмерному удовлетворению нужд подопечных, своего рода вседозволенности, при минимальном предъявлении требований и ожиданий. Многие исследователи отмечают, что подобный подход к воспитанию способствует развитию эгоизма и склонности к нарушению норм, так как ответственность за собственные действия развита недостаточно.

Взаимосвязь между шкалами, оценивающими склонность к девиациям, и стилями воспитания, демонстрирует, что при высокой склонности к противоправному поведению и зависимостям, подростки часто ощущают недостаток внимания со стороны опекунов, отсутствие контроля и интерес к их жизни. Иными словами, подростки чувствуют себя «предоставленными самим себе». Подростки полагают, что родители допускают практически любое поведение и не применяют наказания даже при нарушениях установленных ограничений. Такое попустительское отношение способно сформировать нестабильную и несформированную личность.

Склонность к саморазрушающему поведению взаимосвязано с самовосприятием воспитательного процесса опекунов как «гипопротекция» и «недостаток ограничений», а также с «игнорированием потребностей ребенка», проявляющимся в недостаточном внимании к эмоциональным и коммуникативным потребностям подростка, недостатке любви и поддержки.

Методический инструментарий показал надежность и валидность при работе с подростками, находящимися

под опекой. Комплексный подход позволил рассмотреть проблему девиантного поведения с разных сторон — поведенческой, когнитивной и эмоциональной.

Выводы и перспективы дальнейших исследований

Основные выводы исследования:

1. Подростки, находящиеся под опекой, представляют собой группу повышенного риска в отношении формирования девиантного поведения.

2. Восприятие стиля воспитания играет важную роль как один из ключевых психологических факторов, влияющих на регуляцию поведения.

3. Подростки с выраженной девиантностью испытывают специфические личностные трудности, проявляющиеся в агрессивности, слабом самоконтроле и негативном отношении к общепринятым нормам и ценностям.

4. Подтверждение необходимости индивидуального подхода к профилактике девиантного поведения, включающего работу как с подростками, так и с их опекунами.

Полученные данные свидетельствуют о том, что система профилактики и коррекции девиантного поведения должна быть ориентирована на создание поддерживающей, уважительной и демократичной атмосферы в семье. Воспитательное взаимодействие, основанное на доверии, уважении, открытости и совместном принятии решений, способствует снижению поведенческих рисков и формированию устойчивых моделей социально приемлемого поведения.

Литература:

1. Васильева Л. П. Особенности формирования социально-психологической адаптации и профессиональной направленности подростков, оставшихся без попечения родителей / Л. П. Васильева, В. С. Игнатович, О. В. Котова // Вопросы психического здоровья детей и подростков. — 2017. — Т. 17, № 2. — С. 35–36.
2. Гаврилюк В. В. Динамика ценностных ориентаций в период социальной трансформации / В. В. Гаврилюк // Социологические исследования — 2012. — № 1. — С. 96–105
3. Змановская Е. В. Девиантология: психология отклоняющегося поведения / Е. В. Змановская. — Москва: Академия, 2004. — С. 270–288.
4. Жампина А. Ш. Сущность девиантного поведения подростков и его причины / А. Ш. Жампина // Актуальные психолого-педагогические исследования. Сборник научных трудов. — Магнитогорск, 2018. — С. 158–160.
5. Латыпова Л. И. Беседа как метод работы с учащимися с отклоняющимся поведением / Л. И. Латыпова // Вестник Томского государственного университета. Педагогика. — 2016. — № 3 (36). — С. 65
6. Леус Э. В., Диагностика склонности подростков к отклоняющемуся поведению, издательство ПЕР СЭ, Москва, 2008 г.
7. Марковская И. М. Методика изучения взаимодействия родителей и детей («Взаимодействие родитель-ребенок») / И. М. Марковская // Семейная психология и семейная терапия. — 2001. — № 2. — С. 114–125.
8. Маст С. В. Аддиктивное поведение детей — сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, как особая форма девиации / С. В. Маст // Специальное образование. — 2017. — № 4 (48). — С. 117–128.
9. Кармакар Р. Зависимость просоциальной мотивации подростков от восприятия ими последовательности родительского воспитания // Социальная психология и общество. 2017. Том 8. № 2. С. 101–115. doi:10.17759/sps.2017080207
10. Ковальчук М. В. Девиантное поведение: профилактика, коррекция, реабилитация: монография / М. В. Ковальчук. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2015. — 352 с.
11. Коноплева И. Н., Лозовенко А. С. Стиль воспитания в семье и ценностные ориентации у подростков с девиантным поведением // Психология и право. 2012. Том 2. № 2. С. 1–14.

12. Менделевич, В. Д. Психология девиантного поведения / В. Д. Менделевич.
13. Орел А. Н. Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (СОП): пособие для практических психологов / А. Н. Орел; Рос. акад. образования, Моск. пед. гос. ун-т. — Москва: МПГУ, 2010. — 128 с.
14. Петровская В. Г. Психология семьи и семейного воспитания: Учебно-методическое пособие. Новосибирск: Немо Пресс, 2018. 82 с.
15. Реан А. А. Семья как фактор профилактики и риска виктимного поведения // Национальный психологический журнал. 2015. № 1 (17). С. 3–8. doi:10.11621/nprj.2015.0101
16. Соколова Л. А. Современное состояние вопросов социума, по педагогическому сопровождению подростков оставшихся без попечения родителей / Л. А. Соколова // Символ науки: международный научный журнал. — 2016. — № 4. — С. 184–189.
17. Тимощук И. Г., Гожан П. С. Типичные проблемы во взаимоотношениях родителей с современными детьми-подростками // Ученые записки Крымского инженерно-педагогического университета. Серия Педагогика. Психология. 2016. № 3 (5). С. 118–123.
18. Фурманов И. А., Аладьин А. А., Фурманова Н. В. Психологическая работа с детьми, лишенными родительской опеки: Книга для психологов. Минск: ТЕСЕЙ, 2007. 320 с.

Обзор современных теорий индивидуально-типологических особенностей личности

Тишкина Анастасия Олеговна, студент магистратуры
Самарский государственный социально-педагогический университет

В статье анализируются основные теории индивидуально-типологических особенностей личности.

Ключевые слова: *индивидуально-типологические особенности, личность, типология личности.*

Изучение индивидуально-типологических особенностей личности на протяжении более века остаётся одной из центральных задач психологии. Современная научная мысль предлагает множество концепций, отражающих многообразие подходов к пониманию природы личности. В рамках данной статьи рассматриваются ключевые современные теории индивидуально-типологических особенностей, с особым вниманием к теории ведущих тенденций Л. Н. Собчик. Теоретический анализ проводится на основе работ К. Г. Юнга [8], Г. Айзенка [1], К. Леонгарда [3], А. Ф. Лазурского [2] и других исследователей.

Ганс Айзенк разработал трехфакторную модель личности, в основе которой лежат такие параметры, как экстраверсия — интроверсия, нейротизм и психотизм, что позволяет комплексно описывать характерологические особенности индивида и прогнозировать его поведение в различных ситуациях. Айзенк подчёркивал, что темперамент имеет биологическую природу и тесно связан с особенностями функционирования центральной нервной системы, влияя на уровень возбудимости и торможения, а также на степень эмоциональной устойчивости человека. Его исследования демонстрируют, что измерение этих параметров возможно с помощью стандартизированных опросников, что даёт объективные данные для психологического анализа и диагностики. Особое внимание уделяется роли нейротизма, который

отражает эмоциональную нестабильность и восприимчивость к стрессам, а также психотизму — признаку, связанному со склонностью к импульсивному и антисоциальному поведению [1].

Таким образом, модель Айзенка является фундаментальной для понимания индивидуальных различий в темпераменте и характере, и широко применяется в клинической психологии, педагогике и психодиагностике.

Карл Леонгард предложил типологию акцентуаций характера, в рамках которой он выделил 12 акцентуированных типов личности [3] (см. Таблица 1). Каждый тип характеризуется устойчивыми чертами, которые в нормальных условиях способствуют индивидуализации поведения, но при неблагоприятных обстоятельствах могут перерасти в патологию.

А. Ф. Лазурский разработал одну из первых отечественных классификаций личности [2], в которой он делил личности на эндопсихические и экзопсихические.

Эндопсихические типы характеризуются внутренней направленностью, склонностью к саморефлексии, интроспекции и глубокому анализу собственного внутреннего мира. Такие личности, как правило, ориентированы на внутренние процессы и самопознание, проявляя высокую степень автономии и устойчивости к внешним воздействиям. В противоположность им экзопсихические типы проявляют активную вовлеченность в социальные взаимодействия, ориентируются на внешний мир, стремятся

Таблица 1. Типы акцентуаций характера по К. Леонгарду [3]

Тип акцентуации	Основные черты поведения
Демонстративный	Эгоцентризм, стремление к признанию
Педантичный	Чрезмерная аккуратность, осторожность
Застывающий	Упрямство, мстительность
Возбудимый	Импульсивность, агрессивность
Гипертимный	Оптимизм, высокая активность
Дистимный	Пониженный фон настроения, пассивность
Тревожный	Неуверенность, склонность к тревоге
Циклотимный	Перемены фаз гипер- и гипотимности
Экзальтированный	Эмоциональность, впечатлительность
Эмотивный	Чуткость, сострадание
Экстравертированный	Социальность, легкость в общении
Интровертированный	Замкнутость, погруженность в себя

к контакту с другими людьми, демонстрируют высокую адаптивность и зависимость от социальных факторов [2].

Лазурский также выделял уровни развития личности, в которых нижний уровень включает элементарные формы адаптации к окружающей среде, а высший уровень характеризуется развитием самоопределения, нравственных ориентиров и способности к рефлексии [2].

Классификация А. Ф. Лазурского подчёркивает фундаментальное различие в направленности личности — внутренней или внешней — что отражает разные стратегии восприятия мира и взаимодействия с ним. Такое разделение позволяет глубже понять механизмы саморегуляции и социального поведения, а выделение уровней развития личности показывает динамический характер личностного становления, где высшие стадии связаны с осознанным самоопределением и нравственной рефлексией.

К. Г. Юнг разработал одну из наиболее влиятельных типологий личности, различая интроверсию и экстраверсию, а также четыре психических функции: мышление, чувство, ощущение и интуиция [8]. Эта типология легла в основу модели MBTI и оказала влияние на развитие аналитической психологии.

В аналитической психологии Юнга большое значение придаётся не только сознательным аспектам личности, но и взаимодействию с бессознательными процессами, что позволяет глубже понять внутренние мотивы и конфликты личности. Таким образом, его теория оказывает продолжительное влияние на современные исследования в области индивидуальных различий, типологических характеристик и психотерапевтической практики.

Теория Л. Н. Собчик представляет собой интегративную модель, объединяющую психоаналитические, поведенческие и нейропсихологические подходы [6; 7]. Центральное понятие — «ведущие тенденции личности» — устойчивые эмоционально-поведенческие паттерны, отражающие характерологические особенности и адаптивные стратегии личности.

Диагностика осуществляется с помощью индивидуально-типологического опросника (ИТО), шкалирующего восемь ведущих тенденций: экстраверсия, спонтанность,

агрессивность, ригидность, интроверсия, сензитивность, тревожность, лабильность [7] (см. Рисунок 1). Данные тенденции составляют между собой пары противоположных тенденций. Согласно теории Собчик, в каждой личности могут присутствовать абсолютно противоположные тенденции.

Согласно Н. А. Юргиной [9], применение теории ведущих тенденций особенно актуально для специалистов помогающих профессий — психологов, педагогов, социальных работников и врачей. Использование ИТО позволяет выявлять профессиональные склонности и личностные ресурсы, формируя устойчивую профессиональную идентичность.

Современные исследования подчеркивают важность учета индивидуально-типологических характеристик личности при анализе процессов принятия решений. В статье З. И. Сима рассматривается, как такие личностные факторы, как экстраверсия-интроверсия, уровень тревожности и эмоциональная устойчивость, влияют на восприятие информации и выбор стратегий поведения в условиях неопределенности [5]. Автор выделяет взаимодействие когнитивных и эмоциональных компонентов личности, указывая на то, что эмоциональное состояние может значительно модифицировать когнитивные способности, влияя на качество и скорость принятия решений. Кроме того, З. И. Сим акцентирует внимание на прикладном значении этих факторов в профессиональной деятельности и управлении, где понимание индивидуально-типологических особенностей способствует оптимизации коммуникаций и повышению эффективности командной работы.

Изучение индивидуально-типологических особенностей личности сохраняет свою актуальность и значимость в современной психологии, предоставляя разнообразные подходы к пониманию многогранной природы человеческой личности.

Таким образом, интеграция классических и современных подходов, а также применение типологических знаний в практике психологии и смежных областях открывают широкие возможности для комплексного понимания личности и повышения качества психологической поддержки и диагностики.

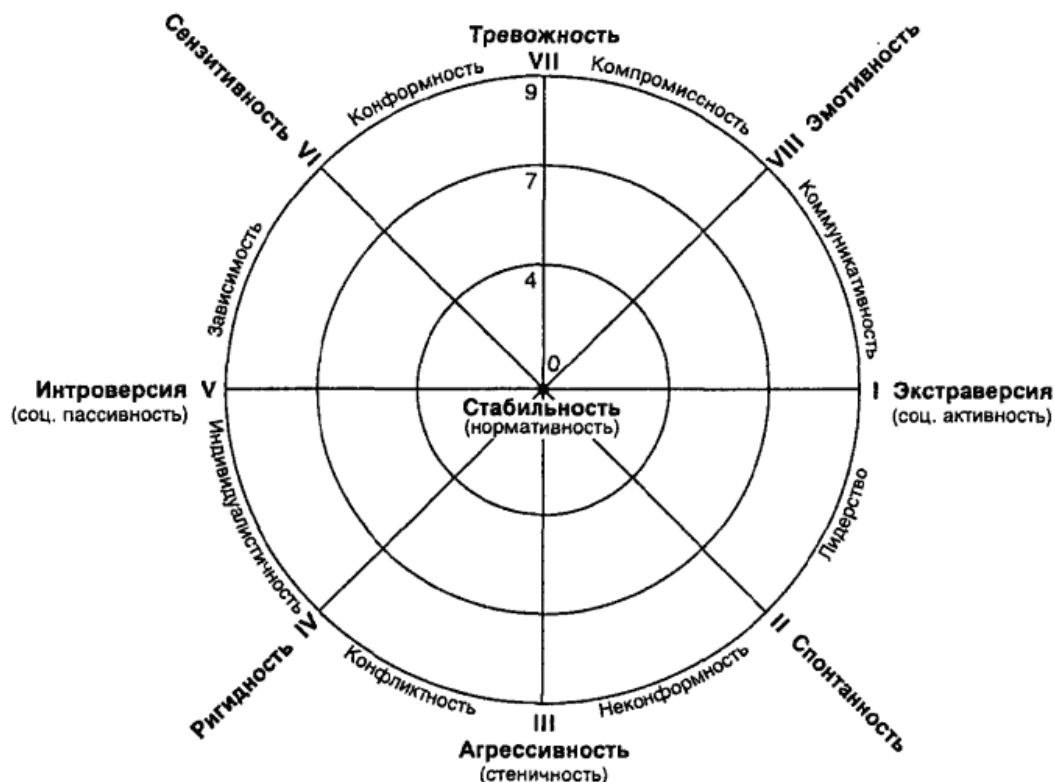


Рис. 1. Круговая диаграмма индивидуально-типологического опросника Л. Н. Собчик

Литература:

1. Айзенк, Г. Ю. Как измерить личность / Г. Ю. Айзенк, Г. Вильсон; пер. с англ. А. Белопольского. — Москва: Когито-Центр, 2000. — 284 с.
2. Лазурский, А. Ф. Классификация личностей / А. Ф. Лазурский; под редакцией М. Я. Басова, В. Н. Мясичева. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 274 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-09344-5. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/541652>
3. Леонгард, К. Акцентуированные личности / К. Леонгард. — Ростов н/Д.: изд-во «Феникс», 2017.. — Текст: электронный URL: https://lib.uni-dubna.ru/search/files/psy_leongard/1.pdf
4. Ромашко С. С. Теоретическая интеграция подходов Карла Юнга, Виктора Толкачёва, и эмпирического подхода Ганса Айзенка в изучении психологических типов // Актуальные проблемы психологии личности и социального взаимодействия: сборник научных трудов / под редакцией О. Г. Митрофановой. — Гродно: ГрГУ им. Янки Купалы, 2023. — ISBN 978-985-582-585-3. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/401981>
5. Сим, З. И. Исследование индивидуально типологических особенностей личности как психологических факторов, оказывающих влияние на процесс принятия решений // Universum: психология и образование. 2023. № 12 (114). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-individualno-tipologicheskikh-osobennostey-lichnosti-kak-psihologicheskikh-faktorov-okazyvayuschih-vliyanie-na-protsess>
6. Собчик, Л. Н. Роль эмоционального паттерна личности в проявлении индивидуального когнитивного стиля / Л. Н. Собчик. — Текст: электронный // b17.ru: [сайт]. — URL: https://www.b17.ru/article/cognitive_style/ (дата обращения: 28.05.2025).
7. Собчик, Л. Н. Психология индивидуальности. Теория и практика — Изд. 2, испр. и доп. / Собчик Л. Н. — СПб.: Речь, 2018. — 480 с., илл
8. Юнг, К. Г. Психологические типы / Юнг К. Г.; 4-е издание пер. с англ. Лорие С. /Под ред. Поликарпова В.// Минск.: Харвест, 2021. — 528 с.
9. Юргина, Н. А. Теория ведущих тенденций Собчик как основа профессиональной идентичности специалистов помогающих профессий / Н. А. Юргина // Психея и Пневма: Проблемы формирования профессиональной идентичности у лиц помогающих профессий: Материалы XV Сретенской Международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 24–25 февраля 2022 года / Сост. Л. Г. Гончарова. — Санкт-Петербург: Русская христианская гуманитарная академия, 2022. — С. 47–50. — EDN JGQREY.

Предпосылки общительности работников медицинской сферы

Толкунова Анна Олеговна, студент магистратуры
Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы (г. Москва)



Исследуя теоретические аспекты общительности медицинских работников, можно сделать вывод, что уровень их коммуникативных навыков напрямую влияет на качество взаимодействия с пациентами и коллегами. Высокая общительность способствует созданию доверительной атмосферы, улучшает командную работу что повышает эффективность оказания медицинской помощи. Особое значение профессиональном общении приобретает эмпатия — способность медицинского работника понимать и сопереживать пациенту, что способствует более точному выявлению проблем и формированию эффективного плана лечения. В тоже время, высокая эмоциональная нагрузка медицинских работников, приводит к развитию профессионального стресса и эмоционального выгорания. Эти состояния негативно влияют на коммуникативные способности, снижают уровень эмпатии и мотивацию, что может являться негативным фактором в оказании медицинской помощи. Поэтому важно внедрять методы психологической поддержки и обучения навыкам стрессоустойчивости для сохранения продуктивного общения и профессионального здоровья медицинских работников.

Факторы общительности личности — это характеристики и условия, которые влияют на способность и стремление человека вступать в социальное взаимодействие и общаться с другими членами общества.

Факторы общительности личности можно разделить на:

- Биологические и генетические факторы.
- Психологические особенности.
- Социальные и культурные факторы [18, 19].

Биологические и наследственные факторы оказывают немало важное влияние на темперамент и уровень активности личности.

Темперамент представляет собой врожденный набор психофизиологических особенностей человека, которые влияют на динамику его психической деятельности — то есть на то, как быстро и энергично протекают процессы восприятия, мышления, эмоций и поведения. Ключевые компоненты темперамента — это:

- а) Уровень активности — насколько человек энергичен в поведении,
- б) Эмоциональность — как сильно и быстро возникают эмоции,
- с) Реактивность — чувствительность нервной системы к внешним раздражителям).

Генетические факторы играют важную роль в формировании темперамента, поскольку они определяют особенности нервной системы, наследуемые от родителей. Именно эти биологические основы влияют на то, насколько человек склонен к определенному стилю поведения и взаимодействия с окружающими [7].

Биологически обусловленными факторами принято считать коммуникативные особенности, связанные с работой отделов головного мозга. В первую очередь лимбической системы, которая отвечает за эмоции, мотивацию и память. Затем особенности функционирования таких структур, как гиппокамп, миндалина и передняя поясная кора, которые влияют на восприятие социальных сигналов, эмоциональную отзывчивость и способность эмпатии, что и лежит в основе общительности. [6]

В частности, люди с более высокой врожденной активностью и эмоциональной возбудимостью, например сангвиники и холерики как правило, легче включаются в социальное взаимодействие, они более открыты и общительны. Это связано с тем, что их нервная система бы-

стрее реагирует на социальные стимулы, что способствует поиску новых контактов и впечатлений. [6, 7]

Согласно исследованиям Г. Айзенка, экстраверсия и интроверсия имеют значительную генетическую компоненту. Экстраверты обладают более низким уровнем базовой активации коры головного мозга, поэтому им необходимо больше внешних стимулов в том числе социальных, что делает их более общительными. Интроверты, наоборот, имеют повышенную корковую активность, что приводит к меньшей потребности во внешнем общении. [1]

Таким образом, как темперамент, так и степень экстраверсии задают биологический фундамент, на котором строится формирование личности и ее социальные особенности. Тем не менее, важно помнить, что наследственность лишь создает предпосылки, а конкретное развитие общительности и поведение зависят также от воспитания, окружения и личного опыта.

Психологическими особенностями, влияющими на общительность личности принято считать: открытость, доброжелательность и уровень эмпатии, а также когнитивные стили и эмоциональный интеллект.

Открытость — это черта характера личности, которая включает в себя: знания, креативность и готовность принимать новое. Которые, в свою очередь, способствуют легкому восприятию новой информации и успешной коммуникации с различными типами людей. [2]

Доброжелательность отражает положительный настрой к оппоненту, доверие и готовность помочь. Эти качества создают положительный настрой в общении и снижают вероятность конфликтов.

Эмпатия — способность понимать и чувствовать эмоциональное состояние другого человека. Высокий уровень эмпатии повышает качество межличностного взаимодействия, способствует эффективному слушанию и поддержке собеседника. [9]

Также ведущей психологической особенностью влияющей на общительность личности является самооценка. От ее уровня зависит насколько человек активен при установлении и поддержании социальных связей. Люди с высокой самооценкой и уверенностью в себе чаще проявляют инициативу, легче вступают в новые отношения и не боятся социальных ситуаций. Низкий уровень самооценки способен вызвать избегание общения и замкнутость.

В «Психологии личности» Леонтьев отмечает, что уверенность в себе — это фактор, который поддерживает не только социальную активность, но и способствует развитию устойчивых отношений. [3]

Когнитивные стили — это устойчивые индивидуальные особенности восприятия, обработки и интерпретации информации, которые влияют на то, как человек воспринимает окружающий мир и взаимодействует с другими. Они подразделяются на:

а. Аналитический стиль, который характеризуется последовательным, логическим и системным анализом

информации. Как правило люди с таким стилем склонны тщательно обдумывать, структурировать данные и делать выводы на основе фактов.

б. Интуитивный стиль основывается на спонтанных ассоциациях, чувствах и интуиции. Для таких людей характерно быстрое принятие решений, которое опирается на общий образ ситуации, а не на детальный анализ.

Исследования показывают, что различия в когнитивных стилях могут влиять на эффективность коммуникации в группе, понимание и интерпретацию смыслов, а также на способность к сотрудничеству и разрешению конфликтов [8].

Эмоциональный интеллект, как описал Дэниел Гоулман, — это способность осознавать, понимать, использовать и управлять своими эмоциями, а также эмоциями других людей. Эмоциональный интеллект включает в себя такие компоненты, как самосознание, саморегуляция, мотивация, эмпатия и социальные навыки. [10]

Высокий уровень эмоционального интеллекта способствует:

- Эффективному разрешению межличностных конфликтов;
- Адаптации в социальном окружении;
- Поддержанию мотивации в коллективе;
- Построению доверительных и устойчивых отношений.

Эмоциональный интеллект считается важным фактором успешного общения и лидерства [11].

Таким образом коммуникационные способности личности такие как открытость, доброжелательность, эмпатия, самооценка, когнитивные стили и эмоциональный интеллект влияют на доверительные отношения и облегчают адаптацию и снижают вероятность конфликтов, что является важным условием социальной активности и качественного общения.

Также немаловажными факторами, влияющими на общительность личности, являются социальные и культурологические воздействия такие как: влияние семьи и воспитание, уровень социализации, окружение, традиции и язык.

Первоочередным социальным фактором является семья. Это первичная социальная среда, где закладываются базовые модели общения и взаимодействия. Семейные отношения формируют основы доверия, умение выражать эмоции и разрешать конфликты. Воспитание в атмосфере поддержки и уважения способствует развитию коммуникативной инициативы и уверенности в себе [12].

Затем стоит отметить уровень социализации, как правило этот фактор вытекает из первого, так как закладывается в первую очередь семьей. Уровень социализации относится к степени освоения социальных норм, правил и ролей, необходимых для успешной интеграции в общество. Высокий уровень социализации позволяет личности легче устанавливать и поддерживать межличностные связи, участвовать в коллективной деятельности [13].

Следующим важным фактором является наличие круга общения и дружественных отношений, которые повышают мотивацию к взаимодействию, способствует развитию навыков коммуникации и социальной поддержки. Качество связей, включая степень доверия и эмоциональной близости, напрямую влияет на эмоциональное благополучие и социальную активность [14].

К культурным факторам, влияющим на общительность личности, относятся в первую очередь нормы и традиции общества — это система правил и ожиданий, принятых в социуме, которые регулируют способы общения и поведение в разных ситуациях. Культурные нормы формируют стили коммуникации, допустимые формы выражения эмоций и способы разрешения конфликтов, тем самым направляя развитие личности в рамках культурных ожиданий [15].

Затем следует отметить языковой и коммуникативный опыт. Язык является основным инструментом общения и передачи культурного опыта. Разнообразие языковых навыков и опыт общения в различных культурных контекстах расширяют возможности понимания и взаимодействия с разными людьми, способствуют развитию толерантности и гибкости в коммуникации [16].

Таким образом, воздействие социальных и культурных факторов создает благоприятные условия, влияющих на формирование общительности личности и качественное взаимодействие с окружающими людьми.

Таким образом можно заключить, что на общительность личности оказывает влияние множество факторов. Одни из которых биологически и генетически обусловлены. Другие факторы, оказывающие влияние на общительность, являются психологические особенности. Следующим важным аспектом является влияние социокультурных факторов. Совокупность всех этих факторов оказывает комплексное влияние на уровень общительности личности, формируя ее способность и желание налаживать эффективную коммуникацию с обществом и строить устойчивые межличностные отношения. Следовательно, общительность нельзя рассматривать как характеристику, которая зависит исключительно от врожденных или только внешних условий. Общительность является результатом симбиоза биологических, психологических и социокультурных компонентов, которые взаимодополняют и усиливают друг друга в процессе развития индивида.

Для определения факторов влияющих на общительность медицинских работников был использован комплекс диагностических средств, включающий в себя следующие методики:

Первым диагностическим инструментом мы использовали многомерный опросник Базовые Свойства Личности — БТО разработан А. И. Крупновым и представляет собой один из наиболее валидных инструментов диагностики различных аспектов личности в контексте социальной активности.

Следующим инструментом в нашем исследовании выступает методика оценки уровня общительности, предло-

женная В. Ф. Ряховским, позволяет определить коммуникативный стиль личности в повседневной жизни.

Следующим инструментом диагностики стала шкала эмоционального отклика, разработанная на основе работ А. Меграбян и модифицированная Н. Эпштейном, предназначена для измерения уровня эмпатии — способности личности к сопереживанию и эмоциональной отзывчивости.

Также мы использовали опросник эмоционального выгорания (MBI), который был разработан К. Маслач и адаптирован в России Н. Е. Водопьяновой. Методика направлена на выявление степени выраженности синдрома выгорания в трёх аспектах: эмоциональное истощение, деперсонализация и редукция личных достижений.

Шкала PSM-25, адаптированная Н. Е. Водопьяновой, является признанным инструментом для оценки общего уровня психоэмоционального стресса. Методика включает 25 утверждений, каждое из которых респонденты оценивают по восьми балльной шкале в зависимости от частоты проявления соответствующих состояний (от 1 — «никогда» до 8 — «ежедневно»).

Предложенный психодиагностический инструмент позволяет выявить психологические предпосылки, влияющие на общительность у медицинских работников.

Данное эмпирическое исследование строится как психодиагностическое и предполагает осуществление процедуры сравнительного анализа показателей общительности, уровня стресса и эмоционального выгорания, у медицинских работников. Участниками исследования являются 34 медика 58 % всех респондентов составили женщины, 42 % — мужчины. 55 % всей выборки имеют общий медицинский стаж 5–10 лет, что соответствует средней продолжительности работы, 13 % респондентов имеют более продолжительный профессиональный опыт, и проработали в медицинской сфере от 10 до 15 лет. 32 % опрошенных посветили профессии от 15 до 30 лет жизни, что свидетельствует о значительном опыте в медицинской сфере.

В рамках эмпирического исследования были сделаны следующие выводы:

1. Определено, что общительность как базовое свойство у большинства испытуемых развита на среднем и выше среднего уровнях. Так же данные подтверждают, что большинство участников в повседневном и профессиональном общении проявляют достаточно открытую и комфортную модель взаимодействия.

2. Выявлено, что большинство, демонстрируют средний уровень эмпатии, что является профессионально важным. Однако выделяется ряд респондентов с низкими показателями. В условиях медицинской практики это может приводить к трудностям в установлении контакта с пациентами.

3. Обнаружено существование среди медицинского персонала ряда сотрудников с выраженным синдромом выгорания и стресса. Это говорит о наличии респондентов с крайне высоким стрессовым фоном. Полученные

результаты свидетельствуют о необходимости разработки программ профилактики стресса и эмоционального выгорания для поддержания психоэмоционального здоровья сотрудников.

Выполненная процедура психодиагностического анализа медицинских работников позволила говорить о наличии статистически достоверных данных показателей их общительности и факторов, влияющих на ее проявление. В частности, для медицинских работников характерен достоверно более высокий уровень общительности, а показатели эмпатии у большинства респондентов находится на среднем уровне, что отра-

жается на их способности эффективно взаимодействовать с пациентами и коллегами, однако их психоэмоциональная устойчивость находится под угрозой. В то же время, среди медицинских работников можно наблюдать высокий уровень тревожности и нервно-психической напряженности, а также ряд опрошенных демонстрируют наличие эмоционального выгорания, что отражает потребность в психологической поддержке. Таким образом, психодиагностика подчеркивает важность индивидуального подхода в работе с медицинским персоналом и необходимость разработки дополнительных организационно-психологических мер.

Литература:

1. Айзенк Г. Дж. Биологическая природа личности / Г. Дж. Айзенк; пер. англ. — Москва: Мир, 1967. — 320 с.
2. Коста П. Т., МакКрей Р. Р. Оценка нормальной личности в клинической практике: Описание личности NEO / П. Т. Коста, Р. Р. МакКрей // Psychological Assessment. — 1992. — Т. 4, № 1. — С. 5–13. — DOI: 10.1037/1040-3590.4.1.5.
3. Леонтьев, А. А. Психология общения: учебное пособие для студентов-психологов / А. А. Леонтьев; Тартуский гос. ун-т, Каф. логики и психологии. — Тарту: Тартуский гос. ун-т, 1974. — 218 с.
4. Психология общения медицинского работника и больного [Электронный ресурс], — https://asklepiya.ru/f/leksiya_1.pdf (дата обращения: 26.02.2025).
5. Королева А. В. Значение развития эмоционального интеллекта и навыков психогигиены при подготовке будущего врача [Электронный ресурс], — https://tsutmb.ru/nauka/internet-konferencii/2022/lichn_i_prof_razv_bud_special/2/Koroleva.pdf (дата обращения: 24.02.2025).
6. Иванов В. П. Психофизиология личности / В. П. Иванов. — Москва: Педагогика, 2010. — 256 с.
7. Леонтьев А. Н. Психология личности: учебник для вузов / А. Н. Леонтьев. — Санкт-Петербург: Питер, 2009. — 512 с Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. — М.: Педагогика, 2000. — 400 с.
8. Зотова И. А. Психологические аспекты профессионального выгорания медицинских работников // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. — 2018. — № 3. — С. 45–53.
9. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект: Почему он может значить больше, чем IQ / Д. Гоулман. — СПб.: Питер, 2003. — 352 с.
10. Д., Саловей П., Карузо Д. Р. Эмоциональный интеллект, теория, исследования и применение // Психологический журнал. — 2004. — Т. 39, № 1. — С. 25–41.
11. Иванова Т. В. Психология семьи и воспитания: учебник / Т. В. Иванова. — Москва: Наука, 2018. — 320 с.
12. Петров В. Ю. Социализация личности в современном обществе: монография / В. Ю. Петров. — Екатеринбург: УрФУ, 2019. — 200 с.
13. Кузнецова Н. Н. Межличностные отношения и социальная поддержка: учебное пособие / Н. Н. Кузнецова. — Москва: Просвещение, 2016. — 184 с.
14. Смирнов А. П. Культурные нормы и социальная коммуникация / А. П. Смирнов. — Санкт-Петербург: Питер, 2017. — 256 с.
15. Лебедева Е. М. Язык и межкультурная коммуникация / Е. М. Лебедева. — Москва: Высшая школа, 2020. — 288 с.
16. Алексеева Н. М. Адаптивность в профессиональной деятельности медработника // Современная медицина и психология. — 2023. — Режим доступа: <https://medpsyjournal.ru/adaptivnost> [Дата обращения: 26.04.2024].
17. Смирнова Е. В. Биологические основы поведения человека / Е. В. Смирнова // Вестник психологии. — 2020. — № 3. — С. 45–58.
18. Козлова Н. Н. Социальные факторы формирования коммуникативных навыков / Н. Н. Козлова // Психология и общество. — 2021. — Т. 12, № 4. — С. 78–89.1.
19. Давыдов В. В. Статистический анализ данных в психологии: учебное пособие / В. В. Давыдов. — Москва: Издательство, 2017. — 256 с.
20. Векслер Н. Г. Методы статистического анализа в психологии: учебник / Н. Г. Векслер. — Санкт-Петербург: Питер, 2018. — 320 с.
21. Гросс Р. Статистика для психологов / Р. Гросс; пер. с англ. — Москва: Когито-Центр, 2015. — 288 с.
22. Пермяков З. И. Основы статистики в психологии: учебное пособие / З. И. Пермяков. — Москва: Академия, 2016. — 200 с.

Деадаптивные особенности психоэмоционального состояния родителей, воспитывающих детей с особенностями развития

Хурасева Мария Андреевна, студент магистратуры
Тольяттинский государственный университет

В настоящем исследовании изучаются особенности психоэмоционального состояния родителей, препятствующие эффективной адаптации к ситуации рождения, реабилитации и воспитания ребенка с ограниченными возможностями здоровья, а именно: повышенный уровень тревожности, наличие фрустрирующих аспектов, эмоциональное выгорание.

Ключевые слова: адаптация, психоэмоциональное состояние, родители, дети с ограниченными возможностями здоровья, тревожные состояния, фрустрация, выгорание.

Введение

Исследования психоэмоционального состояния родителей, воспитывающих детей с особенностями развития, характеризуют ситуацию постановки диагноза ребенку как критический переломный момент, влекущей за собой значительные изменения в жизни всех членов семьи. К детям с особенностями развития относятся: сенсорные нарушения (слепота, глухота, слабовидение, тугоухость), тяжелые речевые патологии, поражения опорно-двигательного аппарата, расстройства аутистического спектра, задержка психического развития и умственная отсталость различной степени выраженности. В процессе адаптации родителей к новым условиям их состояние приобретает ряд специфических особенностей, сопровождаемых комплексом психоэмоциональных реакций, включающих переживание утраты «ожидаемого» ребенка, необходимость кардинального пересмотра жизненных планов и ценностей, внутрисемейные трансформации отношений.

Изменения, с которыми родителям необходимо справляться, зачастую имеет негативный психотравмирующий характер, что часто сказывается на психоэмоциональном состоянии, психологическом и физическом здоровье и отражается в дезорганизации деятельности родителей, рассогласовании внутрисемейного взаимодействия, деструктивном характере воспитания ребенка. Такие состояния, как правило, затрудняют процесс адаптации и ещё больше усугубляют трудности, с которыми сталкиваются семьи. Исследователи подчеркивают, что результатом успешной адаптации становится достижение человеком оптимального состояния функционирования. Это состояние объединяет три ключевых аспекта: физиологическое благополучие, проявляющееся в стабильности основных биологических показателей и сохранении телесных функций; психологическую устойчивость, выражающуюся в эмоциональном равновесии, когнитивной ясности и способности противостоять стрессам; социальную эффективность, характеризующуюся продуктивной деятельностью и качественным взаимодействием с окружающими. Лишь при гармоничном сочетании этих компонентов возможно говорить о полноценном психофизическом здоровье и высоком качестве жизни человека. [6, С. 197; 20, С 441–442]

Таким образом, сложившаяся ситуация, с которой сталкиваются родители, требует комплексной поддержки членов семей, воспитывающих детей с особенностями развития, и помимо социальной помощи и реабилитационных и лечебных мероприятий для ребёнка с особенностями здоровья, должна включать психологическое сопровождение родителей, что в совокупности должно способствовать адаптации всех членов семьи к новым жизненным условиям. Понимание особенностей психоэмоционального состояния родителей, воспитывающих детей с особенностями развития, и их детерминирующих факторов может способствовать эффективной стратегии поддержки и помощи.

Статья посвящена исследованию динамики психоэмоциональной адаптации родителей детей с особыми потребностями. В работе анализируются типичные психологические реакции, включая тревожные расстройства, фрустрационные проявления и синдром эмоционального выгорания. Особое внимание уделяется ключевым детерминантам адаптационного процесса и специфическим трудностям, возникающим на разных стадиях принятия особенностей развития ребенка.

Результаты теоретического исследования

Как показывают исследования, родители детей с особенностями развития сталкиваются с комплексом взаимосвязанных проблем, затрагивающих все сферы их жизни. На психологическом уровне они переживают тяжелый кризис при постановке диагноза. В семейных отношениях возникают серьезные изменения: традиционные роли перераспределяются, часто приводя к дисбалансу — матери полностью сосредотачиваются на реабилитации и бытовых нуждах ребенка, а отцы принимают на себя функцию финансового обеспечения, посвящая большую часть времени профессиональной деятельности. Это создает напряжение между супругами и может привести к отчуждению друг от друга и здоровых детей семьи. Социальная жизнь резко сужается из-за необходимости постоянного ухода за ребенком, потери работы и общественного осуждения. Финансовое бремя реабилитации становится тяжелым испытанием, особенно при необходимости дорогостоящих процедур и специального обо-

рудования. Каждый конкретный диагноз приносит свои уникальные трудности: при аутизме — проблемы коммуникации, при ДЦП — физические ограничения, при сенсорных нарушениях — сложности адаптации в обществе. Таким образом, перед семьей встает сложная задача многоаспектной адаптации: перестройка повседневного быта и системы ухода за ребенком; осознание и принятие новой жизненной ситуации при сохранении душевного равновесия; поиск доступной помощи и постепенное встраивание в изменившиеся условия жизни. (из первой части) [8, 10, 9, 15, 16, 19, 21, 36]

Процесс адаптации затрагивает изменения на всех уровнях жизнедеятельности человека, и включает в себя ряд изменений на физиологическом, психологическом и социальном уровнях функционирования. В ходе адаптации происходит последовательная трансформация психических состояний человека, включая всю систему его эмоциональных реакций на изменяющиеся условия среды. Как подчеркивает Р. С. Немов, психоэмоциональное состояние представляет собой особую форму психических состояний, где доминирующую роль играет эмоциональный компонент, соответствующий актуальной психической доминанте [24]. Эти эмоциональные изменения оказывают комплексное воздействие не только на физиологические показатели состояния организма, но и существенно влияют на поведенческие паттерны индивида [35, С.7].

А. Г. Маклаков определяет адаптацию как динамический процесс достижения оптимального соответствия между внутренними психическими характеристиками индивида и внешними условиями среды, который обеспечивается за счет активации механизмов психологической регуляции и формирования адекватных поведенческих стратегий. [20, С. 438–442]

Адаптация представляет собой комплексный процесс, включающий три взаимосвязанных уровня: физиологический (активация метаболических и гормональных механизмов для поддержания гомеостаза через вегетативные и нейрогуморальные перестройки), психологический (когнитивная переработка информации, эмоциональная регуляция и выработка поведенческих стратегий с использованием механизмов психологической защиты и совладания) и социальный (формирование новых моделей взаимодействия, усвоение измененных социальных норм и освоение новых ролевых позиций). Эти уровни, характеризуясь специфическими механизмами регуляции, находятся в постоянном динамическом взаимодействии, формируя интегральные показатели адаптационного состояния личности. [20, С. 449]. Данные характеристики включают параметры психофизиологической активности и психоэмоционального состояния, которые определяют уровень функционирования различных систем организма. Этот сложный механизм регуляции позволяет индивиду либо достичь состояния оптимальной работоспособности, либо, напротив, перейти в режим энергосбережения, что существенно влияет на эффективность деятельности. [20]

Эмоциональная сфера личности служит важнейшим регуляторным механизмом, определяющим психические и физиологические состояния человека через сложное взаимодействие внешних событий, осуществляемой деятельности и системы актуальных потребностей (С. Л. Рубинштейн). Оценочная функция эмоций позволяет анализировать соответствие между текущей ситуацией и значимыми целями личности, формируя дифференцированные эмоциональные реакции: положительные (радость, удовлетворение) возникают при совпадении внешних условий с внутренними установками, активируя парасимпатическую систему и способствуя расслаблению и восстановлению ресурсов, тогда как отрицательные (тревога, гнев) отражают рассогласование, запуская симпатическую систему и мобилизуя организм для активных действий. Таким образом, валентность эмоций напрямую влияет на физиологическое состояние, модулируя активность различных функциональных систем организма. [29, С. 551]

Таким образом, эмоции формируют ключевые параметры психоэмоциональных состояний, определяя их качественные и динамические характеристики.

В работах Н. Д. Ливитова и В. А. Ганзена параметры психоэмоциональных состояний характеризуются через систему взаимосвязанных параметров, включающих модальность переживаний (положительную или отрицательную валентность), их интенсивность и глубину, временную динамику (устойчивость или лабильность), а также степень влияния на общее психофизиологическое состояние человека. Ганзен дополнительно выделяет два фундаментальных класса состояний — гуманитарные (связанные с межличностными отношениями, такие как симпатия или враждебность) и эмоциональные (индивидуальные переживания типа радости или горя), подчеркивая при этом ключевую роль субъективного переживания удовольствия или неудовольствия как базового критерия дифференциации. [7, 18]

Как подчеркивает Маклаков А. Г., результатом процесса адаптации должно стать такое оптимальное состояние организма человека, включающее его физиологические параметры, психологическое равновесие и социальное благополучие, при которых возможна продуктивная деятельность, психоэмоциональное благополучие и сохранение физических функций, такое состояние характеризует эффективную адаптацию. [20, С. 441]

Так при благоприятных условиях, на этапах процесса адаптации, формируются новые качества личности и спектр поведенческих приемов, направленных на установление поведения, позволяющего приспособиться к изменениям. [28] Адаптация к новым условиям при отсутствии выраженного стресса представляет собой плавный и последовательный процесс, включающий четыре основных этапа: от первичного ознакомления до полной интеграции в изменившиеся условия. На каждом этапе происходит постепенное освоение необходимых навыков, формирование когнитивных представлений о среде и до-

стижение комфортного взаимодействия с новыми требованиями.

Однако, если человек сталкивается с событиями, превосходящими его адаптационные возможности, психоэмоциональное состояние может приобретать деструктивный характер. Это происходит на фоне развития стрессовой реакции, которая при неблагоприятных условиях трансформируется в дистресс — патологическую форму стресса, сопровождающуюся хронической тревожностью и прогрессирующим истощением ресурсов организма. [20, С. 457]

Согласно концепции, Г. Селье, стрессовый ответ развивается поэтапно: первоначальная реакция тревоги сопровождается активацией симпатической нервной системы и мощным выбросом стрессовых гормонов, мобилизующих организм для преодоления угрозы. При успешной адаптации наступает фаза резистентности, когда физиологические параметры стабилизируются на новом, оптимальном для данных условий уровне. [30]

Однако при продолжительном или чрезмерно интенсивном стрессе развивается фаза истощения — критическое состояние, характеризующееся: утратой адаптационного потенциала, стойкой эмоциональной напряженностью, хронически повышенной тревожностью, выраженным истощением физиологических резервов. [30]

В этом случае стресс трансформируется в дистресс — патологическое состояние, сопровождающееся нарушением психологического равновесия, снижением продуктивности и ухудшением психоэмоционального благополучия. Физиологически это проявляется в дисбалансе гормональной регуляции и нарушении работы различных систем организма. Особую опасность представляет закрепление тревожных состояний, которые из временной адаптационной реакции превращаются в устойчивую характеристику личности, существенно снижая качество жизни и адаптационные возможности индивида. [20, 30]

Рассмотренный механизм трансформации состояния стресса в дезадаптационное состояние дистресса, при воздействии стрессового события, особенно ярко проявляется у родителей, воспитывающих детей с особенностями развития. Для данной категории родителей хронический стресс становится повседневной реальностью.

Хронический стресс у родителей, воспитывающих детей с особыми потребностями, проходит характерные фазы адаптации, во многом соответствующие классической модели Г. Селье, но с выраженной спецификой. Начальная фаза тревоги проявляется острой реакцией на диагноз — шоком, отрицанием, гневом и чувством несправедливости, сопровождаясь физиологическими нарушениями (проблемы со сном, аппетитом, панические атаки). По мере вхождения в повседневные заботы наступает фаза сопротивления, характеризующаяся противоречивыми состояниями: гиперопекой, чередующейся с эмоциональным истощением, попытками нормализации жизни на фоне переживания изоляции. Этот период сопровождается нарастанием соматических симптомов — хронической усталостью, психосоматическими проявле-

ниями. Критическим моментом становится переход либо в фазу истощения (с эмоциональным выгоранием, депрессией и соматизацией стресса), либо в конструктивную адаптацию (с принятием ситуации, поиском новых смыслов и формированием эффективных копинг-стратегий). Так в исследовании Манелис Н. Г., Волгина Н. Н., Никитина Ю. В., Панцырь С. Н., Феррои Л. М., этот процесс часто проходит через стадии шока и отрицания, когда родители неспособны адекватно воспринимать информацию; «сделки» с поиском чудесного исцеления и переживанием вины; гнева на специалистов и окружающих; депрессии с возможным эмоциональным отчуждением; и наконец — в оптимальном случае — стадии принятия, когда появляется способность к сотрудничеству со специалистами и выстраиванию сбалансированных отношений с ребенком. [22]

Многочисленные исследования подтверждают, что постоянная необходимость адаптироваться к особым условиям воспитания формирует специфический симптоматический комплекс: стойкую тревожность из-за непрерывного ожидания новых вызовов, хроническое нервно-психическое напряжение как следствие постоянной мобилизации ресурсов, и депрессивную симптоматику как результат истощения адаптационных механизмов. [5, 8, 12, 15, 36]

Таким образом, общие закономерности стресс-реакции у этой категории родителей приобретают особую выраженность и устойчивость, что требует специальных подходов к психологической поддержке и коррекции.

Современная психология рассматривает тревогу как системное образование, формирующееся на стыке биологических, когнитивных и социальных факторов. Согласно когнитивным моделям (А. Бек, А. Эллис), ключевую роль в генезисе тревожных состояний играют дисфункциональные когнитивные схемы, проявляющиеся в катастрофизации, селективном внимании к угрожающим стимулам и низкой толерантности к неопределенности. Психодинамический подход (З. Фрейд, К. Хорни) интерпретирует тревогу как сигнал внутриличностных конфликтов, подчеркивая значение раннего детского опыта и нарушений привязанности. [26, 27]

Экзистенциально-гуманистическое направление (Р. Мэй, В. Франкл) концептуализирует тревогу как неизбежный спутник человеческого существования, возникающий при столкновении с фундаментальными экзистенциальными данностями. Бихевиоральные теории (Дж. Уотсон, Б. Скиннер) объясняют формирование тревоги через механизмы классического и оперантного обуславливания, где нейтральные стимулы приобретают угрожающее значение. [26, 27]

Как отмечают исследователи (Е. П. Ильин, К. Изард), тревога представляет собой комплексную эмоциональную реакцию, в которой страх выступает ключевым, но не единственным компонентом. [13, 14]

Тревожные состояния представляют собой сложные эмоциональные комплексы, где сочетание различных

эмоций определяет характер поведенческих реакций и когнитивных процессов. В частности, комбинация страха и печали может вызывать как пассивно-избегающее поведение, так и агрессивные вспышки, тогда как соединение страха с возбуждением провоцирует импульсивные и рискованные действия. Особый интерес представляет сочетание страха и стыда, которое проявляется либо в самообвинении и навязчивом поиске внешнего подтверждения собственной ценности, либо в конфликтных и агрессивных реакциях. Понимание этих эмоциональных паттернов имеет важное значение для разработки эффективных стратегий регуляции тревожных состояний. [14, С. 295]

А. Г. Маклаков подчеркивает субъективную природу тревожных состояний, уровень и характер которых определяются индивидуальными особенностями личности, включая свойства нервной системы, эмоциональную устойчивость и волевые качества. [20, С. 447]

Согласно концепции А. Г. Маклакова, дезадаптация личности формируется вследствие интрапсихического конфликта между внутренними мотивационными установками и внешними социальными требованиями, что приводит к нарушению поведенческой регуляции. Ключевым элементом данного процесса выступает Я-концепция, выполняющая функцию когнитивного фильтра, который оценивает поступающую информацию через призму соответствия личностным целям, определяя ее как угрожающую или поддерживающую. При этом уровень притязаний, интегрированный в структуру Я-концепции, детерминирует выбор адаптационных стратегий: мотивация достижения способствует активному конструктивному поведению, тогда как доминирование мотивации избегания неудач провоцирует развитие тревожных состояний и дезадаптивных форм реагирования. [20, С. 464].

Ситуация родителей ОВЗ связана с постоянной тревогой, так как часто диагноз ребенка не излечим полностью, и от родителей требуется постоянная психоэмоциональная нагрузка, встреча с психотравмирующими факторами, которые не могут быть просто так устранены. В результате систематически повторяющихся тревожных состояний эта привычка закрепляется и становится личностной характеристикой родителя.

Чарльз Спилберг различает два вида тревожности — ситуативную и личностную. Ситуативная тревожность возникает как реакция на конкретную угрожающую ситуацию, проявляется чувством напряжения, беспокойства и носит временный характер. Личностная тревожность представляет собой устойчивую особенность человека, заставляющую воспринимать многие обстоятельства как опасные. [31]

В основе личностной тревожности лежит взаимовлияние психологических и социальных факторов. Детский опыт, включающий гиперопеку, травмы или эмоциональную заброшенность, формирует устойчивое восприятие мира как опасного. Это подкрепляется когнитивными искажениями — склонностью преувеличивать угрозы и закреплять негативные убеждения.

Социальная среда усиливает эти механизмы через хронический стресс и усвоение тревожных поведенческих моделей из ближайшего окружения. Постепенно развивается избегающее поведение, закрепляющее тревожность как черту личности.

Спилбергер выделяет три этапа этого процесса: от ситуативных тревожных реакций через формирование устойчивых негативных схем к окончательному закреплению через стратегии избегания. Хотя биологические факторы создают предрасположенность, именно психосоциальные условия определяют развитие устойчивой тревожности.

Исследования Е. П. Ткачевой демонстрируют двустороннюю связь между личностной тревожностью и стилями воспитания. С одной стороны, определенные родительские стратегии (авторитарный контроль, гиперопека или эмоциональная холодность) способствуют развитию тревожности у ребенка. С другой — высокий уровень личностной тревожности у самих родителей порождает дезадаптивные воспитательные практики: тревожные матери склонны либо к гиперконтролю (компенсируя собственные страхи через чрезмерную опеку), либо к эмоциональной отстраненности (как защита от травматичных переживаний). [33]

Это создает порочный круг: тревожные родители неосознанно формируют тревожность у детей через неоптимальные воспитательные стратегии, а те, в свою очередь, будучи тревожными взрослыми, воспроизводят аналогичные модели.

Катализатором тревожных переживаний часто выступает состояние фрустрации: фрустрация как реакция на блокировку значимой потребности часто провоцирует тревогу через когнитивный диссонанс и ощущение потери контроля [20, С. 462]. Л. Д. Столяренко определяет фрустрацию как эмоциональное состояние при столкновении с непреодолимыми барьерами, которое может проявляться агрессией или пассивностью и формировать устойчивые личностные черты [32, С. 306]. Согласно Е. П. Ильина, фрустрация включает внешний (блокировка деятельности) и внутренний (негативные эмоции) компоненты, причем её порог зависит от силы потребности, эмоциональной возбудимости и уровня притязаний [13, С. 179].

Хроническая фрустрация, особенно при интрапсихических конфликтах, может привести к неврозу — функциональному расстройству, возникающему из-за столкновения желаний с действительностью [32, С. 331]. Неврозы, характеризующиеся тревогой, депрессией и соматическими симптомами [17], часто развиваются на фоне хронического стресса и неразрешенных конфликтов [20, С. 464–466].

Длительное переживание тревоги и фрустрации способствует эмоциональному выгоранию — состоянию физического, эмоционального и умственного истощения [25, С. 482]. Выгорание развивается по трёхфазной модели через напряжение, последующее сопротивление

к истощению, и связано с утратой смысла деятельности. [45, С. 483].

У родителей детей с ОВЗ выгорание возникает из-за хронического стресса, отсутствия поддержки и необходимости постоянной адаптации [1, 2, 3, 4], проявляясь эмоциональным опустошением, снижением мотивации и соматическими нарушениями [25, С. 490]. Т. В. Форманюк отмечает, что риск выгорания повышают личностные факторы: тревожность, низкая самооценка, пессимизм и недостаток социальной компетентности [25, С. 493–496].

Таким образом, тревога и фрустрация, накапливаясь, формируют порочный круг стресса, который при отсутствии ресурсов приводит к дезадаптации, неврозам и эмоциональному выгоранию.

Заключение

Следовательно, психоэмоциональное состояние родителей детей с особыми потребностями характеризуется комплексом взаимосвязанных дезадаптивных проявлений. Наблюдается устойчивая тревожность, сопровождающаяся патологическим чувством вины и стыда, а также фрустрационные реакции с преобладанием агрессивных вспышек или апатичных состояний. Особую клиническую значимость приобретают симптомы эмоционального выгорания, проявляющиеся в хронической усталости, эмоциональном опустошении и переживании экзистенциальной бессмысленности.

Данный симптомокомплекс оказывает системное деструктивное влияние на ключевые аспекты жизнедеятельности:

существенно снижается продуктивность воспитательной деятельности, искажается восприятие диагноза ребенка, нарушается процесс построения оптимальной реабилитационной стратегии. Одновременно ухудшается качество внутрисемейных коммуникаций и социальных взаимодействий, прогрессивно снижается уровень физического и психического здоровья. Кумулятивный эффект этих нарушений приводит к выраженному снижению адаптационного потенциала, создавая устойчивые предпосылки для развития психосоматической патологии и стойких дезадаптационных расстройств, что требует обязательного психокоррекционного вмешательства.

Перспективные направления исследований должны быть сосредоточены на комплексном изучении психологических и социальных механизмов адаптации родителей детей с особыми потребностями, включая разработку дифференцированных программ психологической помощи с учетом стадий адаптационного процесса, изучение эффективности различных форм поддержки (групповые терапии, семейное консультирование, цифровые платформы), анализ влияния социально-экономических и культурных факторов, создание инструментов для раннего выявления групп риска, а также исследование нейробиологических основ длительного стресса с применением современных методов нейровизуализации. Особую важность приобретают междисциплинарные исследования, интегрирующие клинико-психологические, социальные и нейробиологические подходы для создания целостной системы поддержки таких семей.

Литература:

1. Baker B. L., Blacher J. The impact of children's disabilities on family functioning // *Journal of Family Psychology*. — 2011. — Vol. 25, No. 3. — С. 367–376. — DOI: 10.1037/a0023680.
2. Davis N. O., Carter A. S. Parenting stress in mothers and fathers of toddlers with autism spectrum disorders: Associations with child characteristics // *Journal of Autism and Developmental Disorders*. — 2008. — Vol. 38, No. 6. — С. 1278–1291. — DOI: 10.1007/s10803-007-0510-1.
3. Hastings R. P., Brown T. Stress and coping in parents of children with autism // *Journal of Autism and Developmental Disorders*. — 2002. — Vol. 32, No. 4. — С. 353–366. — DOI: 10.1023/A:1020593011000.
4. Lindsey M. A., Baird M. A. Parental burnout: A review of the literature // *Journal of Family Issues*. — 2018. — Vol. 39, No. 9. — С. 2390–2410. — DOI: 10.1177/0192513X17706680.
5. Бомба А. С., Скабелина Н. А. Исследование психологического состояния родителей, имеющих детей с психическими нарушениями // *Скиф*. 2018. № 10 (26). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-psihologicheskogo-sostoyaniya-roditeley-imeyuschih-detey-s-psihicheskimi-narusheniyami> (дата обращения: 29.05.2025).
6. Воловикова М. И., Галкина Т. В., Гостев А. А. [и др.]. Психологическое здоровье личности и духовно-нравственные проблемы современного российского общества / под ред. А. Л. Журавлева, М. И. Воловиковой, Т. В. Галкиной. — Москва: Институт психологии РАН, 2014. — 320 с. — ISBN 978-5-9270-0294-8. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/51946.html> (дата обращения: 09.05.2025).
7. Ганзен В. А., Юрьев В. Н. Системное описание психических состояний, возникающих в процессе восприятия информации // *Вестник ЛГУ. Сер. 6*. 1987. Вып. 1, № 6.
8. Гринина Е. С. Особенности эмоционального состояния женщин, воспитывающих детей с нарушениями развития // *Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика*. 2019. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-emotsionalnogo-sostoyaniya-zhenschin-vospityvayuschih-detey-s-narusheniyami-razvitiya> (дата обращения: 16.10.2024).

9. Ефимова О. С. Исследование внутрисемейных взаимоотношений в семьях, имеющих детей с ограниченными возможностями здоровья // Педагогика и психология образования. 2019. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-vnutrisemeynyh-vzaimootnosheniy-v-semyah-imeyuschih-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya> (дата обращения: 17.05.2025).
10. Заборина Л. Г. Психологическое сопровождение родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья, на базе некоммерческой организации // Ученые записки ЗабГУ. Серия: Педагогические науки. — 2017. — № 5. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-soprovozhdenie-roditeley-vospityvayuschih-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-na-baze-nekommercheskoy> (дата обращения: 16.10.2024).
11. Здоровье и психологическое благополучие личности: монография / под ред. Н. В. Яковлевой [и др.]. Рязань: РязГМУ, 2024. 170 с. — ISBN 978-5-8423-0250-5. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/484205> (дата обращения: 09.05.2025).
12. Зубова Е. В. Особенности психологического состояния родителей, воспитывающих дошкольников с нарушениями ОБЗ // Клиническая и специальная психология. — 2012. — № 3.
13. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. 2-е изд. — СПб.: Питер, 2011. — 783 с.
14. К. Изард. Психология эмоций. — СПб.: Питер, 2003. — 464 с.
15. Комкова Е. И. Эмоциональные состояния матерей, воспитывающих здоровых детей и детей с ДЦП // URL: <https://bspu.by/blog/Komkova/article/publish/emocional-nye-sostoyaniya-materej-vospityvayushih-zdorovyh-detey-i-detey-s-dcp> (дата обращения: 25.05.2025).
16. Конева И. А., Мурзина Д. А. Психологические особенности родителей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, и их сопровождение // Проблемы современного педагогического образования. — 2022. — № 77-4. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-roditeley-vospityvayuschih-detey-s-rasstroystvami-autisticheskogo-spektra-i-ih-soprovozhdenie> (дата обращения: 26.10.2024).
17. Котельникова Н. В. Психология неврозов. — Санкт-Петербург: Питер, 2010.
18. Левитов Н. Д. О психических состояниях человека. М.: Просвещение, 1964. Академия педагогических наук РСФСР.
19. Любушина А. А., Савенышева С. С. Феномен родительского стресса // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2023. Т. 12, вып. 2 (46). С. 123–136.
20. Маклаков А. Г. общая психология. — СПб.: питер, 2001. — 592 с.
21. Мальцева А. А. Личностные особенности родителей, воспитывающих детей-инвалидов // Russian Journal of Education and Psychology. — 2020. — № 6. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/lichnostnye-osobennosti-roditeley-vospityvayuschih-detey-invalidov> (дата обращения: 16.10.2024).
22. Манелис Н. Г., Волгина Н. Н., Никитина Ю. В., Панцырь С. Н., Феррои Л. М. Организация работы с родителями детей с расстройствами аутистического спектра. Методическое пособие // Под общ. ред. А. В. Хаустова. М.: ФРЦ ФГБОУ ВО МГППУ, 2017. 94 с.
23. Манелис, Н. Г. Организация работы с родителями детей с расстройствами аутистического спектра: методическое пособие / Н. Г. Манелис, Н. Н. Волгина, Ю. В. Никитина, С. Н. Панцырь, Л. М. Феррои; под общ. ред. А. В. Хаустова. — Москва: ФРЦ ФГБОУ ВО МГППУ, 2017. — 94 с.
24. Немов Р. С. Психология: Учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений. В 3 кн. Кн. 1. Общие основы психологии. — 2-е изд. — М.: Просвещение; ВЛАДОС, 1995. — 576 с.
25. Прохоров А. О., Валиуллина М. Е., Габдреева Г. Ш., Гарифуллина М. М., Менделевич В. Д. Психология состояний: учебное пособие / под ред. А. О. Прохорова. М.: Изд-во «Когито-Центр», 2011. 624 с. (Университетское психологическое образование). ISBN 978-5-89353-337-8.
26. Психология личности. Т. 1. Хрестоматия. — Самара: Издательский дом «Бахрах-М», 2004. — 544 с.
27. Психология личности. Т. 2. Хрестоматия. — Самара: Издательский дом «Бахрах-М», 2004. — 544 с.
28. Реан, А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. — Санкт-Петербург: Прайм-Еврознак, 2006. — 419, [1] с. — ISBN 5-93878-211-2.
29. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб.: Питер, 2013. — 713 с.
30. Селье Г. Стресс без дистресса [Пер. с англ.] / Общ. ред. Е. М. Крепса; Предисл. Ю. М. Саарма. М.: Прогресс, 1982.
31. Спилбергер Ч. Тревожность: текущее состояние проблемы // Тревожность и стресс. — Москва: Наука, 1972. — С. 15–30.
32. Столяренко Л. Д. Основы психологии: учебное пособие. — 21-е изд. — Ростов н/Д: Феникс, 2008. — 671, [1] с. — (Высшее образование).
33. Ткачёва В. В. Семья ребенка с ограниченными возможностями здоровья: диагностика и консультирование. — М.: Национальный книжный центр, 2014. — 160 с. — (Специальная психология). — ISBN 978-5-4441-0057-8.
34. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция). URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 05.04.2025).

-
35. Федорова Н. Психологические аспекты социальной изоляции у детей с задержкой психического развития // Психология и здоровье. — 2021. — Т. 15, № 4. — С. 201–215.
 36. Шалькевич Л. В., Смычёк В. Б., Кудлач А. И. Состояние психоэмоционального статуса родителей, воспитывающих детей с эпилепсией. Эпилепсия и пароксизмальные состояния. 2015; 3: 26–31.

ПРОЧЕЕ

Предложения по оптимизации совершения таможенных и логистических операций в пунктах пропуска через таможенную границу ЕАЭС

Левина Юлия Михайловна, студент

Научный руководитель: Кудрявицкая Татьяна Сергеевна, кандидат юридических наук, доцент
Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации (г. Москва)

В статье автор исследует совершение таможенных и логистических операций в пунктах пропуска Евразийского экономического союза. Выявлен ряд проблемы, затрудняющих их проведение на современном этапе. В результате исследования предложены перспективные решения, которые повысят качество работы пунктов пропуска, ускорят совершение таможенных и логистических операций и повысят значимость Евразийского экономического союза на мировой арене.

Ключевые слова: таможенные и логистические операции, пункты пропуска, таможенная граница, внешнеэкономическая деятельность, Евразийский экономический союз.

Проведение таможенных и логистических операций является важной составляющей внешнеэкономической деятельности Евразийского экономического союза (ЕАЭС) — интеграционного объединения России, Беларуси, Казахстана, Армении и Кыргызстана. Особенное внимание в настоящее время уделяется совершению таких операций в пунктах пропуска через таможенную границу, так как именно здесь товар проходит все виды контроля в целях предотвращения незаконного перемещения грузов и проверки документов и сведений.

В соответствии с Таможенным кодексом ЕАЭС таможенные операции представляют собой «действия, совершаемые лицами и таможенными органами в соответствии с международными договорами и актами в сфере таможенного регулирования и (или) законодательством государств — членов о таможенном регулировании» [1]. Логистические операции — это комплекс действий, которые направлены на преобразование материальных потоков, например сырья, ресурсов или готовой продукции, и информационных в форме документов и сведений. К самым распространённым операциям с материальными потоками относятся «погрузка, разгрузка, комплектация, транспортировка, затаривание, укладка» [2, с. 19].

Всемирная таможенная организация провела эффективное исследование по выявлению главных проблем проведения таможенных и логистических операций в пунктах пропуска. Об этом рассказывают в своём исследовании Сорокина А. Ю. и Лазарева, А.А [3, с. 74–76]. Высокая стоимость инноваций заняла второе место после недостатка опыта. Также стоит обратить внимание на

пробелы в законодательстве и устаревшие системы. Результаты представлены на рисунке 1.

Государства — члены ЕАЭС не получают достаточно ресурсов на реализацию важных проектов, например, единой цифровой транспортно-логистической системы, которая способствовала бы трёхкратному ускорению логистических операций. Устаревшие системы снижают скорость совершения таможенных и логистических операций. Валентин Олегович Иванов, первый заместитель Министра транспорта Российской Федерации сообщил в ходе Международного таможенного форума, что даже в России, в самой развитой стране Союза, среднее время пропуска составляет 30–38 минут, оно должно сократиться почти в 4 раза [4].

Низкая скорость совершения таможенных и логистических операций в пунктах пропуска через таможенную границу ЕАЭС часто вызвана проблемой экономического неравенства между странами. Отставание возникает вследствие недостатка программных средств, внимания со стороны государственных органов, контроля за совершением таможенных и логистических операций и многих других факторов. Сравним количество функционирующих и нефункционирующих пунктов пропуска в государствах — членах ЕАЭС на рисунке 2, выбрав автомобильный транспорт как наиболее универсальный способ перемещения товаров.

Так, даже в России и Беларуси, которые уделяют много внимания развитию таможенной инфраструктуры, не действует около трети автомобильных пунктов пропуска: 19 из 64 и 7 из 26, что негативно влияет на качество со-

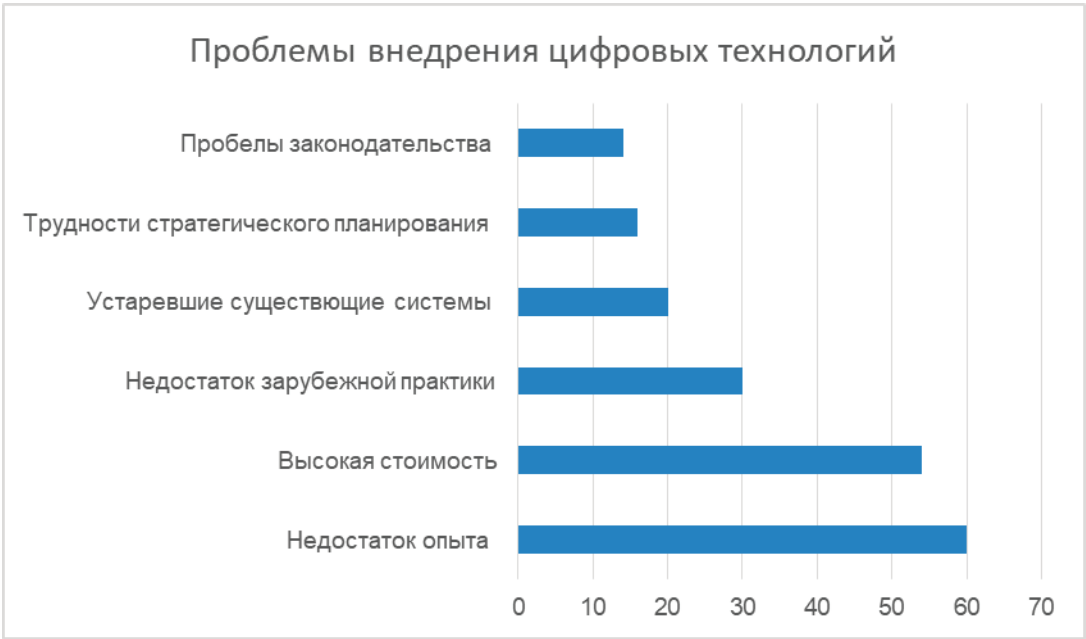


Рис. 1. Проблемы внедрения цифровых технологий согласно исследованию ВТамО

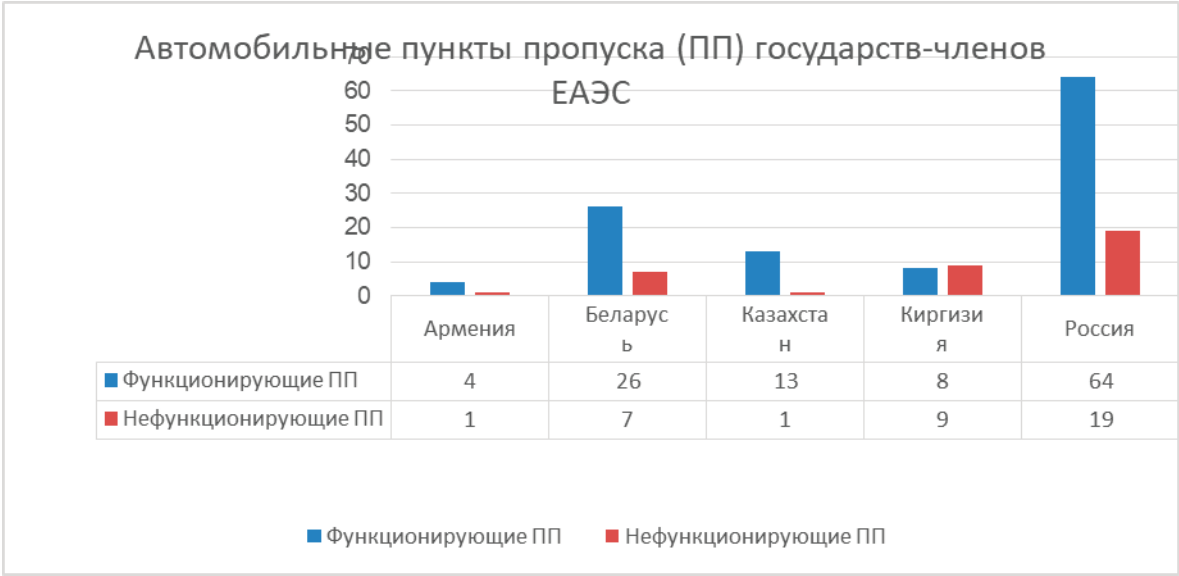


Рис. 2. Сравнение количества функционирующих и нефункционирующих автомобильных пунктов пропуска государств — членов ЕАЭС

вершения таможенных и логистических операций. Из-за этого нагрузка распределяется на действующие непропорционально, что вызывает сбои и задержки в работе.

Большинство трудностей взаимосвязаны, поэтому необходимо составить комплексный план преодоления барьеров на пути к повышению эффективности, который сможет быть применён в практической деятельности. Он должен включать ряд решений, предполагающих создание благоприятных условий для логистических компаний, таможенных органов, государств — членов и ЕАЭС в целом, при этом обеспечивая комплексную модернизацию таможенной и транспортной инфраструктуры, влияющей на проведение таможенных и логистических операций в пунктах пропуска через таможенную границу.

К 2030 году важно выйти на новый уровень развития пунктов пропуска ЕАЭС. Среди основных факторов, способных улучшить качество совершения таможенных и логистических операций, можно выделить:

- минимизацию экономического разрыва между государствами — членами ЕАЭС;
- перенятие успешного опыта зарубежных стран;
- модернизацию пунктов пропуска;
- совершенствование законодательной базы;
- внедрение инноваций.

Так, необходимо провести оснащение всех пунктов пропуска через таможенную границу ЕАЭС новейшими российскими инспекционно-досмотровыми комплексами и обеспечить таможенные органы современными сред-

ствами весогабаритного и радиационного контроля. Это будет способствовать уменьшению разницы уровней развития участников интеграционного объединения. При этом не менее важно учитывать результаты практической реализации подобных инициатив зарубежными странами, к примеру Китаем — одним из перспективных партнёров ЕАЭС на современном этапе.

Стоит отметить, что планомерное увеличение товарных потоков требует контроля за уровнем инфраструктуры пунктов пропуска. Необходимо построить для перевозчиков комфортные склады временного хранения для проведения таможенного контроля, переупаковки, погрузки и разгрузки. Более того, руководящим органам ЕАЭС необходимо принимать больше нормативных правовых актов, цель которых состоит в упрощении деятельности участников внешнеэкономической деятельности, чтобы постепенно совершенствовалось проведение таможенных и логистических операций. Также важно соблюдать все условия уже принятых документов и при необходимости дополнять их актуальными изменениями.

Модернизация — неотъемлемая часть стратегий, регламентирующих планы ЕАЭС на ближайшие годы. Среди наиболее перспективных технологий можно выделить цифровые двойники, искусственный интеллект, блокчейн, облачные технологии и интернет вещей. Морские перевозки из Европы в Азию с использованием спутниковых навигационных пломб стали реальностью, которой необходимо соответствовать ЕАЭС для поддержания конкурентоспособности. Это не только повысит уровень логистики внутри интеграционного объединения стран, но и станет драйвером международного сотрудничества.

Таким образом, последние тенденции значительно повлияли на деятельность ЕАЭС. Экономические и геополитические изменения, пандемия и санкции изменили международную логистику и вызвали необходимость оптимизации процессов, проводимых в пунктах пропуска через таможенную границу. Этим обусловлена актуальность поиска новых решений для повышения качества совершения таможенных и логистических операций.

Литература:

1. «Таможенный кодекс Евразийского экономического союза» (ред. от 29.05.2019) (приложение N 1 к Договору о Таможенном кодексе Евразийского экономического союза) — глава 1. — ст. 2.
2. Селезнёва Т. О., Лилимберг С. И., Панина Г. В. Основы логистики: учебное пособие. — Костанай: Костанайский филиал ЧелГУ. — 2021. — С. 19.
3. Сорокина, А. Ю., Лазарева, А. А. Анализ механизмов работы интеллектуального пункта пропуска. Зарубежный опыт Текст. / А. Ю. Сорокина, А. А. Лазарева// Интеллектуальный пункт пропуска в России и мире: компетентностный подход к созданию. 2023. С. 74–76.
4. Развитие пунктов пропуска до 2030 года [Электронный ресурс] // Альта-Софт — URL: https://www.alt.ru/expert_opinion/114176/ (дата обращения: 03.04.2025).

Перераспределение движения грузовых поездов в связи с запуском новых линий Московских центральных диаметров

Смыслов Георгий Сергеевич, студент
Российский университет транспорта (МИИТ) (г. Москва)

В настоящее время в Центральном транспортном узле активно развивается система МЦД, которая подразумевает движение поездов с интервалами менее 15 минут. В данной статье рассматриваются положительные и отрицательные стороны развития МЦД, проводится анализ существующего положения и рассматриваются варианты перераспределения движения грузовых поездов в связи с запуском новых линий.

Ключевые слова: транспорт, развитие, МЦД, интеграция, движение поездов, маршруты, перераспределение движения.

Московские центральные диаметры — новый вид городского железнодорожного пассажирского общественного транспорта в Московской агломерации, интегрированный с другими видами городского пассажирского транспорта, в том числе с метрополитеном и Московским центральным кольцом. Представляет

собой городские электропоезда, курсирующие с определенными интервалами на заданных маршрутах по радиальным направлениям ЦТУ, связанных соединительными линиями. Развитие Московских центральных диаметров (МЦД) является важным шагом для улучшения транспортной инфраструктуры в Москве и Подмосковье. МЦД

позволяют значительно сократить время в пути, улучшить доступность различных районов.

Вот несколько причин, почему стоит развивать МЦД:

1. Улучшение транспортной доступности: МЦД объединяют между собой различные города и области, что делает поездки комфортнее, а пересадки удобнее и быстрее.

Рассмотрим несколько примеров, как МЦД улучшают транспортную доступность:

1.1) Связывание удаленных районов: МЦД связывает множество удаленных районов Москвы и Подмосковья, что позволяет жителям удобнее добираться до столицы и взаимодействовать с другими видами транспорта.

1.2) Сокращение времени в пути следования: Благодаря точно построенным маршрутам и высокой скорости движения МЦД помогают сократить время пассажира в пути по сравнению с другими видами транспорта, которые могут включать множество пересадок в пути следования.

1.3) Удобные пересадки: МЦД плотно взаимодействует с другими видами транспорта, что делает пересадки удобнее и быстрее, к транспорту интегрированному с МЦД относятся: метро, автобусы, трамваи.

1.4) Увеличение частоты движения: МЦД обеспечивает частое движение за счет сокращения интервалов между поездами, что позволяет делать поездки более предсказуемыми и удобными во времени, особенно в часы пик.

1.5) Доступность для маломобильных групп населения: МЦД проектируется с учетом особенностей различных групп населения, делая поездки доступнее для людей с ограниченными возможностями.

1.6) Снижение нагрузки на существующие маршруты: МЦД помогает разгрузить другие виды транспорта в часы пик, это особенно важно для улучшения пропускной способности транспортной системы.

1.7) Развитие новых территорий: Благодаря МЦД развиваются новые жилые и коммерческие районы, развитие новых районов также помогает увеличению транспортной доступности.

2. Снижение нагрузки на другие виды транспорта: МЦД могут разгружать существующие линии метро и автобусные маршруты.

2.1) Перераспределение пассажиропотока: МЦД помогают уменьшить количество людей пользующихся метро и автобусами за счет альтернативных маршрутов для пассажиров, которые ранее использовали другие виды транспорта.

2.2) Увеличение пропускной способности: МЦД обеспечивают более высокую частоту движения, что позволяет перевозить больше пассажиров в единицу времени.

2.3) Удобные пересадки: МЦД тесно связаны с другими видами транспорта, что позволяет сделать пересадки более быстрыми и удобными, а также сократить время пассажира в пути следования.

2.4) Развитие новых направлений: МЦД связывает районы, которые не имеют прямой доступ к метро, это по-

зволяет снизить нагрузку на метрополитен и более плавно распределить пассажиропоток.

3. Экологические преимущества: Развитие МЦД и интеграция его в городскую инфраструктуру позволяет уменьшить количество автомобилей на дороге, что положительно скажется на экологии. Также МЦД обладают несколькими экологическими преимуществами по сравнению с другими видами транспорта, что позволяет улучшить экологическую ситуацию в городе.

3.1) Снижение выбросов углекислых газов: Внедрение МЦД существенно помогает сократить количество автомобилей на дороге, что приводит к снижению выброса отходов производства автомобильного транспорта и улучшает атмосферу.

3.2) Благоустройство: Вокруг новых станций МЦД проводятся работы по благоустройству и созданию зеленых зон, что помогает улучшению экологии в городе.

4. Экономическое развитие: Улучшение транспортной инфраструктуры помогает развитию бизнеса и привлечению инвестиционной привлекательности региона. В дальнейшем стоит рассмотреть следующие направления развития:

— **Расширение существующих линий:** Увеличение числа станций, развитие новых маршрутов, создание более приятной инфраструктуры города.

— **Интеграция с другими видами общественного транспорта:** Создание удобных пересадочных зон между МЦД автобусами и трамваями.

— **Обновление инфраструктуры:** Обновление станций и внедрение новых технологий работы, улучшение условий пребывания для пассажиров

В конце 2017 г. Президентом Российской Федерации Путиным В. В. поддержано предложение по организации движения на «Московских центральных диаметрах» как приоритетного проекта в рамках комплексной программы развития железнодорожной инфраструктуры в Центральном транспортном узле на период до 2025 года (поручение от 1511.2017 № ПР-2320). Таким образом, в ЦТУ в настоящее время организована система движения поездов МЦД на маршрутах:

— МЦД 1 (Лобня — Одинцово)

— МЦД 2 (Нахабино — Подольск)

— МЦД 3 (Крюково — Раменское)

— МЦД 4 (Апрелевка — Железнодорожный)

— МЦД 5 (Пушкино — Москва Ярославская Москва Павелецкая — Домодедово)

5. Новые диаметры: В перспективе также рассматривается возможность создания новых диаметров, которые будут связывать различные районы Москвы и Подмосковья, улучшая транспортную доступность.

— МЦД 1 (Икша — Кубинка)

— МЦД 2 (Манихино — Чехов)

— МЦД 3 (Поварово — Бронницы)

— МЦД 4 (Бекасово — Фрязево)

— МЦД 5 (Софрино — Москва Ярославская Москва Павелецкая — Михнево)

В настоящее время в Центральном транспортном узле активно развивается система МЦД, предусматривающая ежесуточное обращение пригородных пассажирских поездов с интервалом движения до 15 минут в период с 05:00 до 01:00. В перспективе до 2030 года МЦД будут запущено на всех радиальных направлениях узла, за исключением участка Люберцы II — Куровская. Кроме того, факторы интенсификации пассажирских перевозок и необходимость обслуживания действующих путей необщего пользования требуют значительного пересмотра технологии организации сборно-вывозного движения в узле. Фактическое исчерпание пропускных способностей радиальных направлений приводит к невозможности осуществления внутриузловых передач между внутриузловыми сортировочными станциями. Этот факт приводит к необходимости выноса значительного объема сортировочной работы с внутриузловых станций на станции Московской области. Ограниченный временной ресурс на развоз местного вагонопотока, в свою очередь, приводит к необходимости минимизации времени нахождения местного вагона внутри узла. Реализация данного требования обеспечивается за счет формирования многогруппных поездов на станциях Московской области с обеспечением детальной подборки вагонов на станции узла.

Интенсификация пассажирских перевозок и необходимость выноса объемов сортировочной работы с местным вагонопотоком с внутриузловых станций на станции Московской области существенно увеличивает количество формируемых назначений и объемы переработки местного вагонопотока на станциях. Кроме того, из-за необходимости формирования многогруппных поездов на станциях увеличивается доля повторной переработки, что приводит к необходимости развития перерабатывающих способностей и увеличения полезных сортировочных емкостей

Новая технология организации сборно-вывозного движения должна соответствовать следующим основным принципам:

1. Отправление поездов по жестким ниткам графика вне зависимости от количества накопившихся вагонов.
2. Детальная групповая подборка вагонов по станциям выполнения грузовых операций.
3. Календарное планирование погрузки и согласованный подвод на сквозные нитки.

Интенсификация пассажирских перевозок на радиальных направлениях ведет к увеличению простоя поездов в ожидании въезда на радиальные направления, что в т. ч. обусловлено суточной неравномерностью движения грузовых поездов в связи с переносом значительных объемов пригородного и дальнего пассажирского движения на соответствующую пару главных путей. Для высвобождения полезных емкостей парков отправления основных станций выполнения сортировочной работы, увеличения маневренности полигона Московского железнодорожного узла в целом и, прежде всего, устойчивого функционирования сборно-вывозного движения в Московском железнодорожном узле целесообразно создание «перехватывающих» станций на базе существующих предузловых станций Московской железной дороги. «Перехватывающие» станции предназначены регулирования выезда на радиальные направления грузовых поездов, сформированных на сортировочных станциях Москвы и Московской области, а также на сортировочных станциях других дорог, назначением на станции выполнения грузовых операций, находящихся в зоне обращения МЦД.

Дальнейшие планы по увеличению интенсивности пригородных перевозок, создание новых вокзальных комплексов и расширение полигона интенсивного следования пригородного движения совместно с созданием новых МЦД не только подтверждает целесообразность выноса сортировочной работы из узла и использования предложенной технологии организации сборно-вывозного движения, но и приводит к необходимости реализации новых мероприятий, направленных на обеспечение освоения прогнозируемых объемов грузовых перевозок.

Литература:

1. Троицкая, Н. А. Интеграция Московского центрального кольца и центральных диаметров в транспортную систему столицы / Н. А. Троицкая. — Текст: электронный // elibrary: [сайт]. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=50467619> (дата обращения: 25.05.2025).
2. Лаффах, А. М. Влияние транспортной инфраструктуры на развитие современных городских агломераций (на примере Московских центральных диаметров) / А. М. Лаффах. — Текст: электронный // elibrary: [сайт]. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44194649> (дата обращения: 25.05.2025).
3. Розенберг, Е. Н. Цифровые технологии пропуска по перегонам и станциям — основа организации движения на Московских центральных диаметрах / Е. Н. Розенберг. — Текст: электронный // elibrary: [сайт]. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=55171478> (дата обращения: 25.05.2025).
4. Флягина, Т. А. Принципы оценки экономической эффективности проекта «Московские центральные диаметры» / Т. А. Флягина. — Текст: электронный // elibrary: [сайт]. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42544932> (дата обращения: 25.05.2025).
5. Корчагин, Д. М. Московские центральные диаметры как драйвер экономического развития столицы / Д. М. Корчагин. — Текст: электронный // elibrary: [сайт]. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42846236> (дата обращения: 25.05.2025).

6. Гаврилюк, Т. М. Реализация программы развития инфраструктуры центрального транспортного узла: Московские центральные диаметры / Т. М. Гаврилюк. — Текст: электронный // elibrary: [сайт]. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=54626495> (дата обращения: 25.05.2025).

Взаимосвязь между нематериальной мотивацией государственных гражданских служащих и уровнем конфликтности в государственных органах

Шереметьева Оксана Юрьевна, адвокат (г. Сочи)

Между нематериальной мотивацией государственных гражданских служащих и уровнем конфликтности в государственных органах существует прямая взаимосвязь.

Но прежде чем рассказать о нематериальной мотивации государственных гражданских служащих, и ее взаимосвязи с уровнем конфликтности в государственных органах, надо понять, а кто вообще такой государственный гражданский служащий?

Государственный гражданский служащий — это гражданин Российской Федерации, взявший на себя обязательства по прохождению гражданской службы. Гражданский служащий осуществляет профессиональную служебную деятельность на должности гражданской службы в соответствии с актом о назначении на должность и со служебным контрактом и получает денежное содержание за счет средств федерального бюджета или бюджета субъекта Российской Федерации.

Государственная гражданская служба Российской Федерации — это вид государственной службы, представляющей собой профессиональную служебную деятельность граждан Российской Федерации на должностях государственной гражданской службы Российской Федерации по обеспечению исполнения полномочий федеральных государственных органов, государственных органов субъектов Российской Федерации, и лиц, замещающих государственные должности Российской Федерации, и лиц, замещающих государственные должности субъектов Российской Федерации.

Государственная служба представляет собой необходимый и важный элемент структуры государства. Она выполняет связующую роль между государством и обществом. Главный критерий выделения ее сущности заключен в ее основном предназначении — профессионально выполнять и компетентно реализовывать функции государственного управления по организации и регулированию общества.

Раскрыть суть нематериальной мотивации государственных гражданских служащих можно попробовать через слово «мотивация».

Впервые слово «мотивация» употребил Артур Шопенгауэр в статье «Четыре принципа достаточной причины» (1900–1910), после чего оно прочно вошло в научный обиход и стало термином для объяснения причин поведения человека и животных. [2 с. 38].

Мотивация в философии Артура Шопенгауэра — это сложная и пессимистичная концепция, основанная на его учении о воле как основе бытия и страдании как главной движущей силе человеческих поступков.

Ключевые аспекты его взглядов это: воля к жизни как источник мотивации. А.Шопенгауэр считал, что все действия людей (и даже природные процессы) управляются слепой иррациональной «волей к жизни». Карьерные амбиции чиновника — не результат осознанного выбора, а появление воли, толкающей его к власти или признанию.

Также ключевым аспектом являются страдания — как главный мотиватор. Парадокс А.Шопенгауэра в том, что человек мотивирован избегать страданий, а не достигать счастья. Чиновник борется за статус не потому, что это сделает его счастливым, а потому, что боится неудачи (потери положения, осуждения).

А.Шопенгауэр критиковал распространенные мотивационные теории. Материальные поощрения, по его мнению, бессмысленны, так как не устраняют страдания (зарплата — новые запросы).

А.Шопенгауэр предлагал радикальные методы: подавление воли и сострадание. Для государственного служащего осознание тщетности карьерной гонки — снижение конфликтов. Единственный способ вырваться из эгоизма — сопереживание другим. Чиновник, мотивированный помощью слабым, меньше вовлечен в интриги.

Таким образом, хоть пессимизм А.Шопенгауэра редко используется напрямую, его идеи помогают понять, почему даже самые успешные чиновники часто недовольны, почему конфликты на государственной службе носят хронический характер.

Проблему мотивации деятельности начали развивать в 30-х гг. XX в. Блюма Вульфовна Зейгарник и Курт Левин.

Курт Левин один из основоположников современной социальной психологии, разработал оригинальную теорию мотивации, основанную на полевой теории поведения и концепции психологических сил. Его идеи особенно актуальны для понимания мотивации государственных служащих и управления организационными конфликтами.

К.Левин указывал, что для государственной службы: конфликты возникают не из-за «плохих» сотрудников, а из-за несоответствия между: личными потребностями

(стабильность, признание) и организационной средой (жесткие регламенты, неясные цели).

Для российской государственной службы особенно ценна идея управления через работу с сопротивлением, а не его подавлением. Это соответствует современным трендам «гибкого государства»

В середине 1930-х гг. автором деятельностного подхода Алексеем Николаевичем Леонтьевым проведено первое исследование, посвященное проблеме мотивации деятельности. [3, с. 38–53.].

А. Н. Леонтьев (1903–1979), выдающийся советский психолог, разработал деятельностный подход, который радикально изменил понимание мотивации. Его теория особенно полезна для анализа мотивации на государственной службе. Он выделяет такие прикладные решения для государственной службы как метод «опосредование», то есть создание личностных смыслов через цепочки связей (показ, как конкретная работа влияет на жизнь людей). Для современной государственной службы это означает переход от формального к смысловому управлению, персонализации мотивационных стратегий.

Так что же такое мотивация?

Мотивация — это внутреннее состояние, которое побуждает людей к целенаправленному поведению. Его часто понимают, как силу, которая объясняет, почему люди или животные иницируют, продолжают или прекращают определенное поведение в определенное время. Это сложное явление, и его точное определение является спорным.

Вместе с тем, мотивация представляет собой вторичное явление по отношению к мотиву и зачастую эти понятия используются как синонимы. Данное утверждение нашло свое отражение в учебном пособии Ильина Е. П. «Мотивация и мотивы».

А Гордеева Т. О. в своей работе «Мотивация: новые подходы, диагностика, практические рекомендации» пишет, что мотивационные переменные имеют большое значение в осуществлении эффективной продуктивной деятельности: запускают, направляют и регулируют ее выполнение, а мотивы являются базовой характеристикой и составляющей мотивации. Изучение мотивов, как причин, побуждающих человека к деятельности, является точкой отсчета, в исследовании мотивации и исключительно важно с точки зрения понимания мотивационного процесса. [4, с. 35–45.].

Мотив (лат. moveo «двигаю») — материальный или идеальный предмет, представляющий терминальную (окончательную) ценность для субъекта, определяющий направление его деятельности, достижение которого и выступает смыслом деятельности. Мотив выявляется субъектом посредством специфических переживаний, характеризующихся либо положительными эмоциями (от его достижения), либо отрицательными (от его утраты). Для осознания мотива требуется внутренняя работа.

Мотив — одно из ключевых понятий психологической теории деятельности, разрабатывавшейся ведущими со-

ветскими психологами А. Н. Леонтьевым и С. Л. Рубинштейном. Наиболее простое определение мотива в рамках этой теории: мотив — это предмет потребности.

Мотив часто путают с потребностью и целью, однако потребность — это, по сути, состояние организма, в котором ему объективно нечего требуется, а цель — результат сознательного целеполагания, психический образ того, что требуется в этом состоянии. Например: утоление жажды — потребность субъекта; представление того, как жажда будет утоляться субъектом — цель; бутылка с водой, к которой человек тянется — мотив. В таком контексте «мотив — это ресурс (в вышеприведенном примере — вода), стремление получить или сохранить который обуславливает поведение субъекта».

В конфликтах существует определенная модель причин конфликта: потребности – мотивы-интересы-эмоции. В связи с чем, потребности и мотивы фактически являются первопричинами конфликтных ситуаций.

Сфера мотивации государственных гражданских служащих имеет свои особенности, которые отличают ее от мотивации в коммерческом секторе. Например, механизм мотивации в государственных органах власти основан прежде всего на административно-командных стимулах, то есть деятельность государственных гражданских служащих строго регламентирована и в своей основе имеет комплексную систему социально-экономических отношений между государственными служащими. Система мотивации здесь — это взаимодействие административных и трудовых норм. Как любые работники, государственные служащие также при прохождении государственной службы преследуют достижение своих целей, которые следует учитывать в кадровой политике при их мотивации.

Трудовая сфера государственной службы имеет ряд специфических особенностей:

— по своему содержанию трудовая деятельность государственных служащих направлена на реализацию общенациональных интересов, то есть государственный служащий реализует не свои интересы, а интересны государства;

— высокая степень ответственности должностных лиц за принимаемые решения, их осуществление, результаты и последствия;

— жесткая нормативная регламентация управления и трудовой дисциплины;

— задействование интеллектуального, а также творческого потенциала для решения управленческих задач;

— все служащие непосредственно материальных ценностей не создают, но в то же время обеспечивают условия их нормального производства. Любой служащий является вспомогательным элементом для производства материальных благ;

— предметом труда является информация, которая в то же время выступает и средством воздействия;

— полномочия: все служащие воздействуют на людей посредством исходящей от них информации, облеченной

в форму актов, постановлений, приказов, обязательных к выполнению соответствующими группами частных лиц или организаций;

— оплата деятельности, которую осуществляют служащие, осуществляется из бюджета;

— государственный служащий выполняет свои функции на профессиональной, компетентной основе, а поэтому может занять должность после соответствующей процедуры, подтверждающей его компетенцию.

При этом уровень оплаты труда государственных служащих значительно ниже, чем в коммерческих структурах, так как оплата труда государственного служащего осуществляется из бюджета, что накладывает некоторые ограничения на ее размер. Также дополнительные социальные гарантии не в полной мере компенсируют сложность и значимость их деятельности.

Кроме того, сама государственная служба имеет ряд особенностей, которые затрудняют процесс мотивации госслужащих. Например, если от чиновника мало что зависит, у него не возникает соблазна использовать свои властные полномочия в личных целях (конфликт интересов), что, с одной стороны, сдерживает рост коррупции, а, с другой стороны, сдерживает его интерес в работе, его карьерный и личный рост, его самореализацию, что отрицательно сказывается на его мотивации.

Коррупция является отдельной проблемой на государственной службе. Проявляется она в виде взяточничества, самого опасного проявления коррупции. Причины этого, во-первых, в соблазне использовать свои властные полномочия. Во-вторых, низкий уровень материального стимулирования труда на государственной службе. В-третьих, низкий уровень профессиональной этики. В-четвертых, вследствие специфических социокультурных особенностей Российской Федерации.

Таким образом мотивация на государственной службе явление гораздо более сложное, чем в коммерческой фирме.

Мотивация служебной деятельности государственного гражданского служащего основана на должностном регламенте и построена на нескольких принципах:

— социальная ориентация, то есть исполнение не личных интересов и интересов коммерческих лиц, а интересов общества и воли государства;

— справедливость оплаты труда, то есть установлена единая система для всех госслужащих во всех государственных органах;

— оплата труда является основным материальным стимулом деятельности госслужащего. Денежное содержание госслужащих должно соотноситься с уровнем заработной платы в коммерческом секторе на аналогичной позиции;

— государственному служащему должны быть обеспечены условия для карьерного роста;

— необходимо увязывать размер оплаты труда с результативностью деятельности, что в российских реалиях пока плохо проработано;

— необходима компенсация ограничений, налагаемых на госслужащего, путем разработки социальных гарантий и льгот.

Таким образом, мы видим определенную специфику в системе мотивации государственных гражданских служащих на государственной службе. И можем предположить, что ей свойственна большая забюрократизированность и рутинность. Кроме того, особенностью сферы государственной службы является и то, что ее ценностная структура в меньшей степени подвержена социокультурной деформации, поскольку ввиду жесткой системы иерархизации и бюрократизации госаппарата сама система организации труда в системе госслужбы внутри нее не претерпевает сколько-нибудь существенной реконструкции во времени, в отличие от организаций частного сектора.

На государственной гражданской службе давно сложилась устойчивая система мотивации труда работников, состоящая из факторов материального и нематериального стимулирования.

Но в то же время для большинства кандидатов, стремящихся на государственную службу, монетарное стимулирование не является основным мотивом трудовой деятельности.

В этой связи возрастает значение факторов немонетарного стимулирования труда. Х.Дж.Рэйни, пишет, что несмотря на относительно невысокую значимость оплаты труд государственных служащих «системы государственной службы традиционно обеспечивают надежность рабочего места и развитые программы дополнительных благ».

В связи с этим необходимо отметить, что нематериальная мотивация — мощный инструмент управления, повышающий вовлеченность и производительность сотрудников. Признание заслуг, чувство личного вклада и возможности для роста и развития улучшают отношения в коллективе и влияют на качество жизни каждого участника. Чтобы внедрить эффективную систему нематериальной мотивации, необходимо разбираться в методах и выбирать наиболее уместные, а также регулярно использовать обратную связь, что поможет при анализе и дальнейшем совершенствовании системы нематериальной мотивации.

В сущности, нематериальная мотивация — это набор приемов, позволяющих развивать те психологические аспекты сотрудника, которые не связаны с денежными ценностями. Задача таких приемов — удовлетворить духовные потребности вроде доверительного общения с коллегами, зарабатывания авторитета среди коллег, решение серьезных задач человечества и так далее.

Удовольствие от работы, самореализация и становление личности как профессионала — все это вырастает на крепкой финансовой базе. Однако государственная служба не только не может увеличивать выплаты до бесконечности, а более того, ограничена бюджетом. Более того, ускоренный рост зарплатной платы стимулирует

лишь кратковременно. Эффект новизны сходит за 2–3 месяца и доход воспринимается как нечто обыденное.

Если базовые финансовые потребности сотрудника закрыты, то с нематериальной стороны в нашей стране работодатели вспоминают редко. Общение, внимание к личности, признание, самовыражение — все это стопроцентно требуется любому. Если в компании, на государственной службе отсутствует система нематериальной мотивации, то с большой вероятностью сотрудник найдет другое место для реализации своих амбиций и нематериальных интересов.

Е. И. Васильева предложила типологию мотивации деятельности государственных служащих от высокой к низкой и дала эмпирическую оценку степени распространённости типов мотивации: «служащий по призванию» — высокомотивированный, эффективный работник (25 %), «служащий-конформист», поведение которого неопределенно и зависит от внешних факторов — наград или наказаний (65 %), «криминализованный служащий» — внутренне мотивирован, но его мотивация противоречит ценностям госслужбы (10 %).

Законодательной основой для реализации нематериальной мотивации гражданских служащих в государственных органах являются положения пункта 6 части 2 статьи 60 Федерального закона от 27.07.2004 года № 79-ФЗ «О государственной гражданской службе Российской Федерации», которые к числу приоритетных направлений формирования кадрового состава гражданской службы относят применение современных кадровых технологий при поступлении на гражданскую службу и ее прохождение.

Министерством труда России 26.03.2019 года была разработана «Методика нематериальной мотивации государственных гражданских служащих Российской Федерации» вместе с «Рекомендациями руководителю структурного подразделения государственного органа по формированию комфортных организационно-технических и психофизиологических условий профессиональной деятельности».

В Методике нематериальной мотивации государственных гражданских служащих Российской Федерации, утвержденной Минтруда России содержатся такие понятия как потребность, мотив, мотивация, нематериальная мотивация.

Так термин «потребность» раскрыт как состояние недостатка в чем-либо, стимулирующее деятельность, направленную на восполнение этого недостатка.

Мотивы — потребности в комфортных организационно-технических и психофизиологических условиях гражданской службы, признании результатов профессиональной деятельности и самореализации гражданских служащих.

Мотивация гражданских служащих — стимулирование гражданских служащих к эффективному, результативному и добросовестному исполнению ими своих должностных обязанностей.

Мероприятия по нематериальной мотивации — меры воздействия, реализуемые в целях удовлетворения мотивов для обеспечения приверженности гражданских служащих ценностям и иным составляющим профессиональной культуры государственного органа.

Нематериальная мотивация гражданских служащих — это совокупность мер воздействия, направленных на побуждение к эффективному, результативному и добросовестному исполнению должностных обязанностей, не предполагающих денежных и других материальных поощрений.

В Методике нематериальной мотивации государственных гражданских служащих Российской Федерации, утвержденной Минтруда России обозначены следующие основные нематериальные мотивации государственных гражданских служащих:

1. Создание комфортных организационно-технических и психофизиологических условий.
2. Признание результатов профессиональной деятельности.
3. Предоставление возможностей для самореализации, включает в себя должностной рост гражданского служащего, повышение сложности и ответственности выполняемых гражданским служащим задач.

Таким образом, подводя итог можно определить, что сущность нематериальной мотивации государственных гражданских служащих — это комплекс методов стимулирования сотрудников, не связанных с денежным вознаграждением. То есть это совокупность не денежных способов влияния на поведение сотрудников через: удовлетворение высших потребностей (признание, самореализация, смысл), формирование приверженности, целям организации, профилактику деструктивных практик (текущее, саботаж, конфликты).

Нематериальная мотивация государственных гражданских служащих направлена на повышение удовлетворённости, лояльности и эффективности работы через психологические, социальные и профессиональные факторы.

В связи с чем, основные компоненты содержания нематериальной мотивации: психологические: признание заслуг, эмоциональная поддержка, организационные: расширение автономии, развитие карьеры, социальные: корпоративная культура, нефинансовые льготы (ДМС, гибкий график).

Нематериальная мотивация государственных гражданских служащих — это ключевой инструмент для создания лояльного и профессионального государственного аппарата, способного решать задачи в интересах общества с минимизацией конфликтных ситуаций на государственной службе.

В настоящее время существует множество методов нематериальной мотивации. Методы — это конкретные действия и инструменты, которые реализуются для достижения целей нематериальной мотивации. Виды — это классификация нематериальной мотивации по раз-

личным параметрам, например, по типу потребностей, которые она удовлетворяет (психологические, социальные, моральные) или по сфере воздействия (условия труда, корпоративная культура).

То есть вид — это «что» (общая область мотивации).

Метод — это «как» (конкретное действие для её воплощения).

Виды нематериальной мотивации — это основные направления стимулирования сотрудников без денежных выплат.

Виды нематериальной мотивации можно классифицировать по разным критериям.

Выделяют шесть видов нематериальной мотивации, и это условия труда, карьера и самореализация, психологические факторы, сопричастность, социальные условия, влияние и власть.

Если исходить из разновидностей потребностей, которые необходимо закрыть, то нематериальную мотивацию можно разделить на четыре подвида.

1. Социальная мотивация.
2. Психологическая мотивация.
3. Организационная мотивация.
4. Моральная мотивация.

Количество методов нематериальной мотивации может варьироваться в зависимости от классификации, но обычно выделяют 15–25 основных методов. Главное — подбирать их под потребности государственных гражданских служащих.

Нематериальная мотивация включает в себя:

- признание заслуг (благодарности, грамоты, публичная похвала).
- возможности профессионального роста (обучение, карьерное развитие).
- гибкий график работы, возможность удаленной работы.
- участие в принятии решений, вовлеченность в процессы.
- корпоративная культура, командный дух.
- развитие хобби и навыков.
- забота о здоровье.
- работа над интересными проектами.

Но самая главная проблема нематериальной мотивации в том, что не все методы нематериальной мотивации подходят государственным гражданским служащим.

Так, существуют основные нематериальные мотивации государственных гражданских служащих, такие как создание комфортных организационно-технических и психофизиологических условий, признание результатов профессиональной деятельности, предоставление возможностей для самореализации, что включает в себя должностной рост гражданского служащего, повышение сложности и ответственности выполняемых гражданским служащим задач.

Вышеуказанные виды нематериальной мотивации государственных гражданских служащих указаны в Методике нематериальной мотивации государственных

гражданских служащих Российской Федерации, утвержденной Минтруда России вместе с «Рекомендациями руководителю структурного подразделения государственного органа по формированию комфортных организационно-технических и психофизиологических условий профессиональной деятельности».

Для того чтобы выявить и определить направления нематериальной мотивации государственных служащих как способа, инструмента предупреждения конфликтных ситуаций с учетом разработанной Минтрудом России Методикой нематериальной мотивации государственных гражданских служащих Российской Федерации, полагаю необходимым рассмотреть данный аспект с точки зрения теорий мотивации.

Теории мотивации анализируют факторы, оказывающие влияние на мотивацию. В значительной мере их предмет сконцентрирован на анализе потребностей и их влиянии на мотивацию. В управлении персоналом, включая государственную гражданскую службу, теории мотивации помогают понять, как стимулировать сотрудников к эффективной работе.

Я попробовала рассмотреть поведение государственных гражданских служащих, которое возможно скорректировать с помощью теорий мотивации в целях предупреждения конфликтных ситуаций.

Изучение потребностей повлекло за собой появление трех главных направлений — теорий мотивации.

Первое направление — теорий мотивации это содержательные теории мотивации.

Содержательные теории мотивации изучают, какие потребности мотивируют человека к той или иной деятельности, какова их структура, какие потребности первичны, а какие вторичны, в каком порядке происходит их удовлетворение. Они изучают цели, к которым стремится человек. Таким образом, содержательные теории мотивации фокусируются на потребностях, которые движут людьми.

Главные теории содержательного направления.

Теория иерархии потребностей А.Маслоу (1943 год). Суть: Потребности человека образуют пирамиду от базовых (физиологических) до высших (самореализации). Сначала нужно обеспечить стабильную зарплату и безопасность (низшие уровни). Затем — признание, карьерный рост, творческие задачи (высшие уровни). Ограничения: Не все следуют строгой иерархии (например, кто-то готов терпеть низкую зарплату ради интересной работы).

Теория К.Альдерфера (1972 год). Суть: упрощенная версия Маслоу — 3 группы потребностей: existence (выживание) — зарплата, условия труда, relatedness (социальные связи) — общение, командная работа, growth (рост) — развитие, креативность. Применение: Если рост невозможен из-за бюрократии, можно усилить социальную мотивацию.

Теория двух факторов Ф.Герцберга (1959 год). Суть: факторы делятся на две группы: гигиенические (зарплата, условия труда, политика компании — удовлетворенность

работой) и мотивирующие (развитие, признание, автономность — удовлетворенность от работы). Применение на государственной службе: даже высокая зарплата не мотивирует, если нет интересных задач и карьерных перспектив. Нематериальная мотивация (награды, обучение) часто важнее денег. Он доказал, что отсутствие гигиенических факторов вызывает недовольство, но их наличие не делает работу мотивирующей. Настоящая вовлеченность приходит от нематериальных стимулов.

Теория приобретенных потребностей МакКлелланда (1961 год).

Американский специалист по психологии Д. МакКлелланд, известный своими исследованиями в области мотивации достижений, разработал теорию приобретенных потребностей.

Он считал, что люди в организации испытывают три вида потребностей: потребность во власти, успехе и причастности. Потребность во власти — это желание воздействовать на других людей, их обычно готовят к занятию руководящих должностей. Потребность в успехе удовлетворяется не самим успехом, а способами его достижения, доведения работы до конца. Потребность в причастности — это заинтересованность в связях, общении, оказании взаимопомощи.

Какой полезный вывод здесь можно сделать? Людей с потребностью во власти, уверенных и имеющих организаторские способности, которые стремятся к решению задач, а не удовлетворению своего тщеславия надо продвигать по службе, заинтересовывать в целях компании и разработке политики организации, расширять его полномочия. Людей с потребностью в успехе, стремящихся в умеренному риску, ответственных и инициативных необходимо вовлекать в решение сложных и важных задач, поиск решения проблем, поощрять его за достижение результата. Людей с потребностью в связях, общительные, доброжелательные, умеют захватить публику и решать разного рода конфликты нельзя ограничивать в социальных контактах, нужно проводить с ними беседы, давать возможность им проводить собрания и работать в команде и т. п.

Данная теория не показывает, как можно удовлетворить потребности низшего уровня, что может быть важным для развивающихся стран. Ее сложно использовать на практике.

Для мотивации государственных служащих можно использовать проекты с измеримыми результатами (достижение), наставничество (причастность), лидерские программы (власть).

Главные теории процессуальной мотивации.

Процессуальные теории мотивации объясняют, как люди выбирают действия для достижения целей. Акцент делается на объяснении процесса выбора поведения, способного привести к желаемым результатам. Процессуальные теории объясняют то, как человек распределяет усилия для достижения различных целей и как выбирает конкретный вид поведения.

Основными в этом направлении считаются следующие теории:

Теория ожиданий В.Врума (1964 год). Суть: Мотивация = Ожидание * Ценность результата. Вместе с тем, если сотрудник не верит в справедливость системы, мотивация падает.

Теория справедливости Дж. Адамса (1963 год). Суть: Люди сравнивают свой вклад/вознаграждение с коллегами. Если неравенство — возникает демотивация. Пример: Два сотрудника на государственной гражданской службе работают одинаково, но один получает премию, а другой нет — конфликт. Решение: прозрачные критерии оценки.

Теория Портера-Лоулера (1968 год). Суть: Комбинация теорий ожиданий и справедливости. Вывод: Деньги мотивируют, только если человек считает их справедливыми.

Теория постановка целей Э.Локка (1968). Суть: Четкие, амбициозные, но достижимые цели повышают мотивацию. Применение: Вместо «улучшить работу» — «Сократить срок обработки документов на 20 % за квартал».

Современные подходы теорий мотивации.

Теория самодетерминации (Райн и Деси, 2000-е). Суть: людям нужны: автономия, компетентность, связанность (чувство принадлежности).

Теория вовлеченности, разработанная Уильямом Каном (Kahn, 1990 год), объясняет почему одни сотрудники работают с энтузиазмом, а другие — формально. Теория вовлеченности фокусируется на эмоциональной и когнитивной связи человека с работой.

Суть: Люди работают лучше, если эмоционально вовлечены. Методы: участие в принятии решений, подчёркивание смысла работы («Ваш труд помогает людям»).

Также существуют теории, в основе которых лежит специфическая картина человека. Теории, в основе которых лежит специфическая картина работника, берут за основу определённый образец работника, его потребности и мотивы. К этим теориям относятся: теория Мак Грегора и теория Оучи.

Теория Мак Грегора. Макгрегор показал, что эффективность управления зависит от установок руководителя. Если начальник считает сотрудников ленивыми (теория X), он создает токсичную среду. Если верит в их потенциал (теория Y), то мотивирует их на высокие результаты.

Теория Оучи (теория Z) — это баланс между жестким контролем (теория X) и свободой (теория Y). Она подходит для компаний, которые ценят стабильность и командный дух, но может быть избыточной в быстро меняющихся отраслях.

Теории мотивации работают как система раннего предупреждения конфликтов. Их главная сила — не в «тушении пожаров», а в создании среды, где причины конфликтов просто не возникают. Теории мотивации помогают предотвращать конфликтные ситуации, устраняя их коренные причины. Применяя принципы теорий мотивации, руководитель создает среду, где сотрудники мотивированы, а конфликты носят конструктивный, а не деструктивный характер.

Система нематериальной мотивации — это продуманная стратегия управления персоналом, где акцент сделан на удовлетворении нематериальных потребностей сотрудников через устойчивые и измеримые механизмы.

Система нематериальной мотивации государственных гражданских служащих — это комплекс взаимосвязанных организационных, социальных и психологических мер, направленных на повышение эффективности работы, лояльности удовлетворенности сотрудников государственного аппарата без увеличения финансового вознаграждения.

Для того, чтобы определить взаимосвязь между системой нематериальной мотивации государственных гражданских служащих и уровнем конфликтности в государственных органах, необходимо рассмотреть систему мотивации под шестью разными углами: иерархия, удовлетворенность, перспектива, контроль, взаимодействие, вознаграждение.

Иерархия.

В психологии принято различать три приоритета в работе.

Ориентация на деятельность и решение задач. Для таких людей демотивирующим фактором может стать отсутствие полномочий или затягивание повышения.

Ориентация на общение. Таких людей может демотивировать удаление от руководителя или нарушение коммуникаций с коллегами.

Ориентация на самого себя. Такие люди наиболее чувствительны к разного рода статусным стимулам. Они стремятся к власти и хотят построить карьеру. Но получив власть, начинают упиваться ею и не достигают производственных целей.

Удовлетворенность.

Психолог Фредерик Герцберг выделил два типа факторов, влияющих на рабочую мотивацию.

Гигиенические — это условия труда: освещенность, температура в помещении, а также уровень заработной платы, график, льготы. Если эти факторы не на уровне, сотрудник чувствует неудовлетворенность работой.

Мотивационные — это задачи, которые нужно решать в процессе работы, возможность проявить инициативу и реализовать себя.

Если учтены оба типа факторов, то проблем не возникает; если оба хромают, то работодателя неминуемо ждет текучка. А вот когда гигиенические факторы в плюсе, а мотивационные в минусе, или наоборот, возникают интересные ситуации. Например, если условия работы в вашей компании прекрасные, но сами задачи человеку не интересны, он будет считать такую работу рутинной или даже бессмысленной. У таких работников общей удовлетворенности трудом вы наблюдать не будете. Если, наоборот, проседают гигиенические факторы: условия работы нельзя назвать комфортными, зарплата оставляет желать лучшего — но человек увлечен делом, то обычно он не испытывает неудовлетворенности работой. Для вас это означает, что надо уделить внимание постановке задач.

Двухфакторная теория Ф.Герцберга доказала, что отсутствие гигиенических факторов вызывает недовольство, но их наличие не делает работу мотивирующей. Настоящая вовлеченность приходит от нематериальных стимулов.

Перспектива.

Одни сотрудники нацелены на результат, а для других важен процесс. В компании нужны и те и другие, главное — правильно расставить их по позициям. Например, в бухгалтерии важно поддерживать процесс, поэтому здесь нужны люди, ориентированные на процесс. Продавцы должны быть, напротив, нацелены на результат.

Контроль.

Одни сотрудники могут болезненно воспринимать ужесточение контроля. Других демотивирует нерегулярный контроль, когда непонятно, в какой момент и по каким параметрам будет оцениваться работа. Это определяется локусом контроля самого работника.

Взаимодействие.

Сильными демотиваторами для сотрудников могут стать изменения привычного стиля руководства, ценностей компании или ухудшение отношений между коллегами. Обратите внимание, что коллектив не должен состоять лишь из работников, ориентированных на активную деятельность и решение задач. Потому что в такой среде неизбежны частые конфликты. Например, поморские рыбаки, когда отправлялись на улов, брали на борт сказочника, которой получал треть добычи. Он наблюдал, кто из членов команды находится в стрессовом состоянии, подходил к нему и начинал рассказывать сказки.

Вознаграждение.

Прежде всего сотрудники должны воспринимать вознаграждение как справедливое. Если сотрудник считает, что получает меньше коллег за аналогичную работу, его производительность падает, причем пропорционально степени несправедливости вознаграждения. Кроме теории справедливости, полезно также помнить о теории ожиданий. Она гласит, что усилия, которые человек прикладывает, должны быть адекватны получаемому результату, а результат должен приводить к соответствующему росту вознаграждения.

Система нематериальной мотивации предотвращает конфликты за счет устранения ключевых психологических и организационных раздражителей.

Таким образом, система нематериальной мотивации напрямую влияет на уровень конфликтности в государственных органах через удовлетворенность трудом, справедливости распределения поощрений, возможности профессиональной реализации, психологический климат в коллективе.

Существует определенная закономерность: Чем эффективнее система мотивации, тем ниже уровень конфликтов.

Эффективно выстроенная система нематериальной мотивации позволяет предотвращать до 70 % потенциальных конфликтов, создать устойчивую рабочую среду, повышать качество государственных услуг, формиру-

вать позитивный имидж государственной гражданской службы.

Нематериальная мотивация — это не просто «дешевый» аналог денег, а способ создать среду, где кон-

фликтам просто нет места. Система нематериальной мотивации должна быть системной, регулярной, искренней и справедливой, только тогда она способна предупредить конфликтные ситуации.

Литература:

1. Федеральный закон от 27.05.2003 № 58-ФЗ «О системе государственной службы Российской Федерации.
2. Ильин Е. П., Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2000. — с. 38.
3. Гордеева Т. О., Внутренняя и внешняя учебная мотивация студентов: их источники и влияние на психологическое благополучие / Т. О. Гордеева, О. А. Сычев, Е. Н. Осин // Вопросы психологии. — 2013. — № 1. — с. 35–45.
4. Гордеева Т. О., Мотивация: новые подходы, диагностика, практические рекомендации / Т. О. Гордеева // Сибирский психологический журнал. — 2016. — № 62. — с. 38–53.
5. «Методика нематериальной мотивации государственных гражданских служащих Российской Федерации» (утв. Минтрудом России) (вместе с «Рекомендациями руководителю структурного подразделения государственного органа по формированию комфортных организационно-технических и психофизиологических условий профессиональной деятельности»).
6. Федеральный закон от 27.07.2004 года № 79-ФЗ «О государственной гражданской службе Российской Федерации».

Раздельное питание в пожилом возрасте: положительный опыт

Яргин Сергей Вадимович, кандидат технических наук, пенсионер (г. Санкт-Петербург)

Концепция раздельного питания основана на известном факте, согласно которому состав пищеварительных соков зависит от характера принимаемой в данный момент пищи [1]. Критики отмечали, что некоторые предлагаемые или отвергаемые в рамках названной концепции сочетания продуктов научно не обоснованы [2]. К сожалению, в диететике не всегда имеет место научная обоснованность. Например, серия монографий и статей с выборочным цитированием была посвящена предполагаемым противораковым свойствам экстракта растений семейства крестоцветных (капустных) и компонентов зеленого чая [3, 4]. Среди соавторов вышеупомянутой серии публикаций фигурируют сотрудники фирмы-производителя биологически активных добавок, однако конфликт интересов заявлен не был. В настоящей статье рекомендуются не комбинации, а потребление за один прием только одного продукта. Допустимы обоснованные исключения: соусы и приправы для стимуляции аппетита и перистальтики; для профилактики запора в разные блюда можно добавлять растительное масло. Продукты, богатые клетчаткой, могут оказывать благоприятное действие при запорах и избыточном весе, однако переносимость грубой пищи следует проверять индивидуально. Переносимость может быть снижена при атрофическом гастрите, который нередко развивается в пожилом возрасте. Питание должно быть разнообразным; однако между приемом разнородных продуктов желательны перерывы. В этом нет ничего необычного: именно так питается пенсионер, занятый научно-обзорной деятельностью [5]: он ориентируется на свои потребности и готовит

ровно столько, сколько съест за один прием. Времени на приготовление сложных блюд нет. Кроме того, разнообразие ограничено при дефектах зубных рядов и пародонтозе [6]. Примеры блюд: различные супы-пюре из одного вида овощей, размельченных в блендере, с добавлением муки (по типу затирухи); сырые овощи и фрукты (например, 2–3 мандарина или размельченная в блендере груша); банка рыбных консервов (селедка и другая рыба в продаже не всегда свежая), прогретый в микроволновой печи или отварной фарш (фрикадельки). Учитывая неопределенность состава готового фарша, лучше приготовить его самому или мелко нарезать мясо. При таком питании стимулируется секреция пищеварительных соков, оптимальных для данного продукта. В литературе встречаются рекомендации для лиц старшего возраста ограничивать мясные продукты. К таким советам нужно относиться с осторожностью, поскольку белки необходимы для кроветворения, регенерации слизистых оболочек и др. Принимать пищу нужно при ощущении голода, не обязательно в определенное время суток. У работающих на дому пенсионеров режим питания соблюдается не всегда, однако прием пищи по ночам лучше ограничить, поскольку функции системы пищеварения подвержены биоритмам [7, 8]. Кроме того, ночью повышен риск заснуть с полным желудком, что может иметь неблагоприятные последствия (отрыжка, аспирация желудочного содержимого).

Необходимо распознавать ложное чувство голода и не принимать пищу при беспокойстве, тревожности и невротических явлениях. Переедание может наблюдаться

при неврозе навязчивых состояний (obsessive-compulsive disorder). Нервная булимия выделена в качестве отдельного расстройства. По возможности, не следует совмещать прием пищи с разговорами или иной деятельностью. Если не ощущается потребности в жидкости, прием пищи желательно отделить во времени от безалкогольных напитков, чтобы не разбавлять желудочный сок [1, 9]. Напротив, небольшое количество горькой настойки или пива, по-видимому, улучшает аппетит и пищеварение; их можно принимать с соответствующей закуской. Мясные, рыбные блюда, фрукты и выпечку можно запивать вином. Избыточного потребления алкоголя следует избегать. В отношении пользы и вреда от малых доз в литературе имеются разногласия; в любом случае, лучше потреблять меньше, чем больше [10, 11]. Данная тема требует отдельного обзора литературы. Необходимо избегать фальсифицированных напитков, содержащих спирт из непищевого сырья (гидролизный или синтетический) [12]. Напитки с одинаковыми этикетками могут иметь разный вкус и запах. В Гастрономе № 1 (ГУМ, Верхние торговые ряды), напитки всегда подлинны, чего нельзя сказать о некоторых других магазинах. В особенности, это касается пива. По возможности, следует ограничить потребление добавленного сахара, соли и насыщенных жиров [13]. Молоко рекомендуется принимать отдельно от других продуктов [1, 9]. Отметим, что молоко эффективно при повышенной кислотности с раздражением желудка, изжоге, симптомах гастрита. В молоко можно добавлять пищевую соду; дозы каждый определяет для себя опытным путем.

По данным систематических обзоров [14, 15] не выявлено достоверной связи между количеством приемов пищи и суммарной калорийностью потребляемых продуктов. Частота приема пищи также не влияла на соответствие диеты рекомендациям «Dietary Guidelines for Americans» [13]. Раздельное питание не препятствует разнообразию диеты. Сбалансированное питание, включающее разнообразные продукты, витамины и микроэлементы, может способствовать профилактике саркопении,

депрессии, деменции и других состояний, связанных с возрастом [11, 16–18]. С началом деменции когнитивные функции снижаются, может нарушиться способность покупать и готовить пищу. Деменция может сопровождаться как недоеданием, так и перееданием, поэтому следует уделять внимание количеству потребляемых продуктов [6, 16]. Как отмечалось выше, по возможности желательно ограничить потребление добавленного сахара, насыщенных жиров, натрия и алкоголя [10, 13, 19].

Некоторые работающие дома пенсионеры осознанно или неосознанно питаются раздельно. Они не готовят завтрак, обед и ужин, а употребляют какой-либо один продукт, когда испытывают потребность. Таким образом, раздельное питание частично совпадает с концепцией «интуитивного питания» [20], которая избегает строгих диетических рекомендаций. Интуитивная диета персонализирована, поскольку у каждого индивида разные потребности и предпочтения в разное время. Интуитивное питание, также как и раздельное, способствует снижению массы тела (если не переедать) [1, 20, 21]. Как показывает опыт, при подобной диете диспепсии не возникает. Автор прекратил пользоваться услугами общественного питания, когда еще ходил на работу. Обед в столовой или ресторане (закуска, первое, второе, десерт) нередко обилел для пожилого человека, может содержать ингредиенты, плохо сочетающиеся друг с другом. В особенности, часто бывает излишним десерт [9]. Потребность должна определяться на основе аппетита с учетом личного опыта и медицинских показаний: кто-то опасается запора, у другого будет резь в желудке от кислого; некоторые продукты вызывают аллергию. Однако принцип раздельного питания можно соблюдать в заведениях общественного питания; примеры меню и кулинарных изделий: холодная рыбная закуска и рыбное блюдо без гарнира; 50–100 мл горькой настойки с мясной закуской (например, бекон или ветчина с соленым огурцом) плюс котлета; портвейн и фрукты или выпечка; различные виды постного меню. Иллюстрации опубликованы в препринте [22]. Ориентиром должна служить ощущаемая потребность.

Литература:

1. Shelton HM. Food combining made easy. Русское издание: Шелтон Г. М. Основы раздельного питания. М.: Крон-Пресс; 1998.
2. Василевская Л. С. Современные представления об основах питания и пищеварения. М.: Эдитус; 2017.
3. Друх В. М., Пальцев М. А., Киселев В. И. и соавт. Изучение токсических и алергизирующих свойств новой фармацевтической композиции дииндолилметана. Молекулярная медицина. 2013;(6):60–63.
4. Пальцев М. А., Киселев В. И., Муйжнек Е. Л. Молекулярные мишени в профилактике и лечении гиперплазии и рака предстательной железы. М.: Димитрейд; 2009.
5. Jargin SV. Selected Aspects of Healthcare in Russia. Cambridge Scholars Publishing; 2024.
6. Kamp BJ, Wellman NS, Russell C. Position of the American Dietetic Association, American Society for Nutrition, and Society for Nutrition Education: food and nutrition programs for community-residing older adults. J Nutr Educ Behav. 2010;42:72–82.
7. Hoogerwerf WA. Role of biological rhythms in gastrointestinal health and disease. Rev Endocr Metab Disord. 2009;10:293–300.

8. Martchenko A, Martchenko SE, Biancolin AD, Brubaker PL. Circadian rhythms and the gastrointestinal tract: relationship to metabolism and gut hormones. *Endocrinology*. 2020;161:bqaa167.
9. Москаленко А. Раздельное питание для цельных натур. М.: Эксмо; 2005.
10. Martínez-González MA. Should we remove wine from the Mediterranean diet?: a narrative review. *Am J Clin Nutr*. 2024;119:262–70.
11. Seabrook JA, Avan A, O'Connor C. et al. Dietary patterns and brain health in middle-aged and older adults: a narrative review. *Nutrients*. 2025;17:1436.
12. Яргин С. В. Антиалкогольные кампании: Cui bono? Молодой ученый. 2021;17(359):338–42.
13. Dietary Guidelines for Americans 2020–2025. U. S. Department of Agriculture; 2020.
14. Andres A, Giovannucci E, Fisher JO. et al. Frequency of meals and/or snacking and energy intake: a systematic review. Alexandria (VA): USDA Nutrition Evidence Systematic Review; 2024.
15. Palacios C, Andres A, Odoms-Young A. et al. Frequency of meals and/or snacking and consuming a dietary pattern aligned with the Dietary Guidelines for Americans: a systematic review. Alexandria (VA): USDA Nutrition Evidence Systematic Review; 2024.
16. Otsuka R. Diet, nutrition, and cognitive function: A narrative review of Japanese longitudinal studies. *Geriatr Gerontol Int*. 2022;22:825–31.
17. Barone M, Baccaro P, Molfino A. An Overview of Sarcopenia: Focusing on Nutritional Treatment Approaches. *Nutrients*. 2025;17:1237.
18. Luque-Martínez A, Ávila-Jiménez ÁF, Reinoso-Espín Á. et al. Meat Consumption and Depression: An Updated Systematic Review and Meta-Analysis. *Nutrients*. 2025;17:811.
19. Qin Y, Pillidge C, Harrison B, Adhikari B. Pathways in formulating foods for the elderly. *Food Res Int*. 2024;186:114324.
20. Tribole E, Resch E. Intuitive eating: a revolutionary program that works. New York: St. Martin's Griffin; 2003.
21. Longe JL. The Gale encyclopedia of diets: a guide to health and nutrition. Detroit: Thomson Gale; 2008.
22. Яргин С. В. Раздельное питание: путь к творческой активности пенсионера. PREPRINTS.RU. doi: 10.24108/preprints-3113506.

Молодой ученый

Международный научный журнал

№ 23 (574) / 2025

Выпускающий редактор Г. А. Письменная
Ответственные редакторы Е. И. Осянина, О. А. Шульга, З. А. Огурцова
Художник Е. А. Шишков
Подготовка оригинал-макета П. Я. Бурьянов, М. В. Голубцов, О. В. Майер

За достоверность сведений, изложенных в статьях, ответственность несут авторы.
Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов материалов.
При перепечатке ссылка на журнал обязательна.
Материалы публикуются в авторской редакции.

Журнал размещается и индексируется на портале eLIBRARY.RU, на момент выхода номера в свет журнал не входит в РИНЦ.

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ФС77-38059 от 11 ноября 2009 г., выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).

ISSN-L 2072-0297

ISSN 2077-8295 (Online)

Учредитель и издатель: ООО «Издательство Молодой ученый». 420029, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25.

Номер подписан в печать 18.06.2025. Дата выхода в свет: 25.06.2025.

Формат 60×90/8. Тираж 500 экз. Цена свободная.

Почтовый адрес редакции: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Юлиуса Фучика, д. 94А, а/я 121.

Фактический адрес редакции: 420029, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25.

E-mail: info@moluch.ru; <https://moluch.ru/>

Отпечатано в типографии издательства «Молодой ученый», 420029, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25.