

Секция 3

ПСИХОЛОГИЯ

М.С. АЗНОВАРЯН,

студентка направления подготовки «Психология»

Л.О. САРСЕНБАЕВА,

профессор Алматинского филиала Санкт-Петербургского Гуманитарного университета профсоюзов, кандидат психологических наук – руководитель

ИНТУИЦИЯ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН

С античных времен интуиция становится предметом интереса философов. Эпикурейцы трактовали данный феномен непосредственного познания словом *επιβολή*. Перевод слова, сделанный в V веке Бозцием на латинский язык как «*intuitus*», означал «всматриваться», «мгновенно постигать». В XIII веке немецкий монах Вильгельм подтвердил перевод Бозция, и определение «интуиция» стало частью западноевропейской философской терминологии. Однако до нашего времени феномен интуиции остается недостаточно изученным.

Актуальность темы определяется необходимостью уточнения характеристик интуиции с учетом многообразия подходов к ее исследованию. В эпоху глобального развития информационных технологий и быстрого темпа жизни сложных социальных процессов встает проблема выбора способов принятия важных решений в различных сферах жизнедеятельности. Появляется необходимость использования не только логики, но и внутренних, скрытых механизмов осуществления поиска решения проблем. Сегодня немаловажно не только владеть знаниями, но и формировать особое восприятие мира, которое поможет ориентироваться в современных реалиях.

Целью данного исследования является изучение интуиции как психологического феномена.

Долгое время в представлении большинства ученых понятие «интуиция» ассоциировалось с шарлатанством и мистикой. В то же время о важности развития интуиции для науки говорили ещё такие великие умы, как Платон, Фома Аквинский, Декарт, Кант, М.В. Ломоносов. Первую попытку научного объяснения интуиции в своих трудах предпринял Карл Юнг, выдвинув теорию «коллективного бессознательного», в которой считалось, что интуиция обеспечивает непосредственную связь сознания при интерпретации опыта и безошибочного «предуга-

дывания будущего». Потом интуиция стала толковаться и как инстинкт, без предварительного обучения определяющий формы поведения организма (А. Бергсон), и как бессознательная первооснова творчества (З. Фрейд). Э. Берн рассматривал этот феномен как присущий эго-состоянию Ребенка и Родителя. В.Н. Дружинин интуицию определяет как специфическую личностную характеристику. Экспериментально доказать явление пытался Д. Канеман [Канеман Д. Думай медленно... Решай быстро. М., 2011, с.24-29]. В СССР изучением интуиции активно занимался Я.А. Пономарев.

В современных исследованиях реальность «шестого чувства» интересует психологов разных стран и направлений. Например, модель распознавания (RPD), которую обнаружил Г. Клейн [Клейн Г. Интуиция на работе. Нью-Йорк, 2003], и эксперименты ученых Бизнес Школы Университета Лидс установили, что интуиция — один из способов хранения и воспроизведения информации мозгом. Голландский психолог А. Дийкстерхьюз, проводя эксперименты, выяснил, что продолжительные раздумья и взвешивания «за» и «против» полностью подавляют зарождение неординарных решений проблемы. С. Эпстайн именуется интуицию как «опытный» режим, определяя, что информация обрабатывается в автоматическом, ассоциативном, целостном и быстром формате, недоступном для самоанализа [Эпстайн С. Демистифицирующая интуиция // Психологические исследования, 2010, №10, с.295-312].

Проанализировав данные исследования и обобщив информацию, можно сделать вывод, что интуиция имеет древнее происхождение и практически инстинктивный характер. Первобытный человек был очень внимателен к окружающему его миру, бессознательно анализируя огромное количество сенсорных сигналов, что помогало быстро реагировать на опасность. И наш опыт в совокупности с опытом предыдущих поколений «записывается» в мозге, и, если ситуация повторяется достаточное количество раз, мы получаем готовый ответ, минуя этап построения логических доводов.

Изучение механизма работы интуиции с точки зрения нейробиологии утверждает, что она располагается в «правополушарном» иррациональном секторе. Доказывается, что в интуитивном процессе участвуют три типа мышления: интеллектуальное — сознательное восприятие ситуации, ее анализ; дивергентное — средний блок восприятия, который преобразует информацию и выделяет важные детали; бессознательное — образное восприятие ситуации и информации, именно в нем остается интуитивный опыт. То есть анализ деталей с опорой на предыдущий опыт проходит без контроля сознания человека — бессознательно. Результатом же и становится интуитивное чувство.

По способу выражения этого чувства выделяют четыре типа интуиции:

- 1) физическая – основывается на ощущениях тела человека;
- 2) эмоциональная – опирается на чувства, эмоции, неясные страхи и иррациональные фобии;
- 3) интеллектуальная – обобщает профессиональный опыт и логическое мышление;
- 4) мистическая – самый малоизученный тип интуиции, поскольку до сих пор не удалось выявить его движущие факторы. Например, внезапно возникает ощущение, что в будущем произойдут большие перемены, в лучшую или в худшую сторону [Кармин А.С. Интуиция. Философские концепции и научное исследование. СПб., 2011, с.591-592].

Часто совокупность событий вызывает у нас беспричинную тревогу, а когда происходит трагедия, мы предполагаем, что это было «предчувствие». То, что люди принимают за собственную интуицию, — это ошибки восприятия. Среди ошибок восприятия выделяют:

- 1) «ложное знание», когда люди не осознают, что совершают ошибку хиндсайта, и обвиняют себя за то, что не заметили очевидного;
- 2) «иллюзии», когда люди верят в приметы и предсказывают на их основании будущее;
- 3) «настроение», когда «первое впечатление» дает почву для дальнейших выводов;
- 4) «убеждения и стереотипы», когда есть базовые установки, из которых рождаются ошибочные убеждения.

Таким образом, рассмотрев интуицию как психологическое явление, можно сделать вывод о возможном научном объяснении данного феномена. Приведенные примеры экспериментов опровергают мистическое происхождение интуиции, доказав, что это прошлый опыт, заложенный в подсознании и применимый в ситуациях, где логическое понимание не дает должного результата.

А.А. АЛДАБЕРГЕНОВА,

магистрантка направления подготовки «Педагогика и психология» Казахского национального педагогического университета имени Абая

Ж.К. ИБРАИМОВА,

доцент кафедры педагогики и психологии Казахского национального педагогического университета имени Абая, кандидат педагогических наук – руководитель

ПРОБЛЕМА ИССЛЕДОВАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

Образовательная среда выступает в качестве основополагающего условия становления личности на всех уровнях образовательной системы. Обучающиеся становятся субъектами профессионального самоопределения и им предоставляется возможность для личностной идентификации. Особую значимость приобретает локальная среда педагогического вуза для становления личностно-профессиональных качеств будущего педагога.

Целью данного исследования явилось рассмотрение подходов к исследованию образовательной среды педагогического вуза.

О роли среды в формировании личности писали казахские просветители Абай Кунанбаев, Шокан Уалиханов, Ибрай Алтынсарин, которые подчеркивали важность окружающей среды и традиций воспитания на принципах народной педагогики. В психолого-педагогической науке термин «среда» стал использоваться благодаря исследованиям С.Т. Шацкого, П.П. Блонского, А.С. Макаренко, Л.С. Выготского, Я. Корчака и других известных ученых и практиков в начале XX-го века. На протяжении столетия до настоящего времени данное понятие стало рассматриваться с разных сторон, преимущественно в аспекте влияния среды на становление личности обучающихся.

С позиций системного подхода образовательная среда рассматривается как часть общей социокультурной среды, анализируется как локальная среда конкретной организации образования. В педагогическом вузе одним из компонентов образовательной среды рассматривается обеспечение условий для овладения будущей профессиональной деятельностью. Приоритетным становится компетентностный подход, нацеленный на получение образовательных результатов, обеспечивающих успешность педагогической деятельности. В качестве условий профессионально-ориентированной образовательной среды в педагогическом вузе выступают: разработка и внедрение инновационных образовательных технологий, обновление

содержания образования, внедрение инструментов оценки и мониторинга результатов, нацеленность на самоорганизацию и самообразование и т.п.

Современный университет представляет собой открытую развивающуюся систему, которая осуществляет свою деятельность в соответствии с приоритетной целью высшего образования – подготовкой высококвалифицированных конкурентоспособных востребованных специалистов, соответствующих стандартам мирового образовательного пространства.

Проблеме изучения образовательной среды в современной психолого-педагогической науке посвящено достаточно большое количество исследований. Важно отметить, что до настоящего времени еще нет единого общепринятого определения данного понятия. В широком понимании среда рассматривается как совокупность географических, социокультурных, материальных условий, оказывающих непосредственное или опосредованное влияние на индивида. В качестве значимого фактора выступает социокультурная среда, обеспечивающая условия для социализации личности.

Современными учеными образовательная среда рассматривается как часть социокультурной среды, как система специально организованных психолого-педагогических условий, в результате взаимодействия с которыми происходит развитие и становление личности. Идеи развития социокультурной образовательной среды обстоятельно разрабатываются как в исследованиях отечественных психологов и педагогов (Л.Н. Бережнова, Э.Д. Днепров, Г.А. Ковалев, А.Б. Орлов, В.И. Панов, В.В. Рубцов, Д.Б. Эльконин, В.А. Ясвин и др.), так и в зарубежной психологии (А. Бандура, У. Бронфенбеннер, К. Левин, К. Роджерс и др.).

Исследователями осуществлялись попытки определения структуры и типологии образовательной среды. Е.А. Климов в структуре образовательной среды выделяет социально-психологический, учебно-методический и предметно-пространственный компоненты [Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. М., 2004]. В.И. Панов рассматривает в качестве составляющих образовательной среды деятельностный (технологический), коммуникативный и пространственно-предметный компоненты [Панов В.И. Некоторые подходы к методологии развивающего образования // Психологическая наука и образование, 1998, №3].

В качестве показателей мониторинга и оценки образовательной среды следует рассматривать:

- соответствие среды ожиданиям студентов, ее привлекательность;

- референтный характер учебной группы, желание студентов принадлежать этой группе, значимость группового отношения и групповых норм;

- удовлетворенность субъектов образовательного процесса взаимоотношениями, доверительный характер взаимоотношений, общий позитивный социально-психологический климат;

- обеспеченность насыщенной пространственно-предметной средой, наличие необходимых пространственно-предметных условий (оборудование, цифровые технологии и др.);

- современный образовательный менеджмент и др.

В современных условиях важно обеспечить активный процесс коммуникации и взаимодействия субъектов образовательного процесса. С учетом современных условий цифровизации и информатизации желательно внедрение интерактивных форм и технологий обучения в реальном режиме взаимодействия, «живого» общения. К таким технологиям можно отнести проектную деятельность, метод кейсов, деловые игры, работу в малых группах, моделирование профессиональной деятельности.

Важным аспектом обеспечения развивающего характера образовательной среды педагогического вуза является ее эстетическая составляющая. Современные учебные заведения оснащены развивающими лабораториями, комнатами психологической разгрузки, кабинетами психологической поддержки, уголками живой природы, сенсорными комнатами, кабинетами самоподготовки и т.п. Обучающиеся и преподаватели в случае необходимости могут снять психоэмоциональное напряжение, получить психологическую помощь, настроиться на активную деятельность.

Образовательная среда должна способствовать обретению идентичности личности. Помимо половозрастной и этнической идентификации важно, чтобы студент педагогического вуза идентифицировал себя как педагога, представителя профессионального сообщества, гражданина, субъекта взаимодействия в малой группе, студента конкретного вуза.

Таким образом, образовательная среда педагогического вуза является комплексом интегративных внешних социокультурных и внутренних локальных условий, обеспечивающих подготовку современного эффективного педагога, развитие профессионально значимых личностных качеств, способствующих саморазвитию активной и творческой личности.

А.Д. БЕКЛЕМИШЕВА,

студентка направления подготовки «Психология»

П.Н. ДМИТРИЕВА,

старший преподаватель Алматинского филиала Санкт-Петербургского Гуманитарного университета профсоюзов, магистр социальных наук по специальности «Психология» – руководитель

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ СТАНОВЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИИ КАК НАУКИ И ПРАКТИКИ В СОВРЕМЕННОМ КАЗАХСТАНЕ

Психология как наука и практика уверенно вошла в жизнь современного поколения. Еще не начав изучать ее как учебную дисциплину, мы уже встречали в популярных изданиях, теле- и радиопередачах психологические тесты, рекомендации психологов мужчинам и женщинам, руководителям, их комментарии относительно деятельности известных политиков или рекламируемых услуг по изучению иностранных языков, их отношение к религии, астрологии, другим важным для людей явлениям. Сейчас представляется важным рассмотреть состояние и развитие психологического образования, научной психологии и практики оказания психологической помощи в Казахстане.

Целью данного исследования явился анализ состояния и перспектив развития психологической науки и практики в Республике Казахстан за последние несколько лет.

В настоящее время психология как практическая область становится особо востребованной. Психология помогает решать реальные производственные проблемы, жизненные трудности, помогает человеку правильно выбрать профессию, адаптироваться и в производственном коллективе, и в семье. Она учит человека правильно общаться с руководителями, подчиненными, сослуживцами, близкими людьми.

Также психология играет важную роль в саморазвитии личности. Полученные психологические знания человек примеряет к себе. Например, когда он узнает про темперамент, его типы, особенности, то пробует определить свой тип, когда узнает про виды мышления – пытается понять особенности собственного мышления.

Н.К. Сатыбалдина описывает работу функционирующих групп поддержки, например для трудных подростков и лиц с аддикциями. В городе Алматы насчитывается 9 подобных организаций. Хочется сказать, что достаточно неплохо развито направление гештальт-психологии, НЛП [Сатыбалдина Н.К. Тенденции современной

психологической науки. //Вестник КазНУ. Серия «Психология и социология», 2000, №2, с.33-39]. В этих организациях развита телесно-ориентированная психотерапия, во многих случаях практикуются эриксоновский гипноз и трансперсональная психология. Используется обучение и подготовка детских психологов.

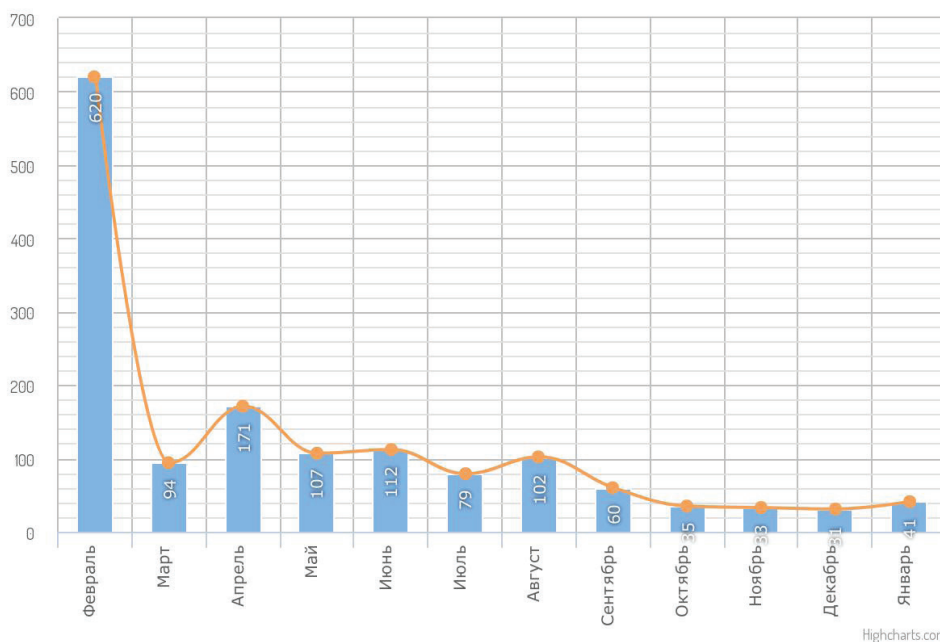
Становление и значение психологии как науки и специальности в Казахстане теснейшим образом связано с первым в республике высшим учебным заведением – Казахским национальным педагогическим университетом имени Абая. Именно в этом учебном заведении была сформирована кафедра психологии, ставшая первым самостоятельным психологическим подразделением в Казахстане. Главную роль в ее создании и развитии сыграл профессор М.М. Муканов, являвшийся ее бессменным руководителем и руководивший ею до конца своей жизни.

В 2019 году подготовка психологов осуществлялась в 33-х учебных заведениях Республики Казахстан, среди которых Евразийский национальный университет имени Л.Н. Гумилёва, Казахский национальный педагогический университет имени Абая, Казахский национальный университет имени аль-Фараби, Университет «Туран», а также другие университеты практически во всех областных центрах Казахстана. Психология как наука и как профессия набирает популярность в стране [Сакпиреева А. Пути развития психологии в Казахстане и ее роль в жизни человека. Алматы, 2013, с.25].

Многие до конца не могут понять, в каких сферах жизни могут быть востребованы психологи. Если в Германии и США практический психолог — одна из самых престижных профессий, то в Казахстане подобной тенденции пока не наблюдается. Диапазон профессиональной деятельности выпускников довольно широк: психолог образования, социальный педагог, специалист по работе с кадрами, психоконсультант, семейный психолог и др.

Еще один вариант — заниматься частной практикой. В сфере развития бизнеса и корпоративной культуры в стране все чаще и чаще руководители многих компаний соглашаются на проведение тренингов для персонала, психологических бизнес-игр, которые способны повысить мотивацию у сотрудников, направить деятельность их на сплоченное сотрудничество и т.д. Психологи в Казахстане всегда смогут найти свое место для деятельности и карьерного роста.

На рисунке, данном ниже, приведена диаграмма динамики количества вакансий психолога в Казахстане за последние 12 месяцев. Наибольшее количество вакансий в феврале прошлого года можно объяснить как открытием новых вакансий, так и выделением дополнительных средств после подведения баланса доходов и убытков предыдущего года. На данный момент на электронной бирже труда 377 вакансий психолога.



Казахстан принимает активное участие в организации конференций по психологии непосредственно в Казахстане и других странах мира.

В апреле 2018 года в Алматы проводился Фестиваль экзистенциальной психотерапии. Экзистенциальная терапия – одна из наиболее современных и бурно развивающихся школ психотерапии.

В 2020 году Образовательным центром «Тарым» в Казахстане будет проводиться Республиканская олимпиада по психологии [Намазбаева Ж.И. Некоторые психологические проблемы развития личности подрастающего поколения// Вестник КазНПУ им.Абая, серия «Психология», 2016, № 4(49), с.45].

Подводя итог вышеизложенному, можно сказать, что именно развитая сеть психологической службы, внедрение передовых психологических технологий, интеграция с лучшими научно-практическими лабораториями мира, с учетом ментальности этноса, с привлечением конкурентоспособных специалистов и ученых могут вывести казахскую психологическую науку на мировой уровень. Здесь важно то, что не нужно кого-то догонять, кого-то обгонять или быть похожим на кого-то, важен отечественный контент со своим этническим лицом, со своим мировоззрением и умозаключением. Казахское психологическое общество, включающее в свои ряды известных ученых-психологов, профессоров, докторов, магистров, опытных и перспективных практикующих психологов, а также представителей других отраслей науки, вполне может справиться с поставленными

задачами не только образования и науки, но и других актуальных проблем общества. Обладая научным и творческим потенциалом, профессиональное сообщество психологов достойно представляет казахстанскую психологическую науку и практику на международных конференциях, симпозиумах, ассоциациях.

В.Д. БУЛАНОВА,

студентка направления подготовки «Психология»

Т.П. ВАСЬКО,

старший преподаватель Алматинского филиала Санкт-Петербургского Гуманитарного университета профсоюзов, доктор философии (PhD) по специальности «Психология» – руководитель

ОСОБЕННОСТИ ВЫБОРА ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ СОВРЕМЕННЫМИ ШКОЛЬНИКАМИ

Ежедневно в современном мире происходит невидимая борьба между корпорациями за способных и талантливых сотрудников в различных сферах трудовой деятельности. Соответственно в этом соревновании заинтересованными лицами выступают не только фирмы, корпорации и работники, но также и высшие учебные заведения, занимающиеся подготовкой кадров. Ведь с появлением Интернета, социальных сетей и неограниченной возможности выбора учебного заведения профориентационная работа приобрела новый особый смысл, направленный не только на выяснение наиболее подходящей профессии, но и также учета основных факторов, которые играют решающую роль при выборе вуза.

Цель данного исследования состоит в том, чтобы обозначить и проанализировать основные характеристики, исходя из которых абитуриент определяется с выбором учебного заведения.

Для начала стоит отметить, что вопросами профориентации люди стали интересоваться с давних времен, но свой расцвет эта область получила только в XX веке. Весьма обширно ее описал Э.Ф. Зеер, освятив в своей работе наиболее значимые прикладные аспекты профориентологии [Зеер Э.Ф. Основы профориентологии. М., 2005, с.157].

Ранние профориентационные работы были направлены на то, чтобы отслеживать изменения тенденций и интересов молодежи в сфере образования. Таким образом, государство могло проводить грамотную кадровую политику и в определенной мере поддерживать рынок труда в равновесии. Помимо этого проведение различных опросов помогало

регулировать количество университетов и различных кафедр в них на территории страны.

В дальнейшем стали подниматься вопросы о психологических предрасположенностях людей к определенному роду занятий [Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. Ростов-на-Дону, 1996, с.509]. Поэтому пришлось разрабатывать различные системы классификаций, способные наилучшим образом охарактеризовать большую группу различных профессий, которые, тем не менее, должны были быть объединены общим признаком.

На сегодняшний день принято считать, что профориентационным методам не хватает конкретики и новизны [Дементьев И.В. Профессиональная ориентация: анализ научных подходов //Научные труды Республиканского института высшей школы, 2008, №11, с.56-62]. Из-за стремительно меняющихся требований и реалий мира разработка оптимальных и валидных методов определения подходящей специальности становится практически невозможна.

Поэтому каждый университет, заинтересованный в потоке новых абитуриентов, старается найти свои способы анализа данных и наиболее выигрышные стратегии привлечения студентов на свои образовательные программы.

Для определения факторов, определяющих выбор вуза и будущей специальности, было проведено анкетирование абитуриентов Алматинского филиала Санкт-Петербургского Гуманитарного университета профсоюзов.

В результате ранжирования факторов, определяющих выбор вуза были получены данные, отраженные в таблице 1.

Таблица 1. Важность факторов, влияющих на выбор абитуриентами вуза

Факторы	Важность в %
Качество образования в вузе	4,8
Престиж и репутация вуза	3,9
Стоимость обучения	3,5
Проходной балл	3,9
Близость к дому	2,7
Квалификация преподавателей	4,6
Отзывы студентов данного вуза	3,7
Мнение моих друзей, знакомых	2,7
Мнение моих родителей, родственников	3,6
Мнение моих учителей	2,3

Анализируя данные вышеприведенной таблицы можно заметить, что двумя основными приоритетами при выборе учебного заведения являются качество образования и квалификация преподавателей. Исходя из этого, можно сделать вывод о том, что абитуриентов достаточно сильно интересует вопрос об уровне знаний, которые они могут получить в данном учебном заведении. Это может говорить о серьезности их намерений в отношении получаемого образования. Наименьшее влияние оказывает мнение учителей, что может говорить о недостаточном авторитете последних среди молодежи.

Данные по результатам анкетирования об источнике информации о деятельности вуза приведены в таблице 2.

Таблица 2. Приоритетные источники информации о деятельности вуза

Источники информации	Приоритет в %
Семья, родители	66
Школа, учителя	7
Представители АФ СПбГУП	21
Наследственные задатки	18
Консультация психолога	10
Художественная литература	4
Сверстники, друзья	17
Материальное положение семьи	24
Средства массовой информации	22
Случайные обстоятельства	29

Исходя из данных таблицы, стоит заметить, что в большинстве случаев об университете абитуриенты узнают в семье или от родителей.

Вторым по значимости фактором являются СМИ, а именно Интернет. Продвижение в различных социальных сетях делает информацию об университете более доступной, а интересная картинка сможет запросто привлечь его внимание.

Всего 21% абитуриентов узнали о деятельности вуза через представителей АФ СПбГУП, занимающихся агитированием в школах и колледжах. Возможно это связано с тем, что такого плана мероприятия проводятся в середине или ближе к концу выпускного года, когда многие школьники уже определились со специальностью и начали усиленную подготовку к сдаче вступительных экзаменов. Смена ориентира во многих случаях невозможна, так как сроки для переподготовки слишком короткие.

В целом на современном этапе развития общества любому учебному заведению стоит прилагать большие усилия для привлечения новых потоков студентов. Наилучшим вариантом может стать презентация через социальные сети или рекламу на популярных сайтах, так как 100% абитуриентов являются Интернет-пользователями. Помимо этого в приоритете должно стоять качество образования и обещание последующих благоприятных перспектив развития, ведь любой студент желает успешно устроиться на работу и приобрести не только теоретические, но и практические навыки работы.

Не следует также забывать о важности благоприятного психологического климата при различных контактах с администрацией, приемной комиссией или при посещении дня открытых дверей.

Подводя итоги можно сказать, что Алматинский филиал Санкт-Петербургского Гуманитарного университета профсоюзов уловил основные молодежные тенденции, благоприятно подстраивается под конкурирующую социальную среду и стремится к улучшению и укреплению своих позиций на рынке труда.

А.В. БУХАРОВСКАЯ,

студентка направления подготовки «Психология»

П.Н. ДМИТРИЕВА,

старший преподаватель Алматинского филиала Санкт-Петербургского Гуманитарного университета профсоюзов, магистр социальных наук по специальности «Психология» – руководитель

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ СТРАХ КАК ПРОЯВЛЕНИЕ БАЗАЛЬНОЙ ТРЕВОГИ: СОВРЕМЕННЫЙ СОЦИОКУЛЬТУРНЫЙ ФЕНОМЕН

Существующие достижения научной рефлексии о природе страха, его функциях, свойствах и особенностях ставит вопрос о его социокультурной обусловленности, основывающейся на ценностных и смысловых ориентирах, которые заданы в данном обществе. Видение опасности в человеческом сознании, по мнению О.С. Фроловой, преломляется через символический мир, основу которого составляет система ценностей [Фролова О.С. Социокультурная динамика концепта страха в западно-европейской истории. Ростов-на-Дону, 2006, с.28]. Актуальность темы заключается в необходимости исследования проявлений экзистенциальных переживаний у современного человека – страхов, тревожности, фрустраций, стрессов и т.п.

Целью данной статьи явилось исследование подходов ученых-представителей экзистенциальной психологии к факторам проявления

и механизмам экзистенциального страха как проявлению базальной тревоги в современных социокультурных условиях.

Экзистенциальная психология уходит глубоко своими корнями в философию существования, которая в качестве основных проблем рассматривала жизнь и смерть человека, одиночество, любовь и жизненные кризисы.

Страх для человека выступает как беспокойство, связанное с угрозой некоторым ценностям и нормам, значимым для индивида. Страх позволяет увидеть опасность и вовремя среагировать на нее, активизируя к действию изменение и регулирование ситуации. В культуре осуществляется процесс «приручения» страхов, поиски высших ценностей, идеалов и целей, которые могли бы дать людям возможность преодоления чувства опасности, нестабильности и трудности жизни [Абдугалимова С.А. Отношение к собственной смерти и переживание страха смерти // Вестник социально-педагогического института, 2012, № 2, с.53].

Впервые Виктор Франкл применил метод парадоксальной интенции при лечении своего пациента, чья жизнь была отравлена постоянным страхом инфаркта, хотя сердце его было совершенно здорово. Франкл концентрировал внимание пациента на этом страхе, заставляя его думать только о нем, настаивая на том, чтобы инфаркт наступил у Франкла прямо в кабинете. И чем больше он настаивал на этом, тем меньше оставалось тревоги: она трансформировалась сначала в ярость, а потом в здоровый смех пациента над собой. В этом и заключается метод парадоксальной интенции: человек избавляется от рефлекса навязчивого состояния и реакции. Когда человеку удастся «заменить» свой страх посредством парадоксального его усиления, он дистанцируется от него, учится смотреть своим страхам в лицо.

Таким образом, человек должен идти навстречу своему страху, должен усилить его до предела. Метод Франкла позволяет довольно успешно бороться со страхами и фобиями, но экзистенциальная тревога ему не поддается, поскольку у нее нет объекта, нечего усилить, не с чем бороться, кроме своего бытия [Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990, с.352].

Франкл предложил свой метод именно в то время, когда впервые стали говорить о «веке тревоги», когда и психологи, и философы обратили внимание на массовый синдром потери смысла жизни, выразившийся в разных формах – от депрессии и наркомании до болезней и суицида. Создавая свой метод, Франкл исходил из убеждения, что смысл жизни, обретение ответственности за себя и за других помогает выжить в любых ситуациях, прожить жизнь с достоинством. Поиск своей индивидуальности, своих ответов на разные

вопросы, своего места в жизни является неотъемлемой потребностью человека.

Будучи представителем экзистенциальной психологии, Франкл не обошел стороной в своих исследованиях понятие свободы, неотъемлемое от философии экзистенциализма. Проводя различие вместе со многими мыслителями между негативной и позитивной свободой, он рассматривает последнюю как признак человека, мужественно принявшего тревогу бытия и ответственность выбора. Экзистенциальный выбор позитивной свободы в его психологических аспектах основательно исследован Ирвином Ялом, Дж. Бьюдженталем, Ролло Мэйем, Сальваторе Мадди.

Недостаточная защищенность населения от негативных явлений порождает у многих тревоги, опасения и страхи за свое будущее. Существенно увеличиваются дезадаптивные расстройства, среди которых страх занимает преобладающее место.

Хронический страх не дает организму нормально функционировать, постоянно вызывая выброс в кровь различных гормонов, таких как адреналин, кортиколиберин, кортизол и др., которые запускают специфические реакции, оказывающие воздействие на весь организм. Такие скачки уровня гормонов могут привести к негативным последствиям для здоровья человека.

Причины следует искать в нашем детстве под таким понятием, как психотравма. Чем младше был ребенок, которому была нанесена травма, тем больше влияния она будет иметь на его поведение и судьбу в целом. Человек погружается в очень тревожное, депрессивное состояние.

Это очень часто бывает у перфекционистов. Они погружаются в страх жизни и так же проживают очень скудную жизнь (как об этом говорилось ранее). Или же впадают в тяжелое, крайнее состояние, когда появляется осознание, что делать нужно все на сто процентов. Однако делать все на сто процентов очень трудно, это слишком сложно. Обычные люди понимают, что это невозможно. Но у перфекциониста есть идея, что это возможно, просто очень сложно и жизнь настолько трудна, что в принципе проще покончить с собой. И это является одним из суицидальных мотивов, что жизнь сложная, намного проще ее просто закончить. Такие мысли возникают у многих перфекционистов и являются своего рода депрессивным состоянием. Но на самом деле такие мысли являются опасными [Пошивалов В.П. Биологические и этолого-фармакологические аспекты агрессии, страха и тревоги. //Успехи современной биологии, 2019, вып. 2(5), с.289-298].

Различные негативные мысли, потеря смысла жизни и панические атаки обычно выявляются с помощью сеансов гипноза, во

время которых можно заглянуть внутрь подсознания и найти корень, породивший рост фобии. Тревоги и чувство отчаяния могут как проговариваться во время бесед с психологом, так и лечиться с помощью успокоительных препаратов на растительной основе. Если депрессии носят разрушительный характер и сопровождаются тяжелыми мыслями о суициде, то возможно рассмотреть применение медикаментозной терапии. Несмотря на некоторые побочные эффекты, они позволяют справиться с тревожным состоянием пациента и побороть различные страхи. Им необходимо как психотерапевтическое лечение, так и лекарственная терапия, обеспечивающая успокоительный эффект.

Самым главным моментом в данном страхе является сама идея смерти как спасения. Именно идея смерти и конечности жизни открывает для человека возможность действовать, творить, достигать.

Таким образом, человек в современном мире испытывает на себе глобальные вызовы и угрозы современности, обусловленные изменением условий существования общества. Одним из условий преодоления экзистенциальных страхов является обретение смысла, который может меняться на разных этапах жизненного пути. Экзистенциальная психотерапия – один из эффективных инструментов профессиональной помощи и поддержки в трудных жизненных ситуациях.

Е.О. ГАДАЕВА,

студенка направления подготовки «Психология»

Ф.Р. ФАЙЗУЛИНА,

доцент Алматинского филиала Санкт-Петербургского Гуманитарного университета профсоюзов, кандидат биологических наук – руководитель

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИВНОСТИ У ПОДРОСТКОВ ПОСЛЕ СЕРИАЛОВ В ЖАНРЕ КОМЕДИИ И ТРИЛЛЕР

В современном мире многие из нас стали заложниками сериалов. Это подтверждают результаты опроса, проведенного Л.О. Поповой, О.В. Ромахом. Выяснилось, что все респонденты считают телесериалы важными в массовой культуре [Попова Л.О., Ромах О.В. Феномен телевизионных сериалов в современной массовой культуре. Тамбов, 2008, с.27].

В фильмах и сериалах часто поднимаются актуальные вопросы, которыми задавалось не одно поколение. Сериалы помогают нам луч-

ше понять себя и окружающую культуру. Они формируют ценности, модели поведения.

Особенно сильное влияние телесериалы оказывают на подростков. Незрелая психика молодых людей просто не способна вовремя остановить непрекращающийся поток информации. Поэтому цель данной работы – изучение особенностей проявления агрессивности у подростков от 13 до 18 лет, увлеченных жанрами комедия и триллер.

Подростковый возраст – это переходный период развития от детства к зрелости, который характеризуется самыми интенсивными биологическими и социальными изменениями.

Для проверки того, что существует качественное различие в проявлении агрессивности у подростков, увлечённых жанрами комедия и триллер, использовались методики: тест внутренней (скрытой) агрессивности (С. Дейхофф) и тест агрессивности (опросник Л.Г. Почебут), а также шкалы стиля поведения в конфликтных ситуациях [Виневская А. Практические материалы для педагогов, реализующих инклюзивное образование. М., 2015, с.172].

Телесериал – это художественное или документальное произведение, состоящее из нескольких серий продолжительностью от двадцати минут до получаса. В проведенном исследовании сопоставляются два популярных среди подростков жанра – триллер и комедия. Комедия – один из самых популярных направлений, по мнению А. Акопова [Акопов А. Сериал как национальная идея. //Искусство кино, 2000, №2, с.9]. Это жанр художественного произведения, главной задачей которого является вызвать смех или улыбку у зрителей с помощью различных приемов. Триллер – один из жанров литературы и кинематографа, цель которого вызвать у зрителей или у читателей тревогу или страх. Жанр не имеет границ и часто имеет элементы боевика и ужасов.

Существует множество определений агрессивности у разных авторов. Например, Татьяна Авдулова определяет ее как «набор преимущественно межличностных действий, вербальных или физических по форме, деструктивных и вредоносных по отношению к другим людям или предметам» [Авдулова Т. Агрессивность в подростковом возрасте. М., 2018, с.7]. Агрессивность – относительно устойчивое свойство личности, а также вспомогательный инструмент, помогающий защитить себя и других людей от внешнего воздействия.

Проведя методику С. Дейхоффа, были получены следующие результаты, представленные на рисунках 1 и 2.



Рисунок 1. Общй показатель внутренней (скрытой) агрессивности у подростков, увлекающихся жанром триллер

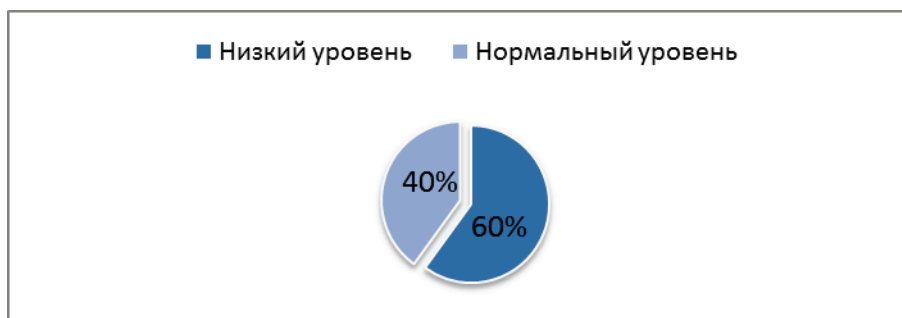


Рисунок 2. Общй показатель внутренней (скрытой) агрессивности у подростков, увлекающихся жанром комедия

На рисунке 1 видно, что у 33% опрошенных, увлекающихся жанром триллер, нормальный уровень агрессивности; у 47% – повышенный уровень, а у 20% – высокий; отсутствуют респонденты с низким уровнем.

На рисунке 2 показано, что 40% респондентов, смотрящих жанр комедия, имеют нормальный уровень внутренней агрессивности, а у 60% – низкий уровень. Среди опрошенных нет ни одного человека с высоким или повышенным уровнем.

Проанализировав полученные результаты по методике С. ДейхOFFа, можно сделать вывод о том, что общй показатель внутренней агрессивности у людей, увлекающихся жанром комедия, ниже, чем у людей, которые смотрят жанр триллер.

Вторая проведенная методика, тест агрессивности (опросник Л.Г. Почебут), выявляет уровень агрессивности, измеряемый по пяти показателям: вербальная агрессия (ВА); физическая агрессия (ФА); предметная агрессия (ПА); эмоциональная агрессия (ЭА); самоагрессия (СА) (средние показатели представлены в таблице ниже).

Жанр	ВА	ФА	ПА	ЭА	СА	Общий балл
Триллер	3,9	3,06	3,06	4,0	5,6	19,7
Комедия	3,0	0,8	2,0	1,1	2,9	10,0

Средние показатели агрессивности ниже у тех, кто предпочитает комедии и выше у другой группы. Общий показатель агрессивности любителей триллеров почти в 2 раза больше первой группы. Чаще всего подростки склонны выражать свое агрессивное поведение вербально или направляя его на себя, что доказывают высокие результаты по этим двум шкалам у двух групп.

В результате исследования было установлено, что средний показатель агрессивности у подростков, увлеченных сериалами жанра комедия, ниже, чем у тех, кто любит триллер. Однако, несмотря на это, сложно сказать, это сериалы оказывают влияние на агрессивность или же подростки из-за своей агрессии выбирают жестокие фильмы, с элементами ужасов. Также исследование показало, что независимо от жанра, молодое поколение предпочитает выражать свою агрессию вербально или направляет ее на себя.

Для благоприятного прохождения этого возрастного периода требуется внимание родителей и их контроль, чтобы они, в свою очередь, берегли еще хрупкую психику подростков от негативного воздействия и жестоких сцен. А это исследование послужит базой для глобального изучения влияния сериалов на подростков.

А.С. ЕРМАХАН,

студент направления подготовки «Режиссура игрового кино» Казахской национальной академии искусств имени Т.К. Жургенова

М.В. СОЛОВЬЁВА,

профессор кафедры звукорежиссуры и операторского искусства Казахской национальной академии искусств имени Т.К. Жургенова – руководитель

КИНЕМАТОГРАФИЧЕСКОЕ ОТРАЖЕНИЕ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В ШКОЛАХ КАЗАХСТАНА

Мы вступили в XXI век, но во многих школах Казахстана действуют порядки первобытного общества с обязательной системой «инициации мужчины». Страдают ученики младших классов, калечится психика, ломаются судьбы, но общество словно не замечает проблему. Наша цель - привлечь внимание к девиантному поведению подростков в казахстанских школах.

Время от времени новостные каналы телевидения и радио, а также Интернет сообщает о вопиющих случаях насилия в школах Казахстана. Уже не секрет, что на протяжении пары десятилетий школьники подвергаются насилию со стороны и старшеклассников, и тех, кто давно окончил школу. Хотя большинство из них не по своей воле становится частью криминального мира, но мало тех, кто в подростковом возрасте находит в себе силы вырваться из этого постоянного ужаса. Школьная дедовщина – это проблема, которой охвачено казахстанское общество. Переходя в 8 класс, 12-13-летним мальчишкам внушают, что не пройдя через этот рубеж, не станешь мужчиной. Мальчики, которые еще не могут определиться с выбором между колой и фантой, вынуждены принять «систему»: каждого ждет мучительный год, наполненный физическим и моральным унижением. Приняв это, перенимая уже знакомые паттерны, они сами потом наносят увечья младшим.

Но это не путь становления мужчины, а деградация. И деградация всех без исключения, так как: обо всем, что происходит в школе, знают или догадываются родители; максимально скрывают происходящее дети, боясь, что их никогда не примут в коллективе на равных. Каждый боится быть изгоем в своей социальной среде. И другого выбора им просто не оставляют.

Первый месяц в системе идет изучение «тюремных понятий». Задаются вопросы: «Кто ты по жизни? Среди мужиков ты кто?». В каждом классе выбирают «рулевого» и «шарящего». Каждую неделю мальчишек «грузят» на определенную сумму. Школьникам трудно достать деньги, особенно в аулах. И ночью все «выходят на добычу». Крадут сено, уголь, зерно, потом продают другим. И люди все равно покупают это, прекрасно зная, откуда это и для чего.

В 2013 году по социальным сетям быстро разлетелось видео: в городе Темиртау в общеобразовательной школе была зарегистрирована драка школьников, где в процессе драки один из школьников вытащил из кармана нож. В том же году в одной из школ города Талгар Алматинской области ученик 10-го класса Абу Аханулы рассказал порталу «Азаттык», с какими жестокими «правилами» сталкиваются ученики, какие негласные «отметания» существуют и за что бьют его сверстников [URL: <https://rus.azattyq.org>].

В 2019 году в начале декабря 15-летний Дамир Серикулы, ученик 8-го класса Алматинского интерната для слабобидящих, ушел из дома, почти неделю скитался по городу, а потом сообщил корреспондентам: «Я не смог больше терпеть издевательства старшеклассников. Они приводили меня в туалет и били там. Заставляли бегать по их делам, в магазин или убираться за ними. Так делали не только мне,

всем доставалось. Учителя, воспитатели меня постоянно обзывали, оскорбляли и смеялись надо мной. Тупым, жалким и никчёмным называли. Я от всего этого хотел повеситься, не получилось. Потом искал стройку и хотел оттуда спрыгнуть. Но не нашёл места» [URL: <https://www.ktk.kz/ru>].

Деятели кино не прошли мимо этой проблемы, и молодое поколение кинематографистов Казахстана поднимают тему подростковой жестокости. В той или иной мере режиссеры С. Апрымов, Ж. Исабаева, Ш. Уразбаева, Е. Турсунов затрагивают образ ребенка и подростка в своих фильмах. В 2013 году на экраны вышел фильм Эмира Байгазина «Уроки гармонии», получивший приз «Серебряный Медведь» на Берлинском кинофестивале класса А за операторскую работу Азиза Жамбакиева. В этой тончайшей картине о насилии и жестокости режиссер говорил со зрителями о том, что мы теряем человечность, и одна из ярко выраженных проблем, поднимаемых в фильме, – дедовщина в школах Казахстана. Это обращение как к молодому поколению, так и ко взрослым. Фильм раскрывает механизмы, как подобные случаи происходят в современном казахстанском обществе. Хотя не все оценили такой подход, и, например, бывший министр культуры и спорта Республики Казахстан А. Мухамедиулы заявил, что работа режиссера негативно влияет на имидж страны и относится к списку фильмов, «позорящих Казахстан» [URL: <https://www.ktk.kz/ru>].

В фильме «Районы» Акана Сатаева действие разворачивается в конце 80-х годов XX века, но «система» устроена почти по тем же принципам, что и сейчас, то есть «деление на районы, стрелки и старшаки», хотя фильм как бы больше посвящен «пацанским движениям», когда надо держать слово, помогать друзьям, не прощать врагам и т.д.

К сожалению, обобщая все изученное и вышесказанное, мы можем констатировать, что случаев подростковой жестокости и насилия в стране тысячи, и иногда мы о них даже не подозреваем. С каждым годом в общеобразовательных школах Казахстана дедовщина только усиливается, девиантность подростков стала нормой. Государство пока ни разу не заинтересовалось статистикой этих явлений в школах страны. Лишь малая часть из тех, кого избивают, становятся образцовыми членами общества. Большинство остаются без образования, становясь чернорабочими, и их численность с каждым годом растет. А некоторых ждет тюремное заключение. И этот бесконечный круг только набирает обороты. Однако проблема существует и ее надо решать.

А.М. ЖАНАБИЛ,

студентка направления подготовки «Психология»

Г.О. АБДУЛЛАЕВА,

доцент Алматинского филиала Санкт-Петербургского Гуманитарного университета профсоюзов, кандидат педагогических наук – руководитель

ВЗАИМОСВЯЗЬ ОСОБЕННОСТЕЙ ТИПОВ ОТНОШЕНИЙ К ОКРУЖАЮЩИМ И УРОВНЯ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ

В XXI веке компьютеризация и Интернет стали неотъемлемыми частями нашей жизни – в совокупности они представляют источник огромного количества информации и коммуникации, а также информационных технологий. Но вместе с ним появились и отрицательные стороны этого прогресса, которые в первую очередь негативно отражаются на полноценном физическом и личностном развитии подрастающего поколения. Проблема Интернет-зависимости современной молодежи стала очень актуальна в эпоху научно-технологической, компьютерной революции.

Если предыдущее молодое поколение, в частности студенты, общались и получали информацию с помощью книг, а также в ходе непосредственного общения с окружающими, то современный студент получает практически всю информацию через видеоряд (телевидение, видео, компьютер). Современные студенты привыкают справляться с получаемым потоком информации в довольно быстром темпе. Им удается распознать нужную информацию, уловить ее содержание и осуществить выбор наиболее интересной на данный момент времени.

Современные социальные сети стали неотъемлемой частью жизни не только детей, но и большинства взрослых людей. Они позволяют быть мобильным, всегда находиться в курсе происходящих событий, быстро обмениваться необходимой информацией, значительно расширить социальные контакты и т.п. [Арестова О.Н. Мотивация пользователей Интернета //Гуманитарные исследования в Интернете. М., 2000, с.178]. Однако чрезмерное увлечение компьютером и сетью Интернет может привести к Интернет-зависимости. В этом и заключается актуальность настоящего исследования.

Целью данного исследования является изучение взаимосвязи особенностей типов отношений к окружающим и уровня Интернет-зависимости у студентов медицинского университета.

Известно, что А. Голдберг в 1995 году представил набор диагностических критериев для определения зависимости от Интернета, а в 1996 году ввел термин «Интернет-зависимость (или Интернет-ад-

дикция)», чтобы описать необъяснимо долгое прохождение времени в Интернете. Интернет-зависимость он понимает как «оказывающую пагубное воздействие на бытовую, учебную, социальную, рабочую, семейную, финансовую или психологическую сферы деятельности» [Кузнецова Ю.М. Психология жителей Интернета. М., 2011, с.51].

Стоит отметить, что зависимость от Интернета не является самостоятельным заболеванием и не входит в состав психических расстройств, а остается лишь феноменом. При этом он входит в состав одной из форм деструктивного поведения, который наносит урон межличностным отношениям.

Интернет-зависимое поведение – это одна из форм деструктивного поведения, выражающаяся в стремлении к уходу от реальности путем постоянной фиксации внимания на определенных видах деятельности, что сопровождается сильными эмоциями [Кузнецова Ю.М. Психология жителей Интернета. М., 2011, с.73]. Такое поведение заменяет людям дружбу, отношения, не только любовные, но и семейные, и другие виды активности в социуме. Тем самым, люди с зависимостью теряют способность получать удовольствие от общения с людьми, саморазвития, эмоциональной поддержки и так далее. В итоге возникают трудности в общении и взаимодействии с другими людьми [Войскунский А.Е. Актуальные проблемы зависимости от Интернета. //Психологический журнал, 2004, Т.25, №13, с.56].

На основе проведенного анализа существующих исследований выделены следующие характеристики Интернет-зависимости:

- пренебрежение важными вещами в жизни;
- разрушение отношений аддикта со значимыми людьми;
- скрытность или раздражительность;
- чувство вины или беспокойства относительно этого поведения;
- безуспешные попытки бороться с аддиктивным поведением

[Кузнецова Ю.М. Психология жителей Интернета. М., 2011, с.25].

Нами было проведено эмпирическое исследование с помощью следующих диагностических методик:

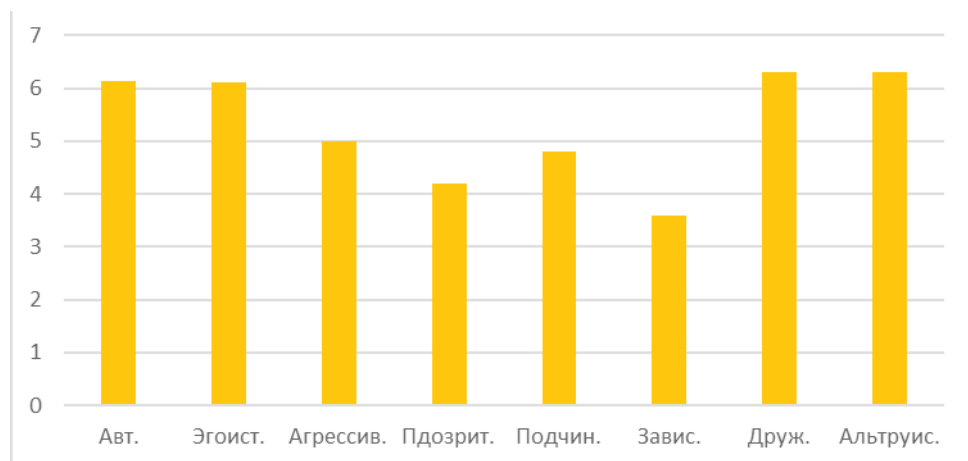
1. Тест на определение Интернет-зависимости Кимберли Янга.
2. Методика диагностических межличностных отношений Лири.
3. Тест на оценку уровня общительности и коммуникативности Ряховского.

Мы опросили 30 студентов Казахского национального медицинского университета имени С.Д. Асфендиярова в возрасте 18-23 лет.

Обобщенные результаты исследования особенностей типов отношений к окружающим и уровня Интернет-зависимости у студентов медицинского университета следующие:

Исследуемая группа	Тест на определение Интернет-зависимости Кимберли Янга	Методика диагностических межличностных отношений Лири	Тест на оценку уровня общительности, коммуникативности Ряховского
Студенты Казахского национального медицинского университета имени С.Д. Асфендиярова	33,6	5,3	27,6

Распределение студентов Казахского национального медицинского университета имени С.Д. Асфендиярова по типам отношения к окружающим было получено следующее:



Обобщая результаты, можно сделать вывод, что у испытуемых Интернет-зависимость и общительность находятся на среднем уровне. Преобладают такие типы отношений, как дружелюбие и альтруистичность. Расчет коэффициента корреляции Спирмена показал, что имеется взаимосвязь между уровнем Интернет-зависимости и особенностями типов отношений к окружающим у опрошенных студентов на уровне значимости $p \leq 0,05$.

Полученные результаты (средний уровень Интернет-зависимости) дают основание полагать, что студенты, в силу специфики профессиональной направленности, больше времени уделяют учебе и оказанию помощи другим.

К.Д. ЖЕЛНИНА,

студентка направления подготовки «Психология»

Т.П. ВАСЬКО,

старший преподаватель Алматинского филиала Санкт-Петербургского Гуманитарного университета профсоюзов, доктор философии (PhD) по специальности «Психология» – руководитель

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АБИТУРИЕНТОВ

Каждый человек сталкивался и сталкивается с различными психологическими проблемами, и абитуриенты – не исключение. Приближение к границе подросткового возраста и юности у молодежи формирует такие навыки, как самостоятельность, ответственность за свои поступки и их выбор, взаимодействие с противоположным полом, но на первый план в данный возрастной период выступают сложности с определением будущей профессии, выбором вуза, подготовкой и сдачей вступительных экзаменов, что обуславливает актуальность нашего исследования.

Целью данной работы явилось изучение мнения современных абитуриентов о наличии у них психологических трудностей и необходимости психологического сопровождения в данный период.

Глобальное развитие Интернета в современном обществе дает доступ к любым знаниям, необходимым для молодежи, однако «великий алтарь знаний» не может научить их общению, а даже наоборот – лишает его. Социальные сети популярны среди всех возрастов, но больший интерес приходится на возраст 14-18 лет, соответственно современные подростки и абитуриенты с детства пользуются Интернетом, имея большой опыт в онлайн-общении. Коммуникация при помощи социальных сетей заменяет живое взаимодействие, что сказывается на коммуникативных способностях. Человечество с каждым этапом развития технологий все больше лишает себя важнейших навыков: красноречия, емкости памяти, индивидуальности, права личного мнения [Медведев В.П., Банайтис Н.Г. Психологическое сопровождение подготовки специалистов в среднем профессиональном учебном заведении. //Современные наукоемкие технологии, 2006, №3, с.87-88].

Все юноши и девушки достигают важного, сложного и переломного периода их жизни – окончание школы и выбор профессии. Затруднение данного процесса происходит по еще одной причине – подростковый возраст. Это трудный возрастной период,

когда молодые люди находятся в поисках себя, отдаляясь от родителей и противодействуя им. В этот период эмоциональное состояние подростков нестабильно, они открыто конфликтуют со сверстниками, членами семьи и даже авторитетами. Это обосновывается повышенным уровнем самостоятельности и независимости, которые они хотят получить и закрепить. Подросток доказывает родителям и окружению, что способен совершить выбор автономно и безошибочно. Однако наступает момент сомнений, когда крайне важна поддержка и опора со стороны взрослого человека или психолога [Баранов А.А., Щеплягина Л.А. Проблемы подросткового возраста. М., 2003, с.477].

Психологическое сопровождение – это профессиональная консультация с психологом, которая направлена на создание социально-психологических условий для полноценного обучения и развития ребенка, подростка и молодежи, в условиях их среды обучения. К задачам психологического сопровождения относятся:

- оказание психологической поддержки и помощи учащемуся для решения волнующих задач, профориентации;
- развитие психолого-педагогической компетентности учащихся;
- психологическое обеспечение образовательных программ.

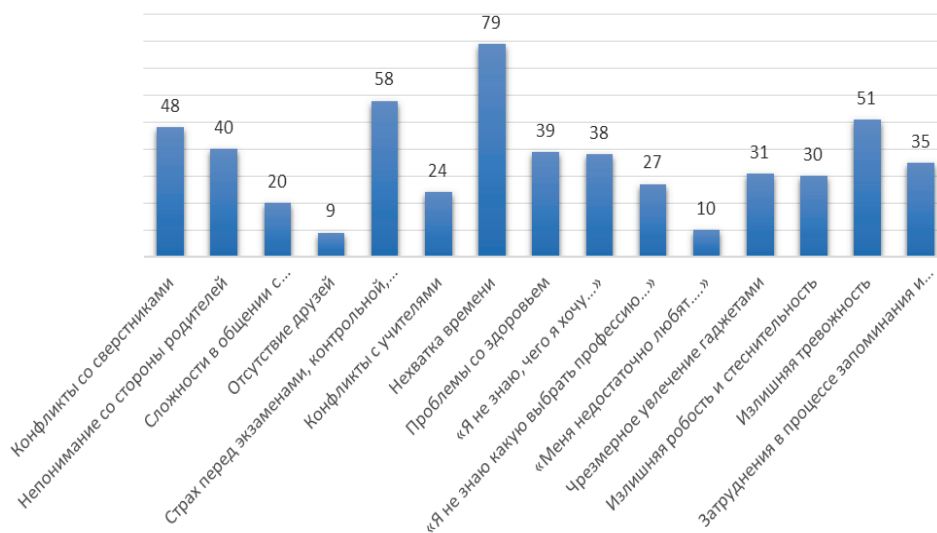
На сегодняшний день вопрос психологического сопровождения является не только актуальным, но и важным компонентом образования. Парни и девушки, поступившие в среднее или высшее учебное заведение, оказываются в новой среде среди незнакомых людей, что вызывает у них чувства дезориентации, неопределенности, повышенной тревожности и некоторого стеснения [Бильданова В.Р., Григорьева О.Ф. Психологическое сопровождение. //Международный журнал экспериментального образования, 2014, №6(11), с.78-79]. Необходимо изучить, какие факторы являются трудными для современных абитуриентов, и нуждаются ли они, по их мнению, в психологическом сопровождении.

Было проведено анкетирование, в котором приняло участие 100 абитуриентов Алматинского филиала Санкт-Петербургского Гуманитарного университета профсоюзов.

Анкета состояла из 15 ситуаций, среди которых участникам необходимо было выбрать те, с которыми они встречались за последние 3 года. Следующим этапом было изучение интересов и необходимости психологического сопровождения.

Было выявлено, что у 48% опрошенных существует конфликт со сверстниками, 40% ощущают непонимание со стороны родителей, 20% испытывают сложности в общении с противоположным полом, 9% не имеют друзей, 58% испытывают страх перед экзаменами, 24%

конфликтуют с учителями, 79% видят проблему в нехватки времени, 39% имеют проблемы со здоровьем, 38% не знают, чего они хотят, 27% не могут выбрать профессию, 10% утверждают, что их недостаточно любят, 31% чрезмерно увлечены гаджетами, 30% имеют излишнюю робость и стеснительность, 51% испытывают излишнюю тревожность, 35% испытывают различные затруднения, что наглядно видно на графике:



Исходя из полученных данных можно выявить, что современные абитуриенты больше всего страдают от нехватки времени, страха перед экзаменами, излишней тревожности и конфликтов со сверстниками. Это, предположительно, зависит от переломного момента в их жизни, сдачи вступительных экзаменов и поступления в университет.

Во второй части тестирования обсуждался вопрос необходимости психологического сопровождения во время обучения. Результаты показывают, что 80% опрошенных уверены в необходимости психологической поддержки, а 20% – не нуждаются в ней.

Таким образом, подводя итоги можно сделать вывод: современные абитуриенты имеют разные трудности на своем жизненном пути и нуждаются в их решении при помощи психологического сопровождения, которое может предоставить им учебное заведение, в котором они обучаются. Следовательно, каждое учебное заведение должно иметь в штате сотрудников психолога, как действующего специалиста.

Т.М. НАГУМАНОВА,

студентка направления подготовки «Музыкальная звукорежиссура» Казахской национальной академии искусств имени Т.К. Жургенова

А.Т. МЫРЗАШЕВА,

доцент кафедры звукорежиссуры и операторского искусства Казахской национальной академии искусств имени Т.К. Жургенова – руководитель

ПРЕДВЗЯТОЕ ОТНОШЕНИЕ К МЕНТАЛЬНОМУ ЗДОРОВЬЮ ЧЕЛОВЕКА

С распространением Интернета все больше людей находят доступ к информации, которая была недоступна еще полвека назад. Депрессия, тревожность, расстройства пищевого поведения стали открыто обсуждаться, а это значит, что люди становятся осведомленнее и знают, как поступать, если кто-то страдает от психологических расстройств. Наша цель – показать важность открытого обсуждения психологических расстройств и системы диагностики человека.

С прогрессом техники, темпа жизни и социальных обязанностей люди часто доводят себя до изнеможения, пытаясь успеть везде. Конечно, стремление быть хорошим во всех сферах своей жизни достойно похвалы. Но если человек не знает, как остановиться, это приводит к выгоранию, и тогда нужна помощь профессионального психолога. И об этом должно быть не стыдно говорить.

Многие психологические диагнозы, такие как депрессия, выгорание, тревога, панические атаки, остаются незамеченными, потому что человек не знает, что с ним что-то не так, а если понимает, что он не совсем здоров, то боится прибегнуть к помощи, потому что это дорого, далеко от дома, странно в глазах других и т.д. и т.п.

Дети также в зоне риска – в школах на 2500-3000 учеников приходится один психолог, и к нему отправляют только тех детей, у кого экстремальные отклонения в психике, а это либо дети из неполных семей, либо пережившие домашнее насилие, либо плохое поведение. И складывается мнение, что если ты ходишь к психологу, значит, у тебя что-то не так с головой или что ты чересчур агрессивен, следовательно, должен быть изолирован. И ребенок, посещающий психолога, в глазах одноклассников выглядит странным и опасным. И все те, кому также необходим психолог, не хотят подвергаться троллингу со стороны ровесников, и даже не пытаются обратиться за помощью.

Но что если бы мы стали больше обращать внимания на ментальное здоровье каждого человека? В первую очередь надо понять и принять, что проблема существует. Помощь психиатра

нужна не только хулиганам, но и детям, чьи родители требуют от них слишком многого и наказывают побоями. Помощь нужна детям, над которыми издеваются, потому что это самая распространенная причина психологических осложнений во взрослой жизни. Помощь нужна троюбникам, которые понимают, что если они не хороши в математике, то у них есть другие таланты, и их надо найти. Помощь нужна тем, кто доучился до двенадцатого класса, но так и не знает, чем он будет заниматься.

У взрослых проблем еще больше – это и токсичные отношения с родственниками, и боязнь ответственности во взрослой жизни, и отсутствие мотивации или вдохновения, и стресс от зарабатывания денег для оплаты счетов, ухода за машиной, обслуживания кредитов. И психологи помогут успокоиться, найти правильный ритм жизни и понять, как действовать дальше. Всегда есть выход, и признание проблемы – это первый шаг к ее решению. Нужно не бояться говорить о ментальных проблемах между детьми, подростками и взрослыми. Нужно поощрять стремление человека к решению проблем. Психолог нужен каждому, но никто не хочет признаваться в этом. И над этим предвзятым отношением надо работать. Многие, узнав про то, что человек посещает психолога, начинают думать, что человек слишком сложен для понимания и лучше к нему не приближаться. На самом деле каждый из нас – человек с глубоким и сложным внутренним миром, и к каждому нужен индивидуальный подход.

Культура является отражением общества, и когда тема психологических расстройств повышается, то повышается и спрос на фильмы, в которых достоверно передаются истории того или иного психологического расстройства. Высокий уровень психологической помощи в США содействует появлению кинопродукции, основанной на реальных исследованиях всего спектра проблем психического здоровья человека. Одним из самых ранних примеров можно назвать американский фильм «Клуб «Завтрак» (1985), в котором рассказывается история группы школьников-подростков, которых наказывают за провинности: они должны провести весь день субботы в библиотеке и написать эссе на тему «Как вы думаете, кто Вы». Подростки постепенно открываются друг другу, рассказывая о своих проблемах в школе, семье, среди друзей. Так как группа школьников разнородная по своему составу, то зритель наблюдает спектр проблем, с которыми и по сей день сталкиваются молодые люди: физическое насилие в семье, нехватка внимания среди ровесников, сексуальные домогательства, стресс и тревога, вызывающие обязанность соответствовать стандартам общества.

Из многочисленных фильмов про психологические расстройства стоит выделить «Мальчик, который умел летать» (1986) и «Прерванная жизнь» (1999) про булимия и сексуальное насилие; «Игры разума» (2001) про шизофрению; «Вероника решает умереть» (2009) про депрессивное расстройство; «Черный лебедь» (2010) про перфекционизм, навязчивые мысли и галлюцинации. Фильм «До костей» (2017) сфокусирован на расстройстве пищевого поведения под названием анорексия, вызванном более глубокими проблемами отношений главной героини с ее матерью.

С появлением сервисов по показу сериалов выросла и их популярность. Одной из самых просматриваемых и обсуждаемых молодежью психологических драм на данный момент является американский сериал «13 причин почему» (2017-2019), в котором главная героиня ведет повествование в форме закадрового рассказа. Девушка покончила жизнь самоубийством и оставила после себя 13 записей, адресованных тем людям, которые, по ее словам, довели ее до суицида.

Многие кинокартины, посвященные теме психических расстройств, оставляют ощущение меланхолии и подавленности, но в то же время они рождают мысль о том, что все можно было бы изменить, будь у людей возможность поговорить с кем-то, высказаться о проблемах и найти утешение хотя бы у одного человека, который готов выслушать и дать совет. Кто должен учить ребенка чувству собственного достоинства? Конечно, первыми об этом должны сказать родители, но если ситуация в доме не совсем благоприятна, и ребенок не знает ориентиров, то психолог должен быть запасным вариантом для сложных случаев. Семейный психолог может быть полезен для родителей, которые не полностью осознают свою роль в жизни ребенка, но точно знают, что хотят воспитать хорошего сына или дочь. Быть может, у этих родителей не было примера хорошего воспитания по отношению к себе. Помощь психолога здесь просто необходима.

Таким образом, мир, где люди живут счастливо, едины в высокой морали, без искушений, коррупции, ненависти или зависти, называется утопией. В таком мире процветают все сферы жизни – здоровье, семья, работа и друзья. И пусть утопия считается продуктом научной фантастики, фикцией, это не должно останавливать нас на пути к благополучию как собственному, так и всеобщему. Всем знакомо выражение: если хочешь изменить мир, сперва измени себя. И поэтому нам непременно нужен проводник в мире человеческого разума, способный решить проблему предвзятого отношения к психическому здоровью.

Е.С. ПОНОМАРЕВА,

студентка направления подготовки «Психология»

Л.О. САРСЕНБАЕВА,

профессор Алматинского филиала Санкт-Петербургского Гуманитарного университета

профсоюзов, кандидат психологических наук – руководитель

ТЕМПЕРАМЕНТ И ХАРАКТЕР: ПРОБЛЕМА НОРМЫ И ПАТОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ

В процессе общения и взаимодействия людей проявляются индивидуально-психологические свойства личности, такие как темперамент и характер, которые во многом определяют эффективность коммуникаций. Проблема нормы и патологии темперамента и характера интересовала ученых с древних времен и не теряет своей значимости до настоящего времени. Ее актуальность обосновывается необходимостью учета различных аспектов индивидуальных проявлений личности в процессе диагностики и психологической коррекции ее поведения.

Целью данной работы явилось изучение основных подходов к исследованию проблемы нормы и патологии темперамента и характера личности.

По роду деятельности психологи сталкиваются с разными людьми, в том числе с теми, чьи ярко выраженные черты характера могут мешать им в общении с окружающими. Кроме того, в повседневной жизни мы часто сталкиваемся с людьми, чьи черты характера более ярко выражены, чем у других. Иногда характерологические проявления отдельных индивидов не вписываются в рамки общепринятого поведения в обществе и их принимают за психически нездоровых. С позиции клинической психологии подобные проявления могут быть отнесены к акцентуациям, дисгармониям, пограничным состояниям, психопатиям, патологиям личности.

Проблема нормы считается достаточно сложной. Так, известный психиатр П.Б. Ганнушкин утверждал, что «гармонические натуры по большей части есть плод воображения» [Ганнушкин П.Б. Клиника психопатий: их статистика, динамика, систематика. Н. Новгород, 1998, с.4].

Одним из вариантов нормы ученые считают акцентуации характера и темперамента. К. Леонгард под акцентуациями понимал крайний вариант нормы, обостренность одной из черт характера: «Акцентуация всегда в общем предполагает усиление степени определенной черты. Эта черта личности, таким образом, становится акцентуированной» [Леонгард К. Акцентуированные личности. М., 1999, с.10]. Ученый выделял следующие основные типы акцентуаций характера:

- истероидный тип характеризуется демонстративным поведением, любит находиться в центре внимания, ждет от окружающих подтверждения его качеств, способностей, ищет поддержку;

- гипертимный тип отличается повышенным фоном настроения, высокой степенью рискованного поведения, ждет признания его успехов и талантов, в компании всегда лидер;

- астеноневротический тип быстро утомляется от общения, истощается от активной деятельности, становится раздражительным и нервным;

- психастенический тип склонен к сомнениям, мнительности, нерешительности, самоанализу и тревожности;

- шизоидный тип интровертирован, увлечен собственными размышлениями, эмоционально беден, не умеет устанавливать доверительные отношения;

- сенситивный тип эмоционально чувствителен, впечатлителен, часто переживает чувство собственной неполноценности, обидчив;

- эпилептоидный тип часто эмоционально возбудим, педантичен, придирчив, склонен к застреваниям, не любит перемен в деятельности;

- инфантильно-зависимый тип эмоционально незрелый, напоминает по поведению подростков более младшего возраста, отличается безответственностью;

- неустойчивый тип характеризуется слабой волей, внушаемостью, конформностью поведения, тягой к новым впечатлениям и праздному образу жизни.

Кроме этих типов автором были выделены два типа акцентуаций темперамента: экстравертированный и интровертированный.

А.В. Личко выделяет две степени выраженности акцентуаций:

1) явная акцентуация — крайний вариант нормы, где акцентуированные черты характера достаточно выражены в течение всей жизни и компенсации не происходит даже при отсутствии психических травм;

2) скрытая акцентуация — обычный вариант нормы, при которой акцентуированные черты характера проявляются в основном при психических травмах, но не приводят к хронической дезадаптации [Личко А.Е. Психопатия и акцентуация характера у подростков. М., 1983, с.7].

В отличие от акцентуаций, психопатии относятся к патологическому формированию личности. П.Б. Ганнушкин сформулировал три критерия психопатии:

1) врожденный характер либо рано сформировавшаяся психопатия, которая стабильно проявляется в течение длительного времени и не сглаживается с возрастом;

2) патология характера, которая проявляется во всех жизненных сферах: в семье, на работе, в общественных местах; психопаты проявляют свои черты всегда и везде;

3) в социуме психопаты отличаются дезадаптивным поведением, что приводит к конфликтам, нарушениям общественного порядка и закона; подростки становятся правонарушителями, систематично попадают в трудные ситуации.

В случае акцентуаций характера может не быть ни одного из перечисленных признаков или по крайней мере их совокупности. Акцентуация характера проявляется только на отдельных этапах развития личности, чаще всего в подростковом возрасте, а при взрослении сглаживается. Кроме того, черты акцентуированного характера проявляются не в любой обстановке, а только в особых условиях. Социальная дезадаптация при акцентуации либо не наступает вовсе, либо может носить временный, непродолжительный характер. Затруднения адаптации личности в некоторых специфических ситуациях при определенной акцентуации характера могут сочетаться с хорошими и даже повышенными способностями к социальной адаптации в других ситуациях.

Таким образом, в процессе формирования личности могут проявляться различные особенности, которые могут относиться либо к проявлениям нормы, либо носить патологический характер. Практическим психологам необходимо знать отличия акцентуаций характера и темперамента от психопатий для осуществления дифференциальной диагностики и определения содержания психокоррекционной работы. Родителям важно наблюдать за проявлениями характера и поведения детей, изменениями в их реакциях и отношении к окружающим людям и выполняемой деятельности. Серьезный подход к своему психологическому состоянию, к состоянию своих родных и близких, особенно детей, может решить многие проблемы, связанные с общением, непониманием, критическими оценками окружающих. Вовремя оказанная психологическая помощь может предотвратить негативные личностные и поведенческие состояния.

М.А. СЕДЛОВСКАЯ,

магистрантка направления подготовки «Педагогика и психология» Казахского национального педагогического университета имени Абая

Н.Н. ХАН,

профессор кафедры педагогики и психологии Казахского национального педагогического университета имени Абая, доктор педагогических наук – руководитель

МЕЖЛИЧНОСТНЫЙ КОНФЛИКТ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ У СТАРШЕКЛАСНИКОВ

Научный интерес к данной теме не случаен, он вызван рядом обстоятельств. Конфликты – неотъемлемая часть человеческих взаимоотношений. Если говорить о среде старшекласников, то на данном этапе происходит обострение существующих противоречий, т.к. этот период является переломным в жизни школьника старшего звена. Как показывают теоретические и практические исследования, конфликты могут играть как негативную, так и позитивную роль.

В данной статье нами рассмотрены понятие межличностного конфликта и его позитивные функции для старшекласников.

Проблема конфликта являлась предметом исследования философов (Платон и Аристотель, Лао-Цзы и др.), социологов (Г. Зиммель, Л. Козер и др.), психологов (Мейо и др.) и педагогов (М.М. Рыбакова, И.А. Курочкина и др.), что способствовало выделению конфликтологии в отдельную науку.

Анализ научной литературы позволил нам сформулировать понятие межличностного конфликта как открытого противостояния взаимодействующих индивидов на основе противоречащих друг другу целей и противоположных интересов. Поскольку одним из субъектов межличностного конфликта рассматривается старшекласник, мы будем говорить о педагогических конфликтах, т.е. межличностных конфликтах между субъектами педагогического процесса.

Особый интерес в педагогической деятельности вызывает типология межличностных конфликтов М.А. Гончарова: «учащийся – учащийся», «педагог – учащийся», «педагог – педагог», «педагог – администрация», «педагог – родители». У каждого типа есть свои специфические причины, ставшие основанием для данной классификации. И особенно такие, как:

1) «учащийся – учащийся» – неразвитая рефлексивность, несоответствие самооценки обучающегося с оценкой товарищей, неопределенность социального статуса личности обучающегося, общая морально-психологическая атмосфера в группе;

2) «педагог – учащийся» – недостаточный профессионализм педагога как преподавателя и воспитателя, нарушение требований образовательного учреждения обучающимся (конфликты деятельности – неуспеваемость, конфликты поступков – нарушение требований образовательного учреждения обучающимся, конфликты отношений) [Курочкина И.А., Шахматова О.Н. Педагогическая конфликтология. Екатеринбург, 2013, с.29-30].

К данной классификации нами был добавлен тип «родитель-учащийся» как разновидность межличностных конфликтов, возникающая в связи с профессиональным самоопределением старшеклассника, желанием самостоятельного выбора своего жизненного пути и осуществлением родителями воспитательной функции.

В современной конфликтологии названные типы находят отражение в виде позитивных и негативных функций педагогических конфликтов.

К негативным функциям таких конфликтов относятся: деструктивная функция; дезинтеграция личности; эмоциональные и материальные затраты на участие в конфликте; возникновение синдрома «побежденного», затаенная ненависть.

Позитивные функции конфликта: информативная функция (то есть получение новой информации об участниках конфликта, диагностика и прояснение ситуации); интегративная функция (то есть укрепление отношений между конфликтующими); инновационная функция (то есть стимулирование к изменению и развитию личности учителя, ученика, родителя и их взаимоотношений, организация учебно-воспитательного процесса, школы и др.); разрядка напряженности между конфликтующими сторонами [Козер Л.А. Функции социального конфликта. М., 2000, с.254].

Стремление разрешать возникающие конфликты старшеклассниками приводит к развитию их социальных навыков, как набора способов и приемов социального взаимодействия, которыми человек овладевает на протяжении жизненного пути и пользуется для жизни в обществе, устанавливает свое равновесие для жизни с другими [Опарина Е.В. Формирование социальных навыков школьников во внеурочной проектной деятельности в разновозрастных группах. Тамбов, 2018, №1(09), с.83-87. – URL: <https://cyberleninka.ru>].

Осуществляется развитие следующих групп социальных навыков: коммуникативные; перцептивные; познавательные; организаторские; когнитивные.

В результате использования теоретических методов мы пришли к следующим выводам – для развития социальных навыков у старше-

классников и усиления позитивной роли межличностных конфликтов необходимы: 1) внешние факторы (то есть правильно организовать взаимодействие, сформировать благоприятный психологический климат); 2) внутренние факторы (то есть саморегуляция и самопознание у школьников).

Были использованы эмпирические методы в частной гимназии «Лица» г. Алматы, где автор является психологом. Для этого были подготовлены следующие задания: авторский опросник и методика неоконченных предложений.

На основе исследования было выявлено, что среди 37 учащихся старших классов наиболее распространены следующие типы конфликтов: 54% – без конфликтов, 27% – конфликты типа «ученик-родитель», 18% – «ученик-ученик», 1% – «ученик-педагог». Среди которых 19% старшеклассников видит только негативную сторону конфликта, 13% – только позитивную и 65% – осознает двойственность функций данного понятия.

Согласно полученным данным, 76% старшеклассников считает конфликты неотъемлемой частью нашей жизни. Следует отметить, что 57% детей считает, что способны решать свои конфликты самостоятельно, 35% необходима помощь и поддержка взрослых, 8% не видят возможности самостоятельного решения конфликта.

Все это нацеливает нас на работу по данной проблеме.

Таким образом, педагогическое взаимодействие субъектов учебного процесса подвергается воздействию множества внутренних и внешних факторов, что является основой для появления противоречивых ситуаций, затруднений и барьеров. От субъектов педагогического процесса требуется не избегать или подавлять конфликты, а управлять ими. Формирование позитивных личностных взглядов на межличностные конфликты позволит перевести конфликты из раздела социальных проблем в средства развития социальных навыков учащихся старшего звена. Полученные знания и умения в области разрешения межличностных конфликтов в школьный период обучения позволят заблаговременно подготовить старшеклассников к дальнейшей жизни и конструктивному взаимодействию в социуме.

А.А. ШАРДИНА,

студентка направления подготовки «Психология»

Ю.С. АЙСИНА,

старший преподаватель Алматинского филиала Санкт-Петербургского Гуманитарного университета профсоюзов, магистр по специальности «Психология и педагогика» –
руководитель

К ВОПРОСУ О ПРИРОДЕ СОЦИАЛЬНОЙ ФРУСТРИРОВАННОСТИ

Жизнь человека всегда была нелегкой. Наполненная в разные периоды истории разными актуальными на тот момент социальными проблемами, она «подкидывала» различного рода трудности и преграды на пути социализации личности. Современная же ситуация жизни человеческого общества не изменила тот факт, что достижения социальных и личностных успехов индивида могут блокироваться различными негативными факторами, что приводит к переживаниям, неудовлетворенности, фрустрациям. К тому же, настоящее состояние жизни человека: экономические требования, предъявляемые индивиду, быстрый темп жизни городского жителя, специфика межличностных отношений XXI века – являются актуальными стрессогенными и фрустрирующими факторами. И поэтому, для того чтобы понять, в чем суть социальной фрустрированности и как контролировать это состояние, необходимо ознакомиться с современными накопленными научными данными по данной теме. В этом заключается актуальность нашей статьи.

Целью нашей статьи является рассмотрение и анализ литературных источников и последних научных исследований, связанных с проблемой социальной фрустрированности.

В соответствии с вышесказанным были выдвинуты следующие задачи: изучить литературу по теме социальной фрустрированности, а также провести ее анализ.

Различные психические состояния, такие как стресс, тревожность и, наконец, фрустрация, активно изучались психологами в последнее время. Однако наблюдаются трудности в однозначном понимании феномена социальной фрустрированности в силу недостаточной научной разработанности данной проблемы. Тем не менее, проблемой не только социальной, но и общего состояния фрустрированности занимались такие авторы, как Л.И. Вассерман, Л.М. Аболин, Л.И. Ермолаева, Н.Д. Левитов, Ф.Е. Василюк и другие. Так, Л.И. Ермолаева пишет, что социальная фрустрация – это монолитное состояние целостности биологического и социального компонентов [Ермолаева Л.И. Фрустрация как

социально-психологический феномен: автореферат дис. канд. псих. наук. М., 1993, с.22]. Л.И. Вассерман, автор методики диагностики уровня социальной фрустрированности, считал, что там, где отсутствует удовлетворенность своими социальными успехами, присутствует социальная фрустрированность [Вассерман Л.И., Ерышев О.Ф., Клубова Е.Б., Беспалько И.Г., Аристова Т.А. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля. СПб., 1998, с.49].

Существуют различные формулировки понятия социальной фрустрированности, отражающие различные точки зрения авторов, изучающих его. Так, под социальной фрустрированностью некоторые авторы понимают психическое состояние тревоги, связанное с неудовлетворенностью социальных потребностей. Например, своим социальным статусом или положением на работе, в семье, в отношениях с партнером и др. К этой неосуществимости удовлетворения как правило приводят реальные жизненные обстоятельства (фрустрирующие факторы). Влияние подобной социальной фрустрированности на самоидентификацию человека в настоящий момент активно изучаются исследователями.

В 2014 году А.А. Шадрин проводит корреляционный анализ характеристик социальной фрустрированности и субъективного эмоционального благополучия и делает вывод о том, что между состояниями эмоционального благополучия и социальной фрустрированности присутствует взаимосвязь [Шадрин А.А. Взаимосвязь социальной фрустрированности и субъективного благополучия личности курсантов. //Вестник Самарского университета, 2014, №9, с.237-244].

В 2015 году Р.Д. Бердин предполагает наличие причинно-следственной связи между социальной фрустрированностью и подростковой социальной фобией [Бердин Р.Д. Социальная фрустрированность как одна из детерминант формирования признаков социофобии. //Символ науки, 2015, №4, с.54].

В 2016 году А.А. Дмитроченко, А.В. Самородова, А.А. Гайворонская проводят научное исследование на тему влияния уровня социальной фрустрированности на субъективное переживание одиночества и выявляют, что чем выше уровень ощущения одиночества, тем сильнее выражено состояние социальной фрустрированности у испытуемых [Дмитроченко А.А., Самородова А.В., Гайворонская А.А. Социальная фрустрированность и ощущение одиночества. //Смоленский медицинский альманах, 2016, №4, с.44].

П.К. Тромбчинский указывает на то, что такие невротические черты личности, как импульсивность, демобилизация, низкая мотивированность, чувство зависти и чувство вины, нарциссизм, мелочность

и другие могут выступать детерминантами социальной фрустрированности [Тромбчиньский П.К. Взаимосвязь невротических черт личности и уровня социальной фрустрированности. //Вестник СПбГУ, 2016, №3, с.28]. Интересную взаимосвязь предлагает А.Л. Бубнов. Он ставит вопрос о социальной фрустрированности в контексте с профессиями, связанными с риском для жизни. Так, автором исследования было обнаружено, что для представителей таких профессий, как спасатель МЧС, характерен низкий уровень социальной фрустрированности, а факторами их неудовлетворенности выступают в большей мере только бытовые трудности [Бубнов А.Л. Связь акмеологической адаптивности и социальной фрустрированности личности спасателя. //Современные технологии обеспечения гражданской обороны и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. 2013, №1, с.36]. Продолжая тему особенностей фрустрированности у представителей разных профессий, хотелось бы отметить точку зрения, предложенную А.Р. Квасовым, О.Л. Максимовым и Н.Н. Прониной [Квасов А.Р., Максимов О.Л., Пронина Н.Н. Взаимосвязь показателей здоровья и социальной фрустрированности медицинских работников. //Вестник новых медицинских технологий, 2009, №2, с.54]. Исследователи делают вывод о том, что состояние психического и соматического нездоровья женщин-врачей связано с низким уровнем фрустрированности.

Анализируя все вышесказанное, мы замечаем, что основной интерес авторов рассмотренных нами исследований по вопросу социальной фрустрированности имеет направленность в рамках поиска взаимосвязи исследуемого феномена с другими явлениями и его особенностями в разных профессиональных группах. Однако на данный момент является не ясным, как феномен социальной фрустрированности проявляется в различных возрастных категориях. Также данный феномен плохо изучен во взаимосвязи с культурным аспектом.

Таким образом, изучив основные литературные источники и последние научные исследования по вопросу феномена социальной фрустрированности, нами было установлено, что тема социальной фрустрированности требует более углубленного изучения с целью систематизации знаний, возможности определить основные предпосылки изучаемой проблемы. Проведенный анализ в дальнейшем позволит разработать меры профилактики и снижения уровня социальной фрустрированности.

А.А. ШАПАРЕВА,

студентка направления подготовки «Психология»

Г.О. АБДУЛЛАЕВА,

доцент Алматинского филиала Санкт-Петербургского Гуманитарного университета профсоюзов, кандидат педагогических наук – руководитель

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОНЯТИЯ «АЛЕКСИТИМИЯ»

Известно, что эмоции имеют огромное значение в жизни человека и в функционировании его психики. Эмоции оказывают влияние на самочувствие, состояние здоровья, определяют поведение, в целом, жизненный путь человека. Эмоциональная сфера каждого человека обладает определенными особенностями. Проявляются они в том, что не все люди одинаково чувствительны, а некоторые даже могут казаться совсем бесчувственными, лишёнными способности выражать эмоции и чувства, делиться с другими и сопереживать. В психологии такая неэмоциональность, неспособность к пониманию и выражению собственных эмоциональных состояний и чувств называется алекситимией.

Без понимания своих чувств невозможно принимать осознанные решения, заботиться о своих психологических потребностях и формировать здоровые близкие отношения. По этой причине алекситимия — это почти всегда ограничения в функционировании психики, и в особо тяжёлых своих формах она может вызывать развитие психических патологий [[URL: https://samopoznanie.ru](https://samopoznanie.ru)].

Во второй половине XX века психологов начал интересовать вопрос появления различных соматических симптомов у людей, страдающих различными психическими патологиями. Они наблюдали наличие симптомов на фоне отсутствия физических дефектов, когда проявлялись невроз, истерия, внутренний конфликт, выраженный в поведении, и т.д. Больные имели общие личностные особенности, отражающиеся в их эмоциональной сфере. В связи с этим был введен термин алекситимия, что буквально означает «нет слов для чувств» [Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. М., 1999, с.167].

Люди, страдающие психосоматическими расстройствами, предпочитают описывать своё физическое состояние, нежели эмоции и чувства, то есть постоянно опускаются до ощущений тела. Когда речь заходит о чувствах, либо эмоциях, которые актуальны для них на данный момент, то это в основном скука, пустота, отсутствие эмоций и фразы «ничего не чувствую», «не знаю, что чувствую», наиболее повторяемые для них. Более того, они мало обращают свое внимания на интервьюера, проявляя тем самым безразличие.

В процессе разговора выясняется их повседневная жизнь и чаще всего оказывается, что они очень много «делают», могут оказаться очень интеллектуальными, однако совершенно не обращают внимание на своё эмоциональное состояние, да и вообще на себя. Даже кризисные моменты своей жизни они воспринимают с точки зрения логики, а не эмоций. В связи с этим часто наблюдаются аффективные реакции в стрессовой ситуации. Чувства, не нашедшие выхода наиболее оптимальным образом, оказываются скованны телом и дают психосоматические заболевания. К тому же повседневная жизнь весьма обделена различными взаимоотношениями с другими людьми, так как непонимание своих чувств оказывает негативное влияние на эмпатическую составляющую личности.

Термин «алекситимия» введен американскими психоаналитиками П. Сифнеосом и Дж. Немиахом в 1969 году. По их мнению, этот термин должен использоваться в качестве характеристики нарушений в эмоционально-когнитивной сфере у психосоматических больных. Мы описали нарушения в эмоциональной сфере таких личностей, однако авторами были описаны также изменения в когнитивной сфере [Былкина Н.Д. Алекситимия (аналитический обзор зарубежных исследований). //Вестник Московского университета. Серия 14. Психология, 1995, №1, с.43-53].

Нарушения когниций проявляют себя в бедноте творческого мышления, креативности, способности к фантазированию и символизации понятий. Речь больного тривиальна, лишена эмоционального окрашивания. Практически невозможно заставить человека говорить о внутренних установках, мотивах, желаниях и побуждениях. Психоаналитическая работа также представляет трудность, так как пациент не может вспомнить ни одного своего сна, а даже если это происходит, то он рассказывается как обычный день.

Зарубежные психоаналитики П. Хортон и Ж. Макдаугал в своих наблюдениях говорили о том, что алекситимики в связи с отсутствием обращения на себя неспособны регулировать своё состояние в стрессовой ситуации. Так, при наличии каких-либо физических или психологических неудобств, они менее склонны к самовнушению или самоуспокоению, как это делают люди, не страдающие алекситимией [Henry J.P., Naviland M.G., Cummings M.A. et al. Shared neuroendo-crine patterns of post-traumatic stress disorder and alexithymia. //Psychosom. Med. 1992, V.54(4), p.407-415].

По мнению П. Сифнеоса, не внутренний конфликт или потеря взаимоотношений провоцируют алекситимию, а наоборот, высокая выраженность алекситимии у человека приводит к подавлению чувств, а соответственно к длительной внутренней напряженности, хроническому стрессу и нарушениям коммуникации с другими людьми [Никола-

ева В.В. О психологической природе алекситимии. //Телесность человека: междисциплинарные исследования. Сборник статей. М., 1993, с.79-86].

С точки зрения теории З. Фрейда и его понимания невроза, отсутствие осознания собственных чувств связано с их вытеснением из-за травмирующего аффекта. Непереносимость отрицательного воздействия на психику дает толчок к возникновению психологических защит, поэтому человеку проще не чувствовать, ощущать эмоции, в том числе и негативные на себе [Николаева В.В. О психологической природе алекситимии. //Телесность человека: междисциплинарные исследования. Сборник статей. М., 1993, с.84-93].

Однако следует сказать, что Дж. Немиах отрицает наличие причастности алекситимии к защитным механизмам. Это доказывается различиями алекситимиков и лиц с высоким уровнем психологической защиты в работе с психотерапевтом. Алекситимики не подвержены воздействию психотерапии, но они воспринимают существующую реальность в отличие от вторых, хотя не реагируют на нее эмоционально. Еще одним доказательством служат различия психологических портретов лиц с высокой выраженностью алекситимии и лиц, страдающих неврозом. Невротики склонны к фантазии при описании реальности, у них есть навязчивые идеи, и они выстраивают взаимоотношения, в то время как алекситимики на это практически неспособны [Былкина Н.Д. Алекситимия (аналитический обзор зарубежных исследований). //Вестник Московского университета. Серия 14. Психология, 1995, № 1, с.43-53].

Первые работы по лечению алекситимии проходили в рамках психодинамической психотерапии, в рамках как личностной, так и групповой психотерапии, однако они не дали эффективного результата, так как люди, с ярко выраженной алекситимией, не были подвержены эффекту переноса, поэтому работа консультанта не имела терапевтического действия.

Решение проблемы алекситимии наиболее оптимально проходит в русле кратковременной динамической терапии, с учетом установления очень близких эмоциональных связей с психотерапевтом. Работа проходит с щадящим выражением эмоций, посредством применения арт-терапии или песочной терапии, с учетом интерпретации чувств в тот же момент. После того как клиент научился дифференцировать и понимать свои эмоции, психотерапевт демонстрирует различные техники по саморегуляции, чтобы в ситуации дискомфорта человек не подвергался аффективному состоянию.

Таким образом, в психологии проявляются различные подходы к пониманию алекситимии, что отражается на разнообразии способов разрешения данной проблемы.