

СЕКЦИЯ 4

«ЛИЧНОСТЬ В МЕНЯЮЩИМСЯ МИРЕ»

СОДЕРЖАНИЕ

- ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ
Аптикиева Ляйля Рахматулловна, кандидат психологических наук, доцент
кафедры «Общая психология и психология личности» Алиева Зейнаб Рамил
гызы, студент кафедры «Общая психология и психология личности» 415
- ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ, РОЖДЕННЫХ В
РЕЗУЛЬТАТЕ МНОГОПЛОДНОЙ БЕРЕМЕННОСТИ Апткиева Ляйля
Рахматулловна, кандидат психологических наук, доцент кафедры «Общей
психологии и психологии личности» Каримова Диана Ильдаровна, студент. 420
- СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПЕРЕМЕНЫ В ПСИХОЛОГИИ
ЖЕНЩИН, ВЛИЯЮЩИЕ НА СНИЖЕНИЕ РОЖДАЕМОСТИ В
СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ Апткиева Ляйля Рахматулловна, кандидат
психологических наук, доцент кафедры «Общей психологии и психологии
личности» Жамбакова Илида Гибатовна, студент..... 428
- ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ В СОВРЕМЕННЫХ
УСЛОВИЯХ Белова О.А., кандидат медицинских наук, учитель биологии,
Асеев В.Ю., кандидат сельскохозяйственных наук, доцент..... 435
- МЕТОДИКА МИКРОГРУПП В ПРЕПОДАВАНИИ ПСИХОЛОГИИ КАК
ФАКТОР СПЛОЧЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРУППЫ И
ВЫЯВЛЕНИЯ ЕЕ ЛИДЕРОВ Бендас Т.В., доктор психологических наук,
профессор 440
- ПОДХОДЫ К ОПРЕДЕЛЕНИЮ ПОНЯТИЙ СЕМЬЯ И БРАК В
ПСИХОЛОГИИ Биктина Н.Н., кандидат психологических наук, доцент 443
- ЮМОР В КОНТЕКСТЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
СПЕЦИАЛИСТОВ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ Болдырева Татьяна
Александровна, кандидат психологических наук, доцент кафедры общей
психологии и психологии личности Яббарова Светлана Ильдаровна, студент 4
курса специальности 37.05.02 «Психология служебной деятельности» 448
- ПРОБЛЕМА СОЦИАЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ И
СОЦИОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ Гуленина С.В., к.псих.н., доцент,
Дробышева М.Ю., магистрант 454
- ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ, НАХОДЯЩЕЙСЯ
В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ Апткиева Ляйля Рахматулловна, кандидат
психологических наук, доцент кафедры «Общей психологии и психологии
личности» Добрых Виктория Евгеньевна, студент 462
- ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ К БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИИ У
СОВРЕМЕННЫХ СТАРШЕКЛАСНИКОВ Друзина О.С. 466

ЗООВОЛОНТЕРСТВО В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ Казанцева Е. А., студентка Томина Е.Ф., кандидат педагогических наук, доцент	472
ТРАНСФОРМАЦИЯ ЛИЧНОСТИ С ПОМОЩЬЮ СКАЗКОТЕРАПИИ Кириенко Алла Александровна, к.психол.н.	476
ОПАСНОСТЬ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ И СОЦИАЛЬНЫХ МЕДИА ДЛЯ ПОДРОСТКОВ Епачинцева Галина Александровна, доктор психологических наук, профессор кафедры «Общая психология и психология личности» Кузнецов Михаил Юрьевич, студент	481
СИСТЕМА РАБОТЫ ПРАКТИЧЕСКОГО ПСИХОЛОГА СО ШКОЛЬНИКАМИ «ГРУППЫ РИСКА» Логутова Е. В., кандидат психологических наук.....	487
ПОНЯТИЕ ТРУДНАЯ ЖИЗНЕННАЯ СИТУАЦИЯ В ПСИХОЛОГИИ И ЕЁ ОСОБЕННОСТИ В СТУДЕНЧЕСКОМ ВОЗРАСТЕ Зубова Л.В., доктор психологических наук, профессор Малахова Е.С., студент	490
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ЛИЧНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ Аптикиева Ляйля Рахматулловна, кандидат психологических наук, доцент кафедры «Общей психологии и психологии личности» Новичкова Екатерина Владимировна, студент.....	494
АЛГОРИТМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЕ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ, ОКАЗАВШИХСЯ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ Аптикиева Ляйля Рахматулловна, кандидат психологических наук, доцент кафедры «Общей психологии и психологии личности» Пригода Анастасия Вячеславовна, студент	499
СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ И ИХ ЗНАЧЕНИЕ В УКРЕПЛЕНИИ ОТНОШЕНИЙ Аптикиева Ляйля Рахматулловна, кандидат психологических наук, доцент кафедры «Общая психология и психология личности».....	502
ПОДХОДЫ К ОПРЕДЕЛЕНИЮ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ В СОВРЕМЕННОЙ ЛИТЕРАТУРЕ Зубова Л.В., доктор психологических наук, профессор Скрыльникова А.В., студент	508
СОЦИАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ИНФОРМАЦИОННОМ ОБЩЕСТВЕ Аптикиева Ляйля Рахматулловна, кандидат психологических наук, доцент кафедры «Общая психология и психология личности» Соболева Екатерина Андреевна, студент кафедры «Общая психология и психология личности»	513
ТРАНСГЕНЕРАЦИОННЫЙ ТРАВМАТИЗМ КАК ВАРИАНТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ, ВЛИЯЮЩЕЙ НА ЖИЗНЕННУЮ ПЕРСПЕКТИВУ ЛИЧНОСТИ Зубова Л.В., доктор психологических наук,	413

профессор Спицына Е.М., соискатель кафедры ОПиПЛ на ученую степень кандидата психологических наук 518

ТРАНСФОРМАЦИОННАЯ ИГРА КАК ИНСТРУМЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ SOFT SKILLS У ПСИХОЛОГА Щербинина О.А., кандидат психологических наук, доцент..... 521

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

**Аптикиева Ляйля Рахматулловна, кандидат психологических наук, доцент
кафедры «Общая психология и психология личности»**

**Алиева Зейнаб Рамил гызы, студент кафедры «Общая психология и
психология личности»**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет»**

Социально-психологическая адаптация в подростковом возрасте предполагает признание важности того, чтобы подросток развивал свои взаимоотношения в социальной группе, осваивая новые модели поведения и развивая адаптивные механизмы, способствующие позитивному взаимодействию со сверстниками. [5].

Классификация адаптации определяется последовательностью ее развития. В этом контексте С.П. Слаквэ описывает различную динамику социально-психологической адаптации, охватывающую различные этапы, которые обозначают конкретные периоды времени, отражающие качественные и количественные сдвиги в процессе адаптации.

Основным фактором для распознавания этапов процесса адаптации является наблюдаемое поведение подростков в отношении установления новых отношений. С.П. Слаквэ представил классификацию стадий социально-психологической адаптации, выделив специфические черты для каждой стадии:

На 1-ой стадии, известной как ориентировочной, подростки начинают оценивать друг друга по внешней привлекательности и пытаются понять друг друга, выявляя общие черты в своих мировоззрениях и перспективах. Этот процесс первоначального знакомства, как правило, протекает сдержанно, проявляя некоторую скованность в поведении из-за отсутствия существенных знаний друг о друге или поверхностного понимания. На этом этапе групповые нормы и традиции еще не сформировались в полной мере.

При переходе ко 2-ой стадии, известной как подлинная адаптация, часто возникает конкуренция за руководящие роли и консолидацию динамики группы. На этой стадии часто возникают конфликты между членами группы, поскольку они стремятся укрепить свои позиции. Тем не менее, на фоне этих конфликтов начинают формироваться первые дружеские узы, основанные на симпатии, взаимопонимании и гармонии. Следует отметить, что отношения на этом этапе могут быть несколько нестабильными.

3-я стадия, известная как стабилизация, характеризуется установлением динамического равновесия в отношениях между подростками, которые адаптируются друг к другу. К этому моменту в группе, как правило, устанавливаются нормы, традиции и ожидания. Роль лидера в группе обычно определена и стабильна. На этом этапе адаптирующиеся подростки находятся в состоянии достижения адаптивности. Успех социально-психологической

адаптации зависит от индивидуальных жизненных целей, системы ценностей и реализации этих ценностей в конкретной социальной среде. [5]

При изучении процесса адаптации ключевыми понятиями, которые следует учитывать, являются «адаптивная ситуация», «адаптивные потребности» и «адаптивные механизмы». Изменения в социальной среде и препятствия на пути достижения личных целей могут привести к состоянию адаптации. Это состояние характеризуется желанием приспособиться и достичь желаемых целей. Для достижения своих целей люди используют различные методы и стратегии, разрабатывая личную модель поведения, подходящую для данных обстоятельств. [7]

Комплексная модель социально-психологической адаптации может учитывать как внешние, так и внутренние критерии. Внутренние элементы относятся к психологической стабильности, личному комфорту, общей удовлетворенности, свободе от стрессовых ситуаций и чувству безопасности. Внешние факторы связаны с тем, насколько поведение индивида согласуется с общественными нормами, экологическими требованиями и принятыми в обществе кодексами поведения. Адаптация, основанная только на одном критерии, будь то внутреннем или внешнем, создает ограниченное и потенциально неточное представление о реальной адаптации. Комплексная социально-психологическая адаптация индивида должна быть целостной и включать как внутренние, так и внешние факторы одновременно. При таком системном подходе процесс адаптации предполагает достижение внутренней гармонии внутри себя, а также приведение поведения в соответствие с общественными ценностями, требованиями окружающей среды, а также общепринятыми стандартами и нормами.

Для создания надежной модели социально-психологической адаптации важно одновременно учитывать как внутренние, так и внешние факторы. Целостный подход к адаптации признает взаимосвязь между психологическим благополучием индивида и его способностью эффективно ориентироваться в социальных ожиданиях, требованиях окружающей среды и нормативном поведении. Сочетая внутреннюю гармонию с внешней совместимостью, люди могут достичь гармоничного баланса, который способствует успешной адаптации в их социальном контексте [7].

Социально-психологическая адаптация служит важнейшим механизмом личной защиты, позволяющим справляться со сложностями социальных взаимодействий, справляться с внутренним напряжением и справляться со стрессом и тревогой, возникающими в результате взаимодействия с обществом.

Защитные механизмы психики играют важную роль в формировании процесса психологической адаптации индивида. Усвоение и эффективное использование защитных механизмов может повысить способность человека справляться со стрессорами, регулировать эмоции и повышать устойчивость перед опасными ситуациями.

Использование защитных механизмов в качестве адаптивных инструментов подчеркивает динамичный характер адаптации и важность

внутренних процессов в формировании социального функционирования человека и его общего благополучия.

Социально-психологическая адаптация включает в себя ряд функций, которые являются неотъемлемой частью способности человека ориентироваться в социальной среде:

1) Достижение максимального баланса в системе "личность – социальная среда"; 2) Проявление и развитие личностного таланта; 3) Формирование эмоциональной и комфортной позиции личности подчеркивает роль адаптации в формировании эмоциональных реакций индивида и его отношения к другим людям; 4) Самореализация личности – это процесс, посредством которого индивиды реализуют свои цели, интересы и ценности в рамках своего социального контекста; 5) Самопознание и самокоррекция являются фундаментальными аспектами социально-психологической адаптации, поскольку люди занимаются самоанализом, рефлексией и самосовершенствованием, чтобы повысить свои адаптационные возможности; 6) Повышение эффективности как адаптирующейся личности, так и социальной среды коллектива подчеркивает взаимный характер адаптации, при котором отдельные люди и их социальный контекст взаимно влияют друг на друга; 7) Сохранение психического здоровья подчеркивает защитную роль социально-психологической адаптации в обеспечении психологического благополучия людей.

В целом, функции социально-психологической адаптации подчеркивают многогранные способы, с помощью которых люди взаимодействуют со своим социальным окружением и адаптируются к нему, способствуя личностному росту, эмоциональному благополучию и гармоничному взаимодействию в обществе [4].

Несовершеннолетние правонарушители – это лица с незавершенным процессом социализации личности, предполагающим усвоение различных социальных ролей, ознакомление с системой социальных связей и взаимоотношений и т.д. В то же время направление подростка, признанного виновным в совершении преступления, в закрытое исправительное учреждение, такое как воспитательная колония, прерывает начавшийся процесс социализации личности и, конечно же, еще больше затрудняет его нормальное развитие. Ведь незавершенный процесс социализации приходится продолжать в изоляции от общества, что противоречит сути этого процесса. Психологическая готовность к социальной адаптации специально не изучалась, однако существуют исследования, в которых это явление рассматривается как один из ведущих факторов, влияющих на успешную социализацию несовершеннолетних правонарушителей [3].

Психологические факторы, препятствующие социальной адаптации, могут быть связаны с нарушением когнитивных, эмоциональных, волевых и ценностных аспектов личности. Когда отсутствуют социально приемлемые ценности, люди могут испытывать трудности с самостоятельным достижением успеха и завоеванием благоприятного положения среди своих сверстников.

Нарушение позитивных норм и ценностей может привести к формированию антиобщественного поведения. Следовательно, это снижает психологическую готовность подростков-правонарушителей к эффективной адаптации после тюремного заключения. Хотя в литературе недостаточно подробно рассматривается психологическая готовность к социальной адаптации, в некоторых исследованиях признается ее важность для содействия успешной социализации несовершеннолетних правонарушителей.

Проблема адаптации несовершеннолетних правонарушителей в исправительных учреждениях возникает из-за преднамеренного вмешательства внешней биологической, физиологической и социально-психологической среды в их незрелые психические качества, такие как ориентация, способности, характер и темперамент. Чтобы преодолеть эти препятствия, психологи и педагоги должны тщательно изучить индивидуальные особенности каждого учащегося при поступлении в исправительное учреждение [8].

Для оценки когнитивных и интеллектуальных способностей каждого учащегося необходим персонализированный подход, поскольку эти аспекты существенно влияют на адаптацию и ее начало. Для каждого правонарушителя должен быть разработан индивидуальный план вмешательства, включающий как групповые мероприятия (например, программы психологического развития), так и индивидуальные вмешательства. Крайне важно регулярно обновлять программу с учетом возрастных особенностей ученика и его личностного развития. Этот процесс имеет особое значение для несовершеннолетних, которые впервые попадают в тюрьму [8].

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

1) Ценностные ориентации личности играют важную роль в формировании психологической готовности несовершеннолетних правонарушителей к процессу эффективной социализации. Ценности и смыслы, которых придерживаются индивиды, влияют на их жизненные цели и способы их достижения. Содержание ценностей индивида тесно связано с социальными нормами и условиями, которые существенно влияют на общую ориентацию человека на просоциальное или антиобщественное поведение.

2) Неэффективный характер процессов социализации способствует ухудшению и искажению системы ценностей несовершеннолетних правонарушителей, являясь ключевым фактором склонности несовершеннолетних к противоправному поведению.

3) При формировании психологической готовности к социальной адаптации основное внимание будет уделено изучению сферы ценностей, поскольку они представляют собой главный и основополагающий элемент в структуре психологической готовности [2].

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Афанасьева С.А. Характеристика понятий «адаптация», «социально-психологическая адаптация» и «дезадаптация» / С.А. Афанасьева //

Международный журнал гуманитарных и естественных наук – 2022 – №11-2.
URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/harakteristika-ponyatiy-adaptatsiya-sotsialno-psihologicheskaya-adaptatsiya-i-dezadaptatsiya>

2. Богородская, Э.И. Девиантные подростки в образовательной среде. В сборнике: Модернизация образования Материалы XXIII Рязанских педагогических чтений / Под ред. Л.И. Архаровой, О.Л. Егоровой, Т.В. Ивкиной. – Москва: Издательство «Просвещение», 2016. – 254 с. – Текст: непосредственный.

3. Кряжева И.К. Социально-психологические факторы адаптированности: дис. ... канд. психол. наук. – М., 1980. – 200 с.

4. Кряжева С. Г. Социально-психологическая адаптация несовершеннолетних подозреваемых, обвиняемых и осужденных: психологическое и педагогическое со провождение / С. Г. Кряжева, М. М. Москвитина // Антропология. – 2022. – № 2(6). – С. 83-90. – EDN OKCQRE.

5. Куковякин А. Е. Исключительные обстоятельства как основание смягчения наказания : монография. М., 2018. 144 с.

6. Налчаджан А.А. Социально-психологическая адаптация личности (формы и стратегии) / А.А. Налчаджан. – Ереван: Изд-во АН АрмССР, 1988 – 198 с.

7. Ошукова Н.А. Динамика социально-психологической адаптации личности: дис. ... канд. психол. наук. – М., 1995. – 197 с.

8. Тюфяков Н. А. Анализ негативных психологических факторов, влияющих на адаптацию несовершеннолетних, осужденных к лишению свободы / Тюфяков Н. А. // Психология и педагогика служебной деятельности. – 2022 – №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-negativnyh-psihologicheskikh-faktorov-vliyayuschih-na-adaptatsiyu-nesovershennoletnih-osuzhdennyh-k-lisheniyu-svobody>

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ, РОЖДЕННЫХ В РЕЗУЛЬТАТЕ МНОГОПЛОДНОЙ БЕРЕМЕННОСТИ

**Аптикиева Ляйля Рахматулловна, кандидат психологических наук, доцент
кафедры «Общей психологии и психологии личности»**

Каримова Диана Ильдаровна, студент

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет»**

Близнецы всегда представляли интерес для изучения в различных сферах науки. Так, большой вклад они вносят, например, в психогенетику: при изучении влияния роли внешней среды и генотипа на развитие и становление человека. В медицинской сфере многоплодным беременностям также уделяется отдельное внимание. Многоплодные беременности и во время вынашивания, и во время родов подвергаются большему риску, чем моноплодные: «материнская смертность при многоплодной беременности в 2,5 раза выше, а перинатальные потери – в 9–11 раз превышают таковые при одноплодной беременности» [1].

В связи с этим возникает интерес к психологическим характеристикам близнецов, которые связаны с их отличием от одиночнорожденных детей, и вытекающим из этого особенностями их воспитания.

Говоря об актуальности темы, можно отметить, что по данным демографического ежегодника России прослеживается следующая закономерность: количество детей, рожденных в результате многоплодной беременности, увеличивается, несмотря на снижение общей рождаемости. Таким образом, они занимают значительный процент в населении нашей страны. (Таблица 1- Таблица 3) [2].

Таблица 1 - Многоплодные роды с двойнями 1960-1990

Годы	1 960	1 965	1 970	1 975	1 980	1 985	1 990
Число родов	2 778 503	1 992 735	1 909 063	2 113 230	2 204 930	2 377 359	1 993 082
Двойня	3 2 126	2 1 608	1 6 562	1 5 784	1 7 727	1 9 897	1 3 170
% Двоен от общего числа рожденных	1. 16%	1, 08	0, 87	0, 75	0, 8	0, 84	0, 66
Двойня на тысячу родов	1 1,6	1 0,8	8, 7	7, 5	8	8, 4	6, 6

Таблица 2 - Многоплодные роды с двойнями 1995-2018

Годы	1995	2000	2005	2010	2015	2017	2018
Число родов	365 295	267 549	455 553	780 955	928 735	679 126	592 696
Двойня	8 165	7 870	1 0 246	1 6 133	2 2 373	20 044	1 9 898
% Двоен от общего числа рожденных	,60	,62	0,7	0,91	1,16	1,19	1,25
Двойня на тысячу родов	6	6,2	7	9,1	11,6	11,9	12,5

Таблица 3 - Многоплодные роды с двойнями 2019-2022

Годы	2019	2020	2021	2022
Число родов	1 470 270	1 427 036	1 389 844	1 295 802
Двойня	18 409	17 227	16 141	14 945
% Двоен от общего	1,25	1,21	1,16	1,15
Двойня на тысячу родов	12,5	12,1	11,6	11,5

В зависимости от того, из сколько яйцеклеток развиваются близнецы, их делят на два типа: монозиготные и дизиготные.

«Монозиготные близнецы – результат многоплодной беременности, возникшей в результате оплодотворения одной яйцеклетки и развития двух или более плодов (близнецов)» [3].

В клинических рекомендациях Минздрава по многоплодной беременности у монозиготных близнецов отмечаются следующие характеристики: «как правило, генетически идентичны, одного пола и часто похожи фенотипически; аномалии развития у них встречаются в 2 раза чаще, чем у дизиготных двоен» [1].

«Гетерозиготные близнецы – результат многоплодной беременности, возникшей в результате оплодотворения двух и более яйцеклеток и развития двух или более плодов (близнецов)» [3].

Количество рождаемых дизиготных близнецов может варьироваться в зависимости от генетической предрасположенности, возраста матери, расы, социально-экономического благополучия/неблагополучия и развития страны [1].

По данным ежегодника можно заметить, что уровень многоплодных беременностей во все годы выше у городского населения, чем у сельского (Таблица 4, Таблица 5).

Таблица 4 – Многоплодные роды с двойнями, городское население

Год	1995	2000	2005	2010	2015	2020
Число родов	935	887	1035	1392	257	368
Двойни	5	5	7	12	17	13
% Двоен от общего	0,5	0,6	0,7	0,9	1,2	1,25
Двойня на тысячу родов	5,9	6,3	7,3	9,6	12,2	12,5

Таблица 5 – Многоплодные роды с двойнями, сельское население

Год	1995	2000	2005	2010	2015	2020
Число родов	430	379	420	523	483	35
Двойня	2	2	2	4	4	3
% Двоен от общего	0,6	0,6	0,6	0,7	0,9	1,09
Двойня на тысячу родов	6,2	6,1	6,5	7,7	9,8	10,9

Известно, что в европейских странах увеличился процент рождения близнецов. Ученые связывают это с увеличением возраста матерей, а также появлением и распространением репродуктивных технологий. Такую же тенденцию мы наблюдаем в России (Таблица 2, Таблица 3, Таблица 6) [3].

Таблица 6 – Средний возраст матери при рождении детей в разные годы

Годы рождения детей	Ср. возр. матери при рождении первого ребенка	Ср. возр. матери при рождении 2-го ребенка	Ср. возр. матери при рождении 3-го ребенка
До 1994	15,59	-	-
1995-1999	19,54	20,04	20,50
2000-2004	21,89	23,21	24,41
2005-2009	23,50	26,02	26,35
2010-2014	25,32	28,44	29,86
2015-2017	26,49	29,83	31,88
2018-2022	26,75	30,51	33,09

Исходя из приведенных в таблицах данных, можно заметить невысокий процент рождения близнецов в кризисные годы (1990-2005), который при этом стабильно растет следующие два десятилетия, достигая своего пика в 2018-2019 годы. После чего процент рождения детей вследствие многоплодных беременностей снова снижается в 2020-2023 годы, в связи с возникновением и распространением коронавирусной инфекции, а также нестабильной политической обстановкой в стране. Также стоит отметить и следующие факторы, которые нашли подтверждение в статистике – увеличение среднего возраста матерей, урбанизация и появление технологий ЭКО, что и проявляется в фактическом росте процента близнецов от общего количества рожденных детей. Во времена же коронавирусной инфекции процент рождения близнецов с 2019 по 2020, впервые с 1995 годов, снижается на четыре сотых. Далее с 2020 по 2021 снижается на пять сотых процента и с 2021 по 2022 всего на одну сотую процента. Но даже несмотря на это в 2020-2022 году в среднем на тысячу родов приходится примерно 11,7 рождений близнецов.

Говоря об особенностях развития близнецов, следует отметить ряд особенностей: близнецы позже произносят свои первые слова и позже начинают говорить по сравнению с одиночнорожденными детьми. Также наблюдаются следующие различия: предложения выстраиваются более простыми, короткими и примитивными конструкциями, словарный запас беднее, паузы в речи длиннее, чем у одиночнорожденных. При этом процент отставания выше у монозиготных близнецов, чем у гетерозиготных однополых [4, 5, 6].

Важно сделать уточнение о том, что такое явление характерно в начальном периоде освоения языка близнецами, при этом примерно с шестилетнего возраста они догоняют своих сверстников, и их речь вписывается в возрастные нормы.

Говоря об особенностях развития близнецов, обязательно нужно упомянуть феномен «криптофазии», который заключается в том, что у близнецов с младенческого возраста формируется специфическая система общения и взаимодействия, непонятная для окружающих (они придумывают собственный язык, кодовые слова, обозначения и т.д.) [3].

У одиночнорожденных детей примерно в один год появляется автономный язык, который вскоре исчезает, потому что сменяется взрослой речью, а у близнецов автономный язык, подкрепляемый друг другом, может сохраняться вплоть до 6 лет, что также считается задержкой речевого развития. Возможно, это также влияет на чаще встречаемое косноязычие у детей школьного и дошкольного возраста, родившихся в результате многоплодной беременности, чем у одиночнорожденных. Стоит отметить, что однояйцевые близнецы склонны дольше сохранять автономный язык по сравнению с разнояйцевыми близнецами, иногда даже до периода полового созревания.

Ученые выделяют следующие факторы, которые влияют на отставание близнецов в психоречевом развитии от своих одиночнорожденных сверстников:

- биологические (известно, что дети, рожденные в результате многоплодной беременности, более подвержены рискам, чаще рождаются недоношенными и физически менее выносливы, что также может влиять на их способность к обучению);

- отставание в интеллектуальном развитии, которое также связано с предыдущим фактором, вследствие чего у близнецов чаще встречаются осложнения в перинатальном периоде и во время родов, что также влияет на их интеллектуальную сферу и соответственно на психоречевое развитие;

- феномен «близнецовой ситуации» заключается в том, что близнецы развиваются в одной среде и в большей степени взаимодействуют между собой, тем самым удовлетворяя друг для друга потребность в общении, что приводит к снижению необходимости коммуникации со взрослыми людьми и остальными детьми.

Таким образом, общение со взрослыми становится минимальным, а если все же происходит коммуникация, то она носит диадический характер, хотя близнецам в их ситуации необходимо учиться триадическому. И так как триадическая форма общения трудна не только для близнецов, но и для взрослых, происходит уменьшение доли вербальной коммуникации между близнецами и взрослыми, что может тормозить их развитие. Матери близнецов уделяют столько же внимания своим детям, сколько и матери одиночнорожденных, но вследствие частого переключения внимания между близнецами, они получают качественно меньше внимания, чем свои одиночнорожденные сверстники [6].

Важное значение имеют и социально-экономические факторы. Так, например, раскрылся следующий факт: при более низком социальном статусе и финансовом положении семьи моно- и гетерозиготных близнецов прослеживаются соответственно более низкие показатели речевого развития по сравнению с близнецами из более благополучных семей. Но при этом важно отметить, что неблагоприятные социальные факторы всегда в большей степени влияют на развитие близнецов, чем на одиночнорожденных детей в такой же социально-экономической ситуации [6].

Психические особенности близнецов подчиняются тем же законам, что и у других детей, но имеют и свои специфические черты, которые сложились из-за «близнецовой» ситуации. Одна из самых частых ошибок, которые допускают и родители, и педагоги, и социальное окружение близнецов – это отношение к ним, как к «единому целому», мнение, что близнецы имеют совершенно идентичные потребности, что они должны быть похожи друг на друга абсолютно во всем. Один из тривиальных примеров – обязательно одинаковая одежда, игрушки, коляски и т.д. [7].

С. Малых и А. Сибурина также отмечают, что очень часто родители, подчеркивая схожесть близнецов, стараются выбрать одинаковые по звучанию имена, иногда меняя лишь одну букву, например, Денис и Данис, Илида и Алида и т.п. Один из советов, которые авторы дают для поддержания самосознания и идентичности близнецов – это давать им индивидуальные имена. Для того, чтобы обрести свою здоровую идентичность, близнецу требуется отделиться не только от матери, но и от своего соблизнеца. Постоянные сравнения в этом процессе им никак не помогут. Их невозможно избежать во внешней жизни, но можно обеспечить ряд условий в семье. Например, давать близнецам свободный выбор одежды, игрушек, увлечений, больше гулять и разговаривать с ними по отдельности, с одобрением относиться к различным проявлениям их индивидуальности. При возможности обеспечить им обучение в разных классах или хотя бы за разными партами в школе, что благотворно повлияет на расширение их круга общения и нивелирует отставание в речевом развитии, которому, как уже говорилось ранее, подвержены дети, рожденные в результате многоплодных беременностей [8].

Кандидат педагогических работ, Т. Морозова, также подчеркивает, что при построении отношений с близнецами нужно уделять огромное значение их индивидуальным потребностям. Их желания, которые отличны друг от друга с рождения, следует поддерживать, а ни в коем случае не устранять их индивидуальные различия.

Часто между близнецами создаются комплиментарные отношения, где они, например, разделяют домашние или учебные обязанности, при которых ими постоянно выполняются одни и те же функции, что может негативно сказаться на их самостоятельности. Например, при выполнении привычной работы, но отдельно друг от друга, они будут отставать от сверстников, у которых нет близнецов. Для того, чтобы избежать этого, как уже подчеркивалось ранее, нужно относиться к близнецам, как к отдельным личностям. Не следует постоянно заострять внимание на их схожести, его следует переключать на их индивидуальные различия, поддерживать самостоятельность и автономность.

Как правило, у близнецов сильное стремление к индивидуальности, которое впервые ярко проявляется, когда они идут в школу. Т. Морозова отмечает, что, даже занимаясь одним видом спорта, они выбирают разные

стили, также с возрастом проведение досуга в личном кругу знакомств становится важнее и предпочтительнее, чем со своим близнецом.

Стоит уделить особое внимание ситуации, где у одного близнеца успеваемость по учебе ниже, а у другого соответственно выше. В такой ситуации очень часто родители и педагоги делают то, что делать ни в коем случае нельзя – они ставят в пример менее успевающему близнецу его брата или сестру с более лучшими оценками [7].

Обобщая данные статьи, по данным, представленным в таблицах, можно заключить, что сейчас рождается большое количество близнецов, несмотря на падение общей рождаемости. На это влияют биологические, генетические, социальные и экономические факторы. При этом особенности их перинатального и онтогенетического развития требуют особого внимания со стороны не только медицинской науки, но и со стороны психологии. Так, например, учеными выделяются факторы, из-за которых близнецы могут отставать в речевом развитии, но зная о них, существует возможность если не нивелировать, то хотя бы облегчить негативные последствия. Как уже множество раз говорилось в статье, уделение и одноййцевым, и многойцевым близнецам внимания как отдельным, индивидуальным личностям никогда не повредит. Человеческий мозг склонен упрощать информацию, например, видя очень похожих людей, кому-то может показаться правильным, что в таком случае они должны хотеть носить одинаковую одежду и они должны любить одно и то же. Но не всегда то, что кажется легким, является правдой. Здесь нам помогает психология, и исследования показывают, что благоприятное воздействие имеет индивидуальный подход.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Министерство здравоохранения Российской Федерации : Многоплодная беременность [Электронный ресурс].: Рубрикатор. – Москва : Клинические рекомендации., 2021. – Режим доступа : https://cr.minzdrav.gov.ru/schema/638_1. – 04.04.2024
2. Окладников С.М. Демографический ежегодник России / С.М. Окладников, С.Ю. Никитина, // Многоплодные роды. – Москва, 2023. - С. 256.
3. Канаев И.И. Близнецы. Очерки по вопросам многоплодия / И.И. Канаев // Изд-во АН СССР. - 1959. - С. 382.
4. Фридрих В. Близнецы / В. Фридрих // М. : Прогресс. - 1985. – С. 216.
5. Сергиенко Е.А. Развитие близнецов и особенности их воспитания / Е.А. Сергиенко, Т.Б. Рязанова, Г.А. Виленская, А.В. Дозорцева, // - М. : Институт психологии РАН. - 1996. – С. 68.
6. Вяльцева Д.В. Особенности развития речи близнецов / Д.В. Вяльцева // Вестник Московского государственного лингвистического университета. Гуманитарные науки. - 2015. - №15. – С. 726.

7. Морозова Т. Особенности работы с детьми-близнецами / Т. Морозова // Журнал Народное образование. – 2009. – №1. – С. 269-271.
8. Малых С. Я или МЫ? Как растить близнецов / С. Малых, А. Сибурина // Генезис. – 2008. – С. 511.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПЕРЕМЕНЫ В ПСИХОЛОГИИ ЖЕНЩИН, ВЛИЯЮЩИЕ НА СНИЖЕНИЕ РОЖДАЕМОСТИ В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ

**Аптикиева Ляйля Рахматулловна, кандидат психологических наук, доцент
кафедры «Общей психологии и психологии личности»**

**Жамбакова Илида Гибатовна, студент
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет»**

С целью изучения социально-психологических перемен в психологии женщин, влияющих на снижение рождаемости в России, можно обратиться к статистическим данным, представленным Федеральной службой государственной статистики, а также для сравнения рассмотреть отчеты по городу Оренбургу.

Согласно отчетам ЕГР ЗАГС г. Оренбурга за 2015-2023 годы, уровень рождаемости стремительно упал с 10044 до 6028 человек в год. В процентах уровень падения составляет 39,9 за девять лет (таблица 1).

Таблица 1 – Показатели рождаемости в г. Оренбурге по данным ЕГС ЗАГС

Год	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Рождаемость	10044	937	783	350	828	678	571	699	028

Тенденция в уменьшении уровня рождаемости характерна и для России в целом. (таблица 2).

Таблица 2 – Показатели рождаемости в России поданным Росстата

Год	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Рождаемость	1,9 млн	,8 млн	,6 млн	,6 млн	,4 млн	,4 млн	,3 млн	,3 млн	,2 млн

На современном этапе происходит процесс изменения роли женщины в обществе, что может провоцировать откладывание вопроса рождения детей на более поздний срок: эмансипация, преобладание важности карьерного роста для женщины, стремление прийти к материальному благосостоянию и стабильному заработку перед принятием решения о рождении первенца, увеличение образовательного уровня женщины, IQ и, следовательно, уровня ее притязаний и др. По этой причине средний возраст матери при рождении первенца в последние десятилетия увеличивается, что подтверждается данными Росстата (таблица 3).

Таблица 3 – Средний возраст матери при рождении первого ребенка в России по данным Росстата

Годы:	Средний возраст матери при рождении первого ребенка
До 1994	15,59
1995-1999	19,54
2000-2004	21,89
2005-2009	23,50
2010-2014	25,32
2015-2017	26,49
2018-2022	26,75

Причины снижения рождаемости касаются самых разнообразных сфер, начиная закономерными феноменами демографии и заканчивая экономикой и политикой.

Одним из демографических объяснений спада рождаемости является вполне закономерное явление под названием «демографическая яма». Суть заключается в том, что в период, например, серьезного кризиса и, следовательно, высокой смертности и низкой рождаемости, образуется малочисленное поколение, которое примерно через 20-25 лет вступает в репродуктивный возраст. И данное малочисленное репродуктивно способное поколение, от которого зависит основа показателей рождаемости, следовательно, создаст меньше детей, и рождаемость упадет.

Такое явление прослеживается в данный момент, оно и является одним из объяснений спада рождаемости в стране. В начале 90-х взрослое поколение уже воспроизвело детей ранее, когда не было качественной контрацепции, а государство активно поощряло рождение детей, вместе с тем молодое поколение еще не было готово к материнству и к тому же имело в доступе новые, качественные способы контрацепции. Рождаемость упала на несколько лет – с начала 1990-х годов до начала 2000-х. Таким образом появилась «демографическая яма». Наступил 2015 год, молодыми родителями должно становиться поколение, рожденное в начале 90-х. Статистика показывает падение, которое не останавливается до сих пор.

В современности на данный феномен накладываются и другие тенденции, например, норма малодетности, которая сменила норму многодетности. Это также одна из социальных причин снижения рождаемости [1].

В последние десятилетия произошел пересмотр норм, и новой тенденцией стала установка на то, что люди не стремятся заводить много детей: часто присуща однодетность и пока еще в меньшей степени, но также имеющий место быть, отказ от детей. Последнее движение получило название «чайлдфри» [2]. Это, например, становится наглядно понятно, если изучить данные Росстата по вопросу «желаемого и ожидаемого количества детей у мужчин и женщин» за 2022 г (таблица 4).

Таблица 4 – Желаемое и ожидаемое количество детей у мужчин и женщин за 2022 г. по данным Росстата

Число детей	Женщины		Мужчины	
	Желаемое	Ожидаемое	Желаемое	Ожидаемое
0	2,41	3,73	3,54	5,37
1	23,05	29,89	23,08	28,57
2	48,54	44,51	45,9	43,23
3	18,94	13,92	18,2	13,94
4	2,96	2,22	3	2,18
5 и более	1,89	1,06	2,54	1,34

Как можно заметить, мужчины и женщины солидарны по данному вопросу и желают в большинстве случаев иметь двух детей в семье, ожидания соответствуют такой же тенденции. На втором месте по желаемому и ожидаемому количеству детей – наличие одного ребенка в семье. Да, часть женщин и мужчин также желают иметь и троих детей, но что-то их останавливает, ведь показатель ожидания по этому же количеству детей значительно меньше. И как мы видим, реальные показатели рождаемости еще меньше ожидаемых и желаемых.

Существует множество факторов, почему женщины стремятся отказаться от рождения ребенка и делают выбор в пользу построения своей карьеры.

Например, женщин не предпочитают брать на работу из-за возможной беременности. Многие компании выстраивают свою политику так, что предпочтение отдается мужчинам, либо внедряют в деятельность контракт, по которому женщина не может уходить в декрет в период его действия. Поэтому для женщин, желающих работать, свойственны страх и нежелание заводить детей [4].

Также сомнения вызывает не только рождение первого ребенка, но и последующих, если уже имеются дети. Статистика показывает нам не только увеличение среднего возраста матери при рождении первенца (таблица 3), но и второго и третьего ребенка в том числе (таблица 5).

Таблица 5 – Средний возраст матери при рождении второго и третьего ребенка в России по данным Росстата

Годы:	Средний возраст матери при рождении второго ребенка	Средний возраст матери при рождении третьего ребенка
1995-1999	20,04	20,5
2000-2004	23,21	24,41
2005-2009	26,02	26,35

Продолжение таблицы 5

Годы:	Средний возраст матери при рождении второго ребенка	Средний возраст матери при рождении третьего ребенка
2010-2014	28,44	29,86
2015-2017	29,83	31,88
2018-2022	30,51	33,09

Более того, позитивным моментом в увеличении стремления отложить материнство на более поздний срок, является развитие науки в вопросе репродуктивного женского здоровья, и теперь у женщин есть возможность рожать позже, что позволяет отдать предпочтение карьерному росту и развитию [3].

Нельзя не отметить, что современная тенденция в вопросе разводов также неутешительна, а большой процент женщин становятся матерями-одиночками. На кого же еще женщинам положиться, если не на себя? На современном этапе женщина имеет гораздо больше возможностей на пути по карьерной лестнице, ей стало проще зарабатывать самой и ни от кого не зависеть. Ведь таким образом даже в случае негативного исхода отношений и брака у нее будет возможность уйти. Тогда как наличие ребенка и соответственно финансовая зависимость от мужчины страшат женщин.

СМИ, телевидение и сеть-интернет предоставляют и транслируют печальные истории женщин, брак которых разрушил их жизнь. Информация стала более доступной и открытой. Более того, они сами еще будучи маленькими девочкам могли наблюдать в своей семье разрушительное действие развода или просто последствия того, что когда-то мама родила их в свои 20, а теперь винит всех вокруг за потерянную молодость. В последствии, уже взрослая, эта девочка решает, что не повторит судьбу мамы и в итоге выбирает карьеру как путь самореализации, избегая материнства.

Таким образом, одним из факторов того, что девушки и женщины делают выбор в пользу карьеры, откладывая материнство, также может быть негативный опыт семейных взаимоотношений в родительской семье [3].

Есть мнение о том, что подобная тенденция к уменьшению количества детей в семье также связана с изменением и приобретением новых социальных ролей [3]. Если раньше это была роль жены и матери, то сейчас для общества более характерна свобода и толерантность, и женщина начинает открывать для себя новые роли, оформляется совершенно иной образ современной женщины, которая всесторонне развита, самодостаточна и независима, а также наравне с мужчинами способна побороться за должность на пути к вершине карьерной лестницы.

Получив в свое распоряжение новые роли и возможности, которые ранее были присущи в основном мужчинам, женщина вынуждена перенимать и ряд сопутствующих этим ролям «маскулинных» качеств, чтобы успешно решать

стоящие перед собой задачи: твердость, решительность, агрессивность, жесткость и т.д. Таким образом, продвигаясь на своем пути эмансипации и включаясь в занятия, которые прежде представляли собой область мужской деятельности, женщина меняется [3].

Данные перемены запускают процесс изменения, перестройки и трансформации. И для женщин, предпочитающих карьеру рождению детей, свойственны свои психологические особенности [3]. Так, согласно исследованию Ивановой Е.А., проведенном еще в 2004 году, данному типу женщин свойственны свои психологические характеристики в сравнении с женщинами, которые предпочли выбрать деторождение: «наблюдается более высокий уровень эмоциональной напряженности и тревожности и более низкий уровень оптимизма, жизненной удовлетворенности и эмоциональной устойчивости», «демонстрируют внутреннюю закрытость, сдержанность и заикленность на себе» [3]. Другой автор выделяет дополнительные характерные качества, считая, что женщины, предпочитающие карьеру, «образованы, самостоятельны, эффективные лидеры, имеют хороший самоконтроль эмоций и поведения, реалистичны, имеют ясную, четкую «Я-концепцию» и стремление к профессиональному росту» [5].

Также разделяют женщин в чисто «мужских» профессиях и чисто «женских», считая, что каждому типу свойственны свои характеристики: «женщины, занятые в «мужских» областях деятельности, более сдержанны в общении, придерживаются делового стиля во взаимоотношениях с людьми, более практичны и реалистичны, склонны работать в команде, в служебном продвижении опираются на помощь коллег; в то же время женщины, реализующие себя в традиционно «женских» профессиях, более открыты и эмоциональны в общении и взаимодействии с людьми, более чувствительны и мечтательны, демонстрируют большую независимость от коллег» [5].

То, что в будущем они предпочтут выбор карьеры в качестве приоритета, могло проявляться еще в детстве. Например, также было выявлено, что такая категория женщин в детском возрасте в значительной степени меньше интересовалась «материнской» ролью в процессе игр (например, это могли быть игры в куклы или дочки-матери, которые таким девочкам были малоинтересны) [3]. Дополнительные характерные особенности в воспитании будущих «карьеристок» выделены в статье Бендас Т.В. и Ковалевой О.А., по их мнению, роль играют также отличные от общепризнанных установки мамы в вопросе женской роли в обществе, а также такое поведение папы, которое показывает модель поведения «успешного профессионала» [5].

Также статистически значимо ниже у них проявляется интернальность в различных сферах (во взаимоотношениях трудовых и с партнером) в сравнении с теми, кто сделал выбор в пользу рождения ребенка: «склонны считать происходящие с ними неприятные события результатом невезения и неудачным стечением обстоятельств», «больше возлагают ответственность за происходящее на партнеров, а не на себя» [3].

Отличие есть и в вопросе ценностей. Для них свойственны в большей степени профессиональные и семейные ценности, а в наименьшей – духовные [3, 5].

В заключение хотелось бы отметить, что на современном этапе большое количество факторов оказывает влияние на показатели деторождения, которые в последнее десятилетие стремительно падают. Начиная с закономерных феноменов демографии, по которым уже давно предсказывали падение рождаемости, и заканчивая совершенно новыми тенденциями в обществе, о возникновении которых могли только косвенно предполагать. Например, возникновение стремления женщин к независимости, которое все больше набирает обороты, следующее из него движение «чайлдфри» и стремление к карьерному росту наравне с мужчинами, которое предполагает откладывание первой или повторной беременности на более поздний срок.

Женщины сменили ролевую направленность, чему поспособствовал ряд факторов, а в связи с переориентацией изменились и психологические особенности. Та часть женщин, которая вошла в «мужские» профессии, примерила на себя и свойственные мужчинам качества: твердость, решительность, сдержанность в общении с коллегами, деловой стиль во взаимоотношениях с людьми, практичность и реалистичность. Женщины, реализующиеся в профессиях традиционно «женских», более открыты и эмоциональны в общении и взаимодействии с людьми, чувствительны и мечтательны, демонстрируют большую независимость от коллег.

В целом для женщин, выбравших путь самореализации через карьеру, свойственна повышенная личностная и ситуативная тревожность, экстернальный локус контроля в работе и взаимоотношениях с партнером, а также основными ценностями являются профессиональные и семейные.

Закономерно в современном обществе возникают споры о том, что должна выбирать женщина – карьеру или семью. Происходит столкновение устоявшихся взглядов о том, что предназначение женщины – это прежде всего материнство, и противоположного мнения о том, что ей необходима самореализация в карьере, на которую она имеет полное право. Первые много лет подвергались критике за то, что «сидят дома» и что быть домохозяйкой – это не работа, их старания обесценивались и ударялись о достижения «свободных» мужчин, реализующих себя в карьере. В обществе появились вторые и осуждению подвергся их уход от природного предназначения быть матерью. В конечном итоге виноватыми и несчастными себя чувствуют как женщины, которые поставили в приоритет карьеру, так и те, кто выбрал семью и рождение детей. Более того, счастья не достигло и большинство из тех, кто попытался это совместить.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Кузьменко Т.В. Снижение рождаемости в России как социальная проблема / Т.В. Кузьменко // Вестник МГУ. – 2007. – №2. – С. 159-162

2. Москаленко А.С. Причины демографического кризиса в России и пути его преодоления / А.С. Москаленко, Д.Д. Белогуров, // Экономическая наука и практика : Издательство Молодой ученый. – 2012. — №1. – С. 180-182.
3. Иванова Е.А. Психологические особенности женщин фертильного возраста, предпочитающих построение карьеры деторождению : дис. ... канд. психол. наук 37.04.01 / Е.А. Иванова. – 2023. – С. 83
4. Котоманова О.В. Профессиональная карьера как путь личностного развития женщины / О.В. Котоманова, // Вестник БГУ. Образование. Личность. Общество. – 2013. – №5. – С. 102-106
5. Бендас Т. В. Факторы, влияющие на профессиональную успешность женщины / Т.В. Бендас, О.А. Ковалева, // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. – 2016. – №10. – С. 67

ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

**Белова О.А., кандидат медицинских наук, учитель биологии
Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Центр образования "Дистанционные технологии", город Рязань
Асеев В.Ю., кандидат сельскохозяйственных наук, доцент ФГБОУ ВО
«Рязанский государственный университет им. С.А.Есенина»**

«Спешите делать добро»

Ф.П.Гааз

Для современного учительства, воспитывающего детей поколения Z (зуммер), необходимо знание всего положительного опыта, который был накоплен предшествующими поколениями. Новые тенденции в науке и образовании потребовали более современные умения, знания, навыки, высокого нравственного развития личности. От современного учителя, работающего с учащимися с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья), требуется много сил, терпения и внимания. В связи с этими процессами идет постепенная переориентация педагогов, особенно в школах, где идет обучение детей современного поколения через среду Интернет. Общекультурный вектор приобретает миссия и роль учителя в обществе. Необходимо владение не только глубокими понятиями и знаниями своего предмета, но и понимание новых ценностных ориентиров, критериев деятельности, культуры, этических норм. Учитель, работающий с особыми школьниками, просто обязан обладать высоким уровнем общей культуры, мобильности, быть постоянно готовым к творческой работе. Другие социальные ориентации, прогрессивные тенденции в науке выдвигают новые требования. Учитель становится творцом общечеловеческих ценностей, в том числе и здоровья. На первое место выходит гуманистическая парадигма, которая учитывает условия, в которых развивается личность. В структуре учебной деятельности также ведущее место отдаётся действиям контроля (самоконтроля) и оценки (самооценки). Учебная деятельность – фактор развития самосознания учащегося [4]. Состояние здоровья и санитарно – эпидемиологическое благополучие в настоящее время являются чрезвычайно актуальной стороной жизни нашего общества.

Философы трактовали, идею о том, что становление личности основывается на представлении человека, как её сознательного индивидуума. К.Д.Ушинский одним из первых применил научный подход к педагогике в России. Именно он стал инициатором обучения девушек естественным наукам, так как раньше считали, что им эти науки не к чему, им был открыт старший класс для подготовки наиболее способных девушек к званию домашней учительницы [8].

В основной концепции Федеральной целевой программы 2020 года трактуется понятие о необходимости развития и применения информационно-коммуникационных технологий и использования ЭИОС для повышения качества образования и конкурентоспособности выпускников школ любого типа. Развитие личности современного ребёнка, а в особенности подростка поколения Z очень интересно. Обучение детей с ОВЗ на современном этапе занимает одно из ведущих мест в современном обществе. Говоря о современном поколении подростков, учащихся 8-9 классов хотелось бы немного остановиться на том сенситивном (чувствительном периоде) в котором они пребывают, а после этого рассмотреть особенности учащихся с ограниченными возможностями здоровья, с которыми работаем. У всех детей данного периода развития отмечается неравномерность роста и гетерохронность развития, период, когда начинаются качественные и количественные преобразования. Разновременность созревания центральных механизмов регуляции биологических и физиологических систем - основа возрастного нормирования здоровья, а также трудовых, учебных нагрузок, особенно в подростковом возрасте. В подростковом периоде, учащихся 8-9 классов, характеризует быстрый рост физического развития, повышенная утомляемость и тревожность, частыми головокружениями, активным становлением мозга и нервной системы. В структуре ведущее место у детей и подростков данного возрастного периода занимают пограничные состояния. Они рассматриваются как ослабление систем адаптации организма [1]

Именно учитель, работающий с учащимися с ОВЗ должен понимать это. Критериями в школьном возрасте являются эффективность учебной деятельности, значительное усвоение школьных норм поведения, успешность социальных контактов. В этот период также активно идёт нравственное развитие подростка, формируются убеждения и собственные, отличные взгляды на окружающую действительность. Часто встречаются случаи, что мнения их не совпадают с общественным мнением, а часто противопоставляются им. Мы не должны забывать, что обучение детей «группы риска» особое, это учащиеся другого, современного поколения меняющегося мира. Очень важно, чтобы ребёнок сам мог оценивать свои поступки, часто возникающие в процессе обучения, особенно биологическим предметам, ситуации, когда нужно помочь подростку, увлечь его собственным предметом, применив современные методы обучения, например, инфографику [4].

На первом этапе обучения ранее стояло формирование учебных навыков, развития зрительно-моторных координаций. Всё это, в свою очередь, зависит от развития функционального состояния организма, от процессов возбуждения и торможения. В возрасте 14-16 лет наблюдается значительное формирование систем связей в ассоциативных слоях коры больших полушарий, начинают формироваться навыки планирования.

Увеличение количества учебных часов в российском образовании для биологических дисциплин в школьном курсе приводит к положительным моментам. Новые Федеральные государственные стандарты начального общего и основного общего образования (ФГОС НОО и ООО) регламентируют перечень обязательных предметных областей, учебных предметов и учебных модулей. Решением Президента Российской Федерации от 07.05.2018 постановлено обязательное эстетическое воспитание обучающихся, так как это формирует личность будущего гражданина России, независимо от предметной направленности знаний – гуманитаризация (наполнение программы) в плане эстетического воспитания. Эстетическое воспитание связано с правильным формированием нравственности любого обучающегося. К ним относятся и естественнонаучные предметы, в число которых входят биология, физика и химия. Приведем пример, изучая в 8 классе тему: «Систематические группы животных», обращаемся к радиоляриям, которые долгое время считались самыми красивыми живыми существами. Знаменитый ученый Эрнст Генрих Геккель (1834-1919) создал книгу «Красота форм в природе» обращаем на это внимание, рассматривая причудливые формы (раковины, шестилучевые кораллы, сифонофоры, инфузорий). По некоторым темам создаем поурочные листы, озаглавливая их по той теме, которую проходим. Дополнительный материал в 9 классе по теме «Иллюзии», сопровождаем презентацией с иллюзорными картинками. В курсе 8 и 9 классов применяем модульную блочную систему на уроках.

Возникла важность в повышении компетенций учителей биологии, особенно преподающих у школьников с ОВЗ. Для них лучше заменить текст картинками. Существуют разные мнения на проблему физического развития современного поколения: одни считают, что ухудшение состояния здоровья связано с процессом деакселерации (грациализации) физического развития, другие, наоборот, что идет обычная адаптация организма к окружающей среде. Мы предполагаем, что процесс деакселерации физического развития связан с приспособлением организма к возникшим новым условиям (в микросоциуме школы), и отчасти является адаптационным [3].

Наши учащиеся с первого класса занимаются, используя электронные средства обучения. В основном занятия проходят дистанционно. Согласно современным подходам к такой деятельности относят любые процессы учения, подготовки, консультирования учащихся. В том числе и предмет «Биологии» преподается в дистанционном формате. Стремительное развитие науки привело к использованию новых принципов в процессе обучения ботанике, зоологии, анатомии человека и др. Электронное обучение расширило возможности различных форм представления биологических данных, а также и опытов. При обучении в некоторых темах активно применяются Smart-тетради (интерактивные рабочие тетради), интерактивные он-лайн доски, информационно-образовательная среда Интернет [4].

Специфика дистанционного обучения учащихся биологии с ОВЗ проходит чаще всего индивидуально. В связи с этим становится доступным обеспечение школьного, а затем получения профессионального образования школьников с особыми образовательными потребностями. Важной задачей при изучении биологических дисциплин является изучение и доведения до школьников целостности растительного организма, а также его структуры, надежности и приспособительных особенностей в процессе онтогенеза. Для этого применяем виртуальный учебный материал, так как в биологических дисциплинах необходима обязательная визуализация, именно она является мощным инструментом познавательной деятельности при дистанционном обучении биологии. Например, применение виртуальных экскурсий, как одной из новых форм при преподавании биологических дисциплин, использование презентаций, с элементами интерактивности, интерактивных заданий. Визуализация в биологических предметах помогает формировать визуальное мышление и зрительное восприятие. Биологические науки используют большое количество информации, в связи с этим применение различных мультимедийных технологий, значительно влияет на качество знания и обучения. Формирование мысленного зрительного образа является необходимым для учащихся [7].

Обучающиеся 8-10 классов, относятся к поколению Z (зуммеров). Они легко схватывают работу с цифровыми технологиями, мобильной связью, интернетом, а также социальными медиа. Можно отметить, что знания они могут получать сразу из нескольких источников, учебников, интернет-порталов. Они легко воспринимают обучение небольшими порциями, им нравится красивые изображения на слайдах, а также как и всем нам, интересные факты, сравнение. Применение он-лайн викторин по различным направлениям биологических дисциплин. Это их интересует. Они с интересом участвуют в них.

Процесс формирования и обучения личности школьника - это определенно важный момент введения его в новый мир, культуру, а также усвоения биоэтических норм и правил, обогащение подростков новыми знаниями и методиками. Работая с учащимися с ОВЗ нужно понимать психофизиологические особенности развития обучающихся на каждом этапе индивидуального развития. При этом следует придерживаться физиолого-гигиенических нормативов при особой организации учебного процесса.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Акатов, Л. И. Социальная реабилитация детей с ограниченными возможностями здоровья: психологические основы : учеб. пособие [Текст]/ Л. И. Акатов. – М.: ВЛАДОС, 2004. – 368 с.
2. Блинков, Ю.А. Медико-социальная экспертиза лиц с ограниченными возможностями [Текст] / Ю.А. Блинков - М., 2005. –320с

3. Бородина, О.С. Формирование инклюзивной компетентности будущего учителя основ здоровья [Электронный ресурс] / О.С. Бородина // Журнал Профессиональное образование в России и за рубежом. – 2014. №1 (13). – С.75-79. 170с
4. Гайдукевич, С. Е. Организация образовательной среды для детей с особенностями психофизического развития в условиях интегрированного обучения [Текст] / С.Е. Гайдукевич : учеб.-метод. Пособие. - Минск: БГПУ. - 2006. - 98 с.
5. Государев И.Б. Межпарадигмально-семиотическая концепция электронных – образовательных сред // Образовательные технологии и общество. 2015.№4. С.730-737. 767.
6. Инклюзивное образование как первый этап пути к включающему обществу [Текст] / Н.Я. Семаго [и др.] // Психологическая наука и образование. – 2011. – № 1. – С. 51-58. 78с
7. Мартишина, Н.В. Становление и развитие творческого потенциала педагога в системе непрерывного педагогического образования [Текст]: дис. доктора пед. наук. / Н.В. Мартишина; Рязанский государственный ун-т им С.А. Есенина. – Рязань, 2009. – С.90-91. 383 с.
8. Ушинский К.Д. Человек как предмет воспитания. Опыт педагогической антропологии. // Собр. соч.: в 9 т.-Т.2 -М, 1950. 777с

МЕТОДИКА МИКРОГРУПП В ПРЕПОДАВАНИИ ПСИХОЛОГИИ КАК ФАКТОР СПЛОЧЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРУППЫ И ВЫЯВЛЕНИЯ ЕЕ ЛИДЕРОВ

**Бендас Т.В., доктор психологических наук, профессор
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет»**

Многолетнее преподавание психологии в студенческих группах привело нас к выводу, что некоторые наши педагогические методы и приемы не соответствует студенческому менталитету. Несмотря на стремление преподавателя запретить подказки, списывания у однокурсников, студенты продолжают использовать эти запрещенные методы. Все дело в том, что в российской студенческой субкультуре очень сильна солидарность и взаимовыручка. И мы решили использовать это обстоятельство в преподавании.

В 1920-30 годы в мире был поистине «золотой век». Во многих отраслях психологии был осуществлен прорыв. Наши немногочисленные психологи были не только в курсе мировых событий, но и сами вносили в них важный вклад. В центре внимания психологов была малая группа. В.М.Бехтерев в нашей стране, одновременно с В.Меде (Германия) и Ф.Оллпортом (США) [1; 3] провел эксперименты, которые показали важность присутствия других людей при выполнении различных задач. У В.М.Бехтерева студенты, работая с членами малой группы, улучшали свои показатели по объему и точности знаний, по смягчению жесткого осуждения проступков и проч.

Неслучайно именно в это время в педагогике была создана методика малых групп [1; 4]. Мы не нашли в литературе ссылку на конкретного автора методики, скорее всего, идея носилась в воздухе, и ее приняли и психологи, и педагоги [4].

Поскольку вся студенческая группа – это также малая группа, то мы называем данную педагогическую технику «методикой микрогрупп». Суть ее состоит в следующем. Студенты работают не поодиночке, а в микрогруппах: в диадах (по 2 человека), триадах (по 3), тетрадах (по 4), пентадах (по 5), при необходимости и в более многочисленных группах (хотя есть и ограничения в виде закона психологии, который называется «Семь плюс-минус 2»).

Это может быть выступление с докладом на практическом занятии, это ответ на домашнее задание. В принципе это может быть и другие виды работ – на факультете психологии в Ленинградском университете, где я училась в молодости, разрешалось делать по парам и дипломы (ныне ВКР), и сдавать экзамены и проч. Важным условием является то, что работа, выполненная вдвоем, должна быть больше по объему и значимости, чем работа, выполненная одним человеком. Соответственно это касается и других вариантов с увеличением числа участников.

Варианты конечного продукта могут быть также различными. Если это ответ по домашнему заданию, то микрогруппа готовит одного человека, который затем представляет ответ на всеобщее обозрение. Группа же не вмешивается и не помогает при ответе. В итоге выступавший, который становится лидером группы, зарабатывает для микрогруппы баллы. Его можно дополнительно поощрить баллами. Выбирает выступавшего либо группа, либо преподаватель (при регулярном использовании методики в качестве выступавших может побывать каждый член микрогруппы). При этом вместо зависти к хорошо подготовившемуся члену группы возникает радость за него, так как он делится своими знаниями с микрогруппой.

При выполнении других видов работ, требующих серьезной домашней подготовки, группа делится на микрогруппы, а ее члены распределяют объем и виды такой подготовки сами. Опытный преподаватель оценивает микрогруппу, подчеркивая важные позитивные моменты.

При оценке дипломной работы, которая длилась достаточно долго, преподаватели получили представление о вкладе каждого студента и могли поставить им разные оценки.

Наш многолетний опыт использования данной методики показал, что наиболее эффективна следующая ее разновидность.

Приведем пример использования данной методики в дисциплине «Этнопсихология». Тема занятия была «Мы – россияне, в прошлом и настоящем». Группа разделилась на 4 микрогруппы, по 4-5 человек (по желанию студентов), и затем каждая из них готовила выступление по одной из тем: «Наука России»; «Спорт России»; «Природа России»; «Искусство России» (тема выбиралась по жребию). Нужно было использовать разные источники – от мнений Канта и Мадариага до этнопсихологических исследований наших дней [5].

Результаты получились впечатляющие. Студенты подготовили театрализованные действия, с использованием костюмов, принесли старые фотографии и награды из семейных архивов, выступления сопровождалась компьютерной презентацией, музыкой (очень удачно студенты исполнили под компьютерный аккомпанемент современную песню «Матушка», выполненную «под старину»). Они также рассказывали недостаточно известные факты об истории шахмат в нашей стране, с использованием песни Высоцкого про Фишера, с обрисовкой обстановки в стране во время знаменитых матчей. А вклад женщин в историю мировой науки был исключительно познавателен для всех присутствующих.

Далее студенты выбирали еще одну тему: рассказать об особенностях этноса другой страны. Поскольку стран очень много, мы выбрали 9 наиболее изученных в этнопсихологии[5]: англичане, американцы (из США, хотя в Латинской Америке так называют выходцев как раз из Южной Америки), испанцы, итальянцы, китайцы, немцы, французы, японцы (о русских было рассказано выше).

На другом занятии микрогруппы, рассказывающие про Испанию и Японию, приготовили национальные блюда этих стран и угостили всех присутствующих, спели песню «Bessa me mucho», очень содержательно рассказали о вкладе Японии в развитие мировой науки и техники.

На занятии, посвященном Китаю, были продемонстрированы: театр теней, иероглифы, сказки, и, конечно же, китайская чайная церемония.

В результате вместо однообразных докладов, с ограниченным контентом, мы получили богатое содержание, проявление актерских и публицистических талантов. А самое главное – микрогруппы в процессе деятельности сплотились. Как нам показалось, другие микрогруппы, не испытывали враждебных чувств к другим микрогруппам, успешные выступления сопровождались аплодисментами и радостью всей группы. И еще один эффект можно было наблюдать. Иногда студенты, готовя доклад в одиночку, ленятся и откладывают его «на потом». Такое явление называется «прокрастинацией», которая свойственна нашей этнической группе, и особенно студентам.

Это явление частично преодолевалось тем, что в микрогруппах были лидеры, которые вели за собой других, ну и у каждого человека возникало желание не подвести группу. Конечно, иногда кто-то мало принимал участие в работе, но вся микрогруппа подтягивала его, помогала и в итоге этот человек также смог полноценно участвовать в выступлении.

Таким образом, кроме прямой информационной цели на занятиях с помощью методики микрогрупп получились побочные эффекты: сплочение группы и выявление лидерских качеств ряда участников.

Нам кажется, что преподаватели, должны использовать сильные стороны нашего студенчества, тем более, что наш коллективизм представляется более ценным, чем другие проявления, порожденные индивидуалистическими культурами.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреева, Г.М. Социальная психология: учеб для вузов / Г.М. Андреева // М.: Аспект Пресс. – 2009. – С. 362.
2. Бендас, Т.В. Психология лидерства: учебник и практикум, 2-е изд., испр. и доп. / Т.В.Бендас // М.: Юрайт, 2020. – С. 502.
3. Бехтерев, В.М. Избранные работы по социальной психологии / В.М.Бехтерев // М.: Наука, 1994. – С. 398.
4. Блонский, П.П. Избранные педагогические и психологические сочинения / П.П.Блонский // М.: Педагогика, 1979. – С. 304.
5. Кармин, А.С. Культурология, 2-е изд., перераб. и доп. / А.С.Кармин. – СПб.: Лань, 2003. – 928 С.
6. Stogdill, R.M. Handbook of leadership / R.M.Stogdill // N-Y., L.: Free Press, 1974. – С. 613.

ПОДХОДЫ К ОПРЕДЕЛЕНИЮ ПОНЯТИЙ СЕМЬЯ И БРАК В ПСИХОЛОГИИ

**Биктина Н.Н., кандидат психологических наук, доцент
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет», город Оренбург**

Для многих такие термины, как «семья» и «брак», стали если не синонимичными, то точно отражающими очень сходные понятия. Однако многие исследователи сходятся во мнении, что каждый из этих терминов имеет свою специфику, которую важно учитывать [2].

Семьей считают пространство жизнедеятельности, в пределах которого осуществляется реализация различных потребностей членов этой семьи. Люди в семье связаны кровным родством или родственными узами. Существует множество понятий термина «семья», в связи с разнообразием подходов ее изучения. Семейная психология в России исследует понятие «семья» через призму двух подходов – социологического и психологического.

Бурное развитие в прошлом получило изучение семьи именно как части социума, чему свидетельствует множество исследований на данную тему. Социологические исследования изучали такие вопросы, как: роль семьи как социального института, классификация типов семей, семейных проблем. Учеными изучались отношение семей к рождению детей, статус и ценность семьи в обществе (А.И. Антонов, Е.Ф. Ачильдиева, С.В. Дармодехин, М.С. Мацковский, В.А. Медков, В.В. Бодрова, З.А. Янкова и др.).

Психологическое направление достаточно давно получило свое развитие. Изучения семьи привело к возникновению новейших теорий функционирования семьи. Активно изучаются такие вопросы, как супружеское взаимодействие в семье, детско-родительские отношения, предпосылки и причины возникновения конфликтов в семье, а также подробно была изучена тема разводов. 80-е годы стали стартом для семейной психотерапии. Первыми семейными психотерапевтами стали Ю.А. Алёшина, А.С. Спиваковская, Э.Г. Эйдемиллер, которые дали толчок к развитию данной сферы и ее популяризации [1].

Существует два подхода рассмотрения семейного взаимодействия. Первый подход появился в самом начале возникновения интереса к психологии семьи и заключается в понятии семьи, как группы индивидуумов, которые могут иметь общие интересы, однако сферы их влияния друг на друга ограничены. При этом семья будет являться местом развития и социализации ребенка. Применение данного подхода характерно для специалистов, работающих в бихевиоральном и психоаналитическом направлении.

Во втором же подходе семью рассматривают как систему, в которой каждый член семьи взаимосвязан друг с другом. Взгляд на семью как на целое предложили такие зарубежные авторы, как С. Минухин, М. Боуэн, В. Сатир. В

отечественной же психологии данный подход развивали А.В. Черников и А.Я Варга.

На данный момент многие исследователи придерживаются именно второго подхода, считая, что семья – это система, имеющая свои функции, цели, иерархию и определенные этапы развития. На основе этого представления было предложено понятие термина «семья»: это социальная система, объединяющая группу людей и их взаимоотношения, т.е. это совокупность элементов и их свойств, связи и отношения между которыми динамичны.

Как нами уже отмечалось выше, понятие «семья» неразрывно связано с понятием «брак». Так, Т.М. Трапезникова в основу семьи ставит брак и супружеские отношения [4,11].

«Семья» и «брак», вопреки общему мнению, не являются синонимичными, поэтому далее мы рассмотрим понятие «семья». Семья одно из самых древних понятий, которое имеет особую ценность для каждого человека, вне зависимости от этноса и народности. Самая древняя историческая общность смогла сохраниться спустя многие века, благодаря своей крепости и стабильности. Семья – маленькая часть общества, которая отражает все те процессы, через которые проходит нация и страна. Развитие семьи влияет и на развитие всего человечества. Семья является фундаментом жизни любого человека, ведь именно она вкладывает в него традиции и ценности, принципы и установки, знания и верования и т.д. Личность человека формируется на основе всего того, что было в него заложено семьей.

Младенец рождается без знаний об этом мире, лишь попав в семью, он начинает приобретать эти знания. Его учат понимать, что такое хорошо, а что такое плохо, как вести себя со знакомыми и незнакомыми людьми, узнает моральные нормы. В семье его учат традициям семьи, нации и страны, а также формируют первичные представления об окружающем мире. Взрослея, ребенок проявляет в своей уже самостоятельной жизни все те же паттерны поведения, что он перенял из родительской семьи. Это подтверждает сказанные нами слова выше о том, что семья играет ключевую роль в развитии и взрослении человека, а также в его дальнейшей жизни. Семья выполняет социальную функцию, т.е. социально, духовно и культурно воспитывает личность, а также участвует в ее социализации [7].

В связи с высокой значимостью семьи и семейных отношений в формировании личности, данная сфера жизни многие годы привлекает исследователей разной специализации. С точки зрения различных философов, семья неразрывно связана с такими понятиями как любовь, нравственность и духовность. Социологи же в свою очередь рассматривают семью, прежде всего, как базовую социальную группу, которая отвечает за взаимодействие между супругами. В психологии семьи исследователей интересуют такие проблемы, как внутрисемейное взаимодействие, эмоциональная близость, роль семьи в психическом развитии личности. В демографии же рассматриваются вопросы заключения брака, развода, репродуктивной функции семьи. Для педагогики

главной функцией семьи является воспитание, поэтому рассматривают ее именно с этой точки зрения.

Существует множество различных взглядов на сущность понятия «семья» в психологии, поэтому мы рассмотрим некоторые из них:

1. Столин В.В. считал, что семья является, прежде всего, системой. Для нее характерны различные внутренние и внешние воздействия, которые могут влиять на ее развитие. Поэтому семье важно поддерживать внутренний баланс, чтобы сохранить собственный темп и направление развития [5, 9].

2. Дружинин В.Н. называл семью главным компонентом среды. По его мнению, ребенок в семье, словно в коконе, где он вырастет и готовится к самостоятельной жизни всю свою первую четверть жизни. Выйдя же из этого кокона, уже повзрослевший ребенок стремится построить собственную семью [3].

3. Семья, по мнению А.Г. Харчева, является исторически конкретной системой взаимоотношений между супругами, между родителями и детьми, это малая социальная группа, члены которой связаны брачными и родительскими отношениями, общностью быта и взаимной моральной ответственностью [8,13].

4. В.М. Целуйко в свою очередь называет семью малой социальной группой, члены которой связаны брачными и родственными отношениями, общностью быта, взаимной помощью и моральной ответственностью [12].

Далее мы рассмотрим понятие «брак». В современном мире семья – это, прежде всего союз двух романтических партнеров – супругов, а также союз родителей и детей, союз родственников. Основанием для данного вида союза выступает брак. Официально государством признается лишь тот брак, что заключен в определенной юридической форме. Люди, состоящие в браке, имеют определенные права и обязанности, а также общее имущество.

Как и термин «семья», «брак» имеет различные определения. Так, Е.М. Бабосов, считает: «Брак – это определенное правовое отношение, порождающее права и обязанности, вступивших в брачный союз мужчины и женщины по отношению друг к другу и к детям». Также им были выделены различные формы брака: моногамию, полигамию и групповой брак. Данное определение трудно назвать исчерпывающим, так как здесь рассматривается лишь брак как часть правовых отношений между людьми. Однако брак существовал задолго до появления юридических законов, норм и прав. Данное определение не рассматривает разнообразие исторических форм брака.

Русский юрист Г. Ф. Шершеневич в своих работах использовал следующее определение брака: «союз мужчины и женщины с целью сожителства, основанный на взаимном соглашении и заключенный в установленной форме». Им были также выделены общие черты брака: взаимный интерес обоих супругов, наличие общего имущества, необязательность заключения брака и отсутствие ограничений на разводы. И. А. Загорский считал, что «брак – это семейный союз мужчины и женщины, порождающий их права и обязанности по отношению друг к другу и к детям».

Мнения зарубежных и российских исследователей в вопросе определения брака сходятся, браком является союз мужчины и женщины, закрепляющий их права и обязанности при совместной жизни. Можно встретить наиболее расширенное определение: брак – это добровольный, равноправный союз мужчины и женщины, заключаемый для создания семьи и порождающий взаимные права и обязанности супругов, заключаемый в органах ЗАГС. Браком также считается важнейший юридический факт, вызывающий возникновение семейно-правовых связей, и представляющий собой свободный и добровольный союз мужчины и женщины, заключаемый в установленном порядке с соблюдением требований закона, направленный на создание семьи. Основой для создания брачной связи является чувство любви и дружбы, а также взаимоуважение и наличие общих ценностей [3]. Следовательно, не существует единого определения брака, которое устраивало бы каждого исследователя, но общим для всех этих определений является рассмотрение брака как союза мужчины и женщины.

А.Г. Харчев уточняет разницу между терминами «брак» и «семья». По его мнению, брак – это лишь показатель взаимоотношений людей, семья же помимо этого является социально организованным объединением людей. В изучении института семьи важным аспектом является взаимосвязь семьи и брака [7].

Таким образом, мы приходим к выводу, что существует несколько мнений относительно брака. Так, первая группа исследователей считает, что брак неразрывно связан с деторождением. Мы считаем такую точку зрения слишком узкой, так как не рассматриваются бездетные семьи. Известно, что сейчас около 20% браков не имеют детей, поэтому стоит их тоже учитывать. Вторая группа авторов выделяет как признак брачной связи совместное проживание общий быт, но здесь мы снова не можем полностью согласиться. Известны примеры открытых браков, где супруги проживают на разных территориях, однако поддерживают между собой теплые и поддерживающие отношения. Третья группа исследователей рассматривает брак как союз мужчины и женщины, игнорируя существования однополых браков, которые широко распространены за рубежом. Хотя в России такие браки не признаны официально и не имеют законной силы, однако, по нашему мнению, их тоже стоит брать во внимание.

А. Гуггенбюль-Крейг писал, что главная цель заключения брака между двумя людьми это не рождение и воспитание людей, а совместное достижение счастья. Так, он считал, что мужчина и женщина в брак вступают в поиске счастья. И наибольшая вероятность достижения счастья возможна при совпадении партеров в таких важных аспектах, как цели, мечты, ценности, традиции и т.д.

Исходя из всего вышесказанного, мы приходим к выводу, что, при общей схожести двух понятий, «брак» и «семья» все же имеют ряд отличий. Понятие «брак» более узкое, чем понятие «семья». В семью входит несколько подсистем: супружеская, детско-родительская, детско-детская. В браке же лишь

одна подсистема – супружеская, однако она имеет большее значение для дальнейшего развития и функционирования всей семьи.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алешина Ю.Е. Цикл развития семьи: исследования и проблемы // Психология семьи: хрестоматия / Ред. Д.Я. Райгородский. – Самара: Бахрах-М, 2007. – С. 54– 65.
2. Баских, Е. И. Соотношение и различие понятий "семья" и "брак" / Е. И. Баских // Тенденции развития науки и образования. – 2015. – № 8. – С. 5-6.
3. Дружинин В.Н. Психология семьи / В.Н.Дружинин //Психология. Журнал Высшей школы экономики.-2005. Т. 2. - № 3. - С. 60–77.
4. Косова. О.Ю. Юридическая формула брака в российском праве / О.Ю. Косова // Философия. Социология. Право. – 2017. – С. 45-47.
5. Котельникова, Ю. С. Психологические аспекты соотношения понятий "семья" и "брак" / Ю. С. Котельникова // Всероссийская весенняя психологическая сессия: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции, Екатеринбург, 22 марта 2017 года. – Екатеринбург: [б. и.], 2017. – С. 158-161.
6. Кудрявцева, М.В. Организации совместной досуговой деятельности в дошкольных учреждениях, как фактор изменения стиля детско-родительских отношений / М.В. Кудрявцева // Universum: психология и образование. – 2018. – №4(46). – С. 44-47
7. Лагойда, Н.Г. Изучение истории семьи и её значение для современной молодёжи / Н.Г. Лагойда. – 2019. – С.225-232.
8. Макарова, И.А. Понятия «брак» в контексте научных теорий / И.А. Макарова // Вестник Челябинского государственного университета. – 2017. – С. 121-125.
9. Столин, В. В. Опросник удовлетворенности браком / В. В. Столин, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко// Вестн. МГУ. Сер. 14. Психология. —1989. – № 2. – С. 54-62.
10. Посысоев, Н.Н. Основы психологии семьи и семейного консультирования / Н.Н. Посысоев // М.: Владос-Пресс. – 2014. – С.22-24
11. Трапезникова Т. М. Этика и психология семейных отношений: Учеб. пособие / Т. М. Трапезникова; ЛГУ. - Ленинград: ЛГУ, 1988. - 80с.
12. Целуйко, В. М. Психология современной семьи / В.М. Целуйко – М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС. – 2014. – С. 8-10.
13. Харчев А. Г. Брак и семья в СССР /А.Г.Харчев. [Текст]. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва: Мысль, 1979. - 367 с.

ЮМОР В КОНТЕКСТЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПЕЦИАЛИСТОВ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ

**Болдырева Татьяна Александровна, кандидат психологических наук,
доцент кафедры общей психологии и психологии личности
Яббарова Светлана Ильдаровна, студент 4 курса специальности 37.05.02
«Психология служебной деятельности»
Федеральное государственное образовательное учреждение высшего
образования «Оренбургский государственный университет»**

Профессии, связанные с оказанием помощи людям в экстремальных ситуациях и ликвидацией последствий катастроф различного характера предполагают, что специалист умеет оперативно мобилизоваться физически и психически, кроме того, он может длительное время, невзирая на самые сложные объективные условия, сохранять максимальную работоспособность. Если способность к стремительной мобилизации в большей степени детерминирована психофизиологическими возможностями человека, то проблема устойчивости к различного рода неблагоприятным воздействиям в процессе реализации профессиональной деятельности в значительной степени оказывается в сфере смысловой [7]. Быстрая переинтерпретация событий и обстоятельств, направленная на снижение стрессогенного или психотравмирующего характера переживаемых и/или наблюдаемых явлений, становится важнейшим условием для оптимизации уровня эмоционального напряжения в момент действия ситуации и в период, следующий за завершением такового.

Юмор, смех, комическое является неотъемлемой частью любой человеческой культуры. Так, М.М. Бахтин пишет: «Каждая эпоха мировой истории имела свое отражение в народной культуре. Всегда, во все эпохи прошлого, существовала площадь со смеющимся на ней народом» [1, с. 241]. Неизменность юмора, комического, смеха заставляет обратиться к функционально-психологическому аспекту данного явления в контексте профессиональной деятельности людей, постоянно сталкивающихся с людским горем, с трагедией, со смертью. Анализ оказавшихся нам доступными публикаций позволяет констатировать, что эмпирические исследования психологических аспектов юмора, комического, смешного не носят массового характера. Вероятно, в значительной мере это объясняется методологической и методической непроработанностью юмора как категории психологической.

В научной литературе нет точного определения юмора. Мы обратимся к нескольким из них.

С.Л. Рубинштейн описывает юмор как «принятие мира» со всеми его слабостями и недостатками, которых в реальной действительности не лишено даже самое лучшее, но и со всем тем ценным, что за этими недостатками и слабостями скрывается. Он вводит понятие «чистый юмор», который относиться к миру как к любимому существу, над смешными сторонами и

милыми слабостями которого приятно посмеяться, чтобы почувствовать особенно его бесспорные достоинства» [6].

В своей работе «Психология юмора» Р. Мартин определяет юмор как такое качество действия, речи или литературного произведения, которое вызывает веселье; причуда, комизм, шутка» [9].

Большая Российская энциклопедия трактует юмор, акцентируя внимание на переживаниях противоречий, объединяющих серьезное и смешное. Юмор категоризируется при этом как переживание, относящееся и к сфере сознания, и к сфере характера.

Таким образом, при всем разнообразии подходов, юмор рассматривается как определенный способ восприятия событий и явлений окружающего мира, интегративный по своему качеству, направленный на переоценку таковых.

Понимание юмора И. Кантом базируется на представлении юмора как некоей особенности протекания телесных процессов, проявленных в особых свойствах мышления. Найти противоречия, определить их — это основная сущность юмора.

Можно выделить психоаналитический, когнитивный, функциональный подходы к юмору в психологии.

З. Фрейд дважды в своей научной деятельности обращался к категории юмора. Одна из работ, посвященных юмору и насмешке, выходит в свет в 1905 году под названием «Остроумие и его отношение к бессознательному». Согласно основному постулату этой работы, юмор — ничто иное, как экспликация бессознательного. Юмор, наряду с оговорками и сновидениями, он полагает ещё одним доказательством существования бессознательного.

Основатель психоанализа наделяет юмор еще одним свойством — психозащитным. И в этом контексте он противопоставляет юмор и насмешку. Если юмор, полагает З. Фрейд, - это здоровый защитный механизм, позволяющий экономить психическую энергию в процессе вытеснения бессознательных тревожных импульсов, то насмешка — это способ выражения социально осуждаемых агрессивных и сексуальных импульсов. С понятием удовольствия, - наиболее базовым для классического психоанализа, связан именно юмор. [3]

У истоков когнитивного подхода к пониманию психологической сущности юмора стояли Г. Айзенк, Р. Кеттелл, Г. Олпорт. По мнению Г. Айзенка, юмор — ничто иное, как черта личности, которая может быть описана по качественным и количественным параметрам. То, насколько интенсивно использует человек юмор, является основной функцией юмористического переосмысления, создания нового смысла наблюдаемых/переживаемых событий и явлений; то, насколько способен человек применять юмор в разных ситуациях общения, - представляется как означенные параметры оценки юмора как свойства личности.

Методическая база для изучения юмора была сформирована благодаря функциональному подходу, представителем которого является Р. Мартин. На

основании проведенных исследований он предлагает четыре основных типа юмора. [8]

Трудовая деятельность представителей профессий экстремального профиля модифицирует и трудовую деятельность, и психические процессы, и трудовые отношения [2]. Как правило, в трудовых коллективах такого рода формируются довольно близкие отношения с сохранением служебной субординации непосредственно в процессе реализации трудовой деятельности и по ее окончании. Такой универсальный характер специфических отношений между членами одного подразделения обуславливают выработку специфичных по отношению к содержанию профессии моделей поведения, наличие чётких, разделяемых, как правило, всеми членами коллектива, традиций и ритуалов. Легенды, истории из опыта, напоминающие больше мифы, являются по сути иллюстрированием инструкций, регламентирующих профессиональное поведение.

В своей многомерной концепции Р. Мартин рассматривает юмор через цели созданного или воспринятого юмористического содержания. Юмор и насмешка им рассматриваются как грани одного и того же явления, идеям З. Фрейда в этом направлении он не следует. С этой целью вводится понятие стиля юмора, основанной на двух критериях: направленности юмора (на себя или на других) и характера юмора (поддерживающего или самоуничижительного). Для здоровой личности, по мнению Р. Мартина, характерно использование юмора как зрелого защитного механизма, который проявляется исключительно в самоподдерживающем и аффилиативном стилях [4].

Разработка русскоязычной версии методики Р. Мартина «Опросник стилей юмора» позволила не только сформировать удобный и надежный психодиагностический инструментарий, но и проанализировать структурные связи разных стилей юмора с другими психическими образованиями [3, 4].

Аффилиативное чувство юмора описывается разработчиком данной концепции как способ организации межличностного и группового взаимодействия, благоприятного социально-психологического климата. Ведущим свойством такого стиля является доброжелательность, сглаживание углов, поиск объединяющих, но не разъединяющих оснований между взаимодействующими людьми. Коррелирует аффилиативный юмор с экстраверсией, с оптимизмом, с эффективностью человека в установлении и поддержании межличностных отношений. Как правило, у людей, которые предпочитают аффилиативный юмор, положительные эмоции преобладают над отрицательными, они характеризуются относительно высоким уровнем самопринятия и самооценности.

Самоподдерживающий стиль юмора направлен на сохранение способности противостоять переживаемым трудностям и проблемам. Это проявление такого личностного свойства, как оптимизм. Такой стиль юмора рассматривается наиболее приемлемым механизмом совладания с эмоционально-напряженными ситуациями, наиболее эффективным способом регуляции

эмоционального состояния. Этот стиль юмора выполняет интрапсихическую функцию и с экстраверсией связан незначительно. Согласно проведенным исследованиям, с нейротизмом самоподдерживающий стиль юмора коррелирует отрицательно, а с оптимизмом, с открытостью новому опыту, с самооценностью и удовлетворенностью качеством жизни, с успешностью установления и поддержания межличностных отношений - положительно.

Агрессивный юмор - это сарказм, насмешки, подтрунивание, может использоваться в целях манипуляции другими. Люди с агрессивным стилем юмора часто не могут справиться с желанием состричь, даже если шутка может кого-то обидеть. Этот стиль юмора положительно связан с нейротизмом, враждебностью, гневом и агрессией и отрицательно – с удовлетворенностью межличностными отношениями, дружелюбием и совестью, с социальной компетентностью, со способностью оказывать эмоциональную поддержку другому человеку.

Самоуничижительный стиль - использование юмора, направленного на самого себя, с целью снискания расположения значимых других. Такие люди, заискивая перед окружающими, позволяют им делать себя объектом шуток и готовы разделить с ними этот смех. Хотя они могут восприниматься как остроумные и веселые, за этим стоят низкая самооценка и обостренная потребность в принятии. Они испытывают трудности в отстаивании своих прав. Самоуничижительный стиль юмора положительно связывается с нейротизмом, депрессией, тревогой, и отрицательно – с удовлетворенностью межличностными отношениями, качеством жизни, психологическим благополучием, самооценностью [3].

Представители профессий экстремального профиля, как правило, могут использовать юмор во время протекания чрезвычайных ситуаций и/или после. Юмор во время чрезвычайных ситуаций позволяет сделать переоценку сложившейся ситуации, посмотреть на стрессогенное воздействие с юмористической точки зрения, что позволяет до некоторой степени снизить угрожающий характер событий и воспринять их как несколько более управляемые. В свою очередь позитивная эмоция радости, сопровождающая юмор, снимает напряжение, стресс, замещает или вытесняет чувство тревоги или гнева.

Однако использование чувства юмора в период действия чрезвычайной ситуации обладает широким спектром ограничений. Основное ограничение - объективное. Далеко не всякая чрезвычайная ситуация располагает к применению юмора. Ситуации, связанные с угрозой жизни человека, его целостности, выступают явным противопоказанием для использования юмора.

Вне чрезвычайных ситуаций представители профессий экстремального профиля используют юмор в различных формах. Забавные истории и анекдоты, саркастические комментарии и розыгрыши — довольно частое явление в межличностном общении сотрудников профессий экстремального профиля. Например, пожарные часто шутят о своих рабочих днях, рассказывая о том, как они справляются с различными пожарами и спасают жизни людей.

Эти истории обычно полны юмора и иронии. Это помогает пожарным чувствовать себя увереннее и спокойнее перед лицом опасности.

Сотрудники экстремальных профессий придумали креативный способ обращения к людям. Это ещё один способ проявления юмора, который выражается в мемах, то есть в весёлых картинках. Так, сотрудники МЧС Свердловской области города Екатеринбурга придумали интересный способ информирования граждан об ухудшениях погоды. Они выкладывают кадры из известных фильмов или популярных мемов и подписывают свой текст, в котором предупреждают о изменениях в погодных условиях. Данные картинки они выкладывают на своих официальных каналах в социальных сетях как в ВКонтакте и Телеграмме.

Длительное пребывание в экстремальных условиях приводит к существенным личностным изменениям, оказывающим определенное воздействие на компоненты субкультуры — традиции, ценности, коммуникации. В результате пребывания индивида в состоянии интенсивного и длительного стрессового воздействия, его личность претерпевает изменения, трансформируется его система ценностей и мировоззрение. Эмпатия, сочувствие, понимание, толерантность как характеристики личности отходят на второй план не только во взаимодействии с гражданами. Изучение организационной субкультуры в экстремальных условиях имеет важное значение для повышения психологической устойчивости и эффективности сотрудников в таких профессиях, как пожарные, полицейские, военные и спасатели. Понимание факторов, влияющих на формирование и развитие организационной субкультуры, позволяет разрабатывать и применять эффективные меры поддержки, профилактики и гармонизации в трудовых коллективах, что положительно сказывается на психологическом благополучии сотрудников, качестве их работы и общественной безопасности [5].

Анализ эмпирических исследований юмора в контексте профессиональной деятельности представителей профессий экстремального профиля позволяет выделить три основных аспекта использования юмора.

Наиболее изученным является аспект использования юмора как элемента совладающего поведения. При этом, юмор может представлять собой реализацию копингов дистанцирования, самоконтроля, положительной переоценки.

Юмор может представлять собой элемент механизма фасилитации, суть которого сводится к применению шуток, анекдотов, забавных историй для организации продуктивного взаимодействия членов группы. Как правило, этот аспект ориентирован на достижение краткосрочных целей: анализа проведенной ранее работы, мотивации коллектива к выполнению тех или задач, разъяснения каких-либо требований.

Юмор также может выступать в качестве катализатора процесса когнитивной корректировки восприятия актуальной ситуации, способствует оперативному переводу имплицитного содержания, латентных признаков наблюдаемого явления, события, ситуации в эксплицитный смысл. Иными

словами, он позволяет вербализовать и структурировать невнятные элементы переживаемых событий.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бахтин М. М. Творчество Франсуа Рабле и народная культура Средневековья и Ренессанса. – М.: Художественная литература, 1965. – 500 с.
2. Зубова, Л. В. Роль агрессии в адаптивности военнослужащих первого года призыва / Л. В. Зубова, Т. В. Бендас, О. А. Щербинина // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2021. – № 4(232). – С. 110-115. – DOI 10.25198/1814-6457-231-110. – EDN NKVRLW.
3. Иванова, Е. М. Идеи классических отечественных мыслителей о юморе и смехе и современная психология юмора / Е. М. Иванова // Studia Culturae. – 2017. – № 31. – С. 57-74. – EDN YLDSIP.
4. Мартин, Р. (2009). Психология юмора. Пер. с англ. под ред. Л. В. Куликова. СПб.: Питер
5. Петров В.Е. Особенности организационной субкультуры представителей экстремальных профессий / В.Е. Петров, М.И. Марьин, А.М. Зинатуллина, А.В. Сечко// Современная зарубежная психология. 2023. Том 12. № 3 С. 31—40.
6. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии – СПб: Издательство «Питер», 2000-712 с.: ил
7. Сокровищук, А. А. Народная смеховая культура в философии М. М. Бахтина / А. А. Сокровищук // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. – 2021. – № 3. – С. 118-129. – DOI 10.35231/18186653_2021_3_118. – EDN LUOPXU
8. Ульянова Ю. И. Основные подходы к научному исследованию индивидуальных особенностей чувства юмора/ Ю.И. Ульянова // Армия и общество. 2011. №3 (27). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-podhody-k-nauchnomu-issledovaniyu-individualnyh-osobennostey-chuvstva-yumora>.
9. Устинова, А. А. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и предпочитаемого стиля юмора в контексте профессионального общения / А. А. Устинова, А. А. Качина // Организационная психология. – 2019. – Т. 9, № 4. – С. 125-140. – EDN OSKFM1.

ПРОБЛЕМА СОЦИАЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ И СОЦИОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ

Гуленина С.В., к.псих.н., доцент,

Дробышева М.Ю., магистрант

Гуленина С.В., к.псих.н., доцент

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Оренбургский государственный университет»**

Дробышева М.Ю., магистрант

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Московский государственный университет им.**

М.В. Ломоносова»

Термин «зависимость» можно встретить в различных научных дисциплинах, например, математическая зависимость, статистическая зависимость, в экономике существует теория зависимого развития. В области психологии практические и теоретические исследования феномена «зависимость» и критериев определения зависимой личности, рассматриваются чаще всего с точки зрения клинической психологии.

Можно выделить классические психологические направления, в которых изучается феномен «зависимость»: психоаналитическая теория З. Фрейда и его последователей; индивидуальная психология А. Адлера; теория психосоциального развития Э. Эриксона; теория транзактного анализа Э. Берна; бихевиоральная концепция научения А. Бандуры; гуманистические теории К. Роджерса, В. Франкла, Г. Олпорта.

По мнению психоаналитиков, в основе формирования зависимости лежат внутриличностные конфликты (дефекты), которые были приобретены, в частности, на первых стадиях развития личности. С точки зрения теории Фрейда, например, наркотическая зависимость, рассматривается как последствия регрессии, связанные с внутренним конфликтом между «Я» и «Сверх-Я», невозможностью преодоления фрустрации, эмоциональной зависимости от родительской фигуры [14].

Невротическое состояние приводит личность к большому количеству страданий и тревоги, и чтобы справиться с ними, формируются психологические механизмы защиты. Анна Фрейд в своей работе «Психология «Я» и защитные механизмы» [20] классифицирует данные механизмы психологической защиты как примитивные и зрелые. Зависимость может быть одним из вариантов развития защитного механизма, как примитивного, так и зрелого.

В последние годы психоаналитическое учение обогатилось значительным количеством данных и новых взглядов на природу возникновения зависимостей. Можно выделить работы Ш. Радо, Э. Зиммеля, Л. Вёрмсера и других [15].

Таким образом, в рамках классической психоаналитической теории зависимость рассматривается как реализация защитного механизма

внутриличностного конфликта. Наиболее частым механизмом защиты становится регрессия, когда с помощью алкоголя или наркотика зависимый индивид создает себе ситуации безопасности и бегства в детство.

Множество современных психологов рассматривает аддиктивное поведение как вариант адаптации, возникшей из-за неспособности индивида справиться со стрессом и фрустрацией. Так, Р. Лазарус в своей теории стресса и копинга выдвигает идею, что в результате взаимодействия и окружающей среды, у человека формируются определенные стратегии поведения, обусловленные личным опытом [16]. Копинг — это процесс преодоления стресса и совладание с ним, у каждого человека своя копинг-стратегия. Один вариант такой стратегии — избегание, которое приводит к формированию зависимости (человек убегает от ответственности в свой мир с помощью алкоголя, наркотиков, интернета, видеоигр и т.д.).

В рамках гуманистических, психологических концепций причины возникновения аддикции кроются в сниженном уровне «локус контроля» и фрустрации значимых потребностей.

Также интересна позиция экзистенциальной парадигмы в психологии и психотерапии. Основной постулат, здесь заключается в том, что человеческая жизнь уникальна. Один из ярких представителей данного подхода — Виктор Франкл считал, что индивид ориентирован на ценности и поиск смысла жизни, причем «смысл должен быть найден, он не может быть создан» [5, С. 54-56]. В современном обществе поиск смысла сильно затруднён из-за высокой культуры потребления. Возникает такое явление как экзистенциальный вакуум, для которого характерно ощущение скуки и пустоты. Из-за активной компьютеризации и автоматизации жизни человека у него появляется большое количество времени, с которым он не знает, что делать).

По мнению В. Франкла, утрата смысла жизни как экзистенциальная фрустрация является причиной возникновения аддикций. Данные выводы автор делает из практики работы с больными наркоманами и алкоголиками [5, С. 55-56].

На наш взгляд, интересным является интегральный подход к определению зависимости как синтез социологической и психологической интерпретации. Например, теория социального научения А. Бандуры.

А. Бандура расширяет концепцию обучения Б.Ф. Скиннера, говоря о том, что причины функционирования человека нужно понимать в терминах непрерывного взаимодействия поведения, познавательной сферы и окружения, именно в этом проявляется принцип взаимного детерминизма [21]. Зависимость может развиваться как защита от самокритики, которая возникает в процессе социализации, когда люди испытывают тревогу, если их поступки не соответствуют их внутренним нормам. Из-за излишне строгих внутренних норм самооценки может возникнуть неадаптивное поведение, которое будет заключаться в пристрастии к алкоголю, наркотикам, либо в формировании других видов аддикций.

Теоретики социально-когнитивного подхода считают, что в детстве зависимость ребенка поощряется, а во взрослом возрасте от него ожидают самостоятельности и независимости. Если ребенка избыточно защищали, придерживались авторитарного стиля родительства, то в зрелом возрасте сформируется модель «выученной зависимости» [3]. При этом, модели поведения «выученной зависимости» могут проявляться и у пожилых людей. Их поведенческая зависимость формируется заботящимся окружением, которое активно преувеличивает их слабость, недооценивает их собственные индивидуальные ресурсы. Все это приводит к потере их собственной независимости [24, Р. 152].

Среди отечественных теоретических подходов к пониманию зависимости с точки зрения психологии стоит упомянуть деятельностный подход (С.Л.Рубинштейн), где аддиктивное поведение определяется как «ложно определенная потребность», а основной механизм развития проявляется со сдвига мотива на цель [13].

Б.Г. Ананьев видит причину зависимости в недостаточном развитии социальной компетентности в подростковом возрасте, что может компенсироваться различными наркотическими веществами [2].

В настоящее время, все современные психологические теории, описывающие механизмы формирования зависимости, способы ее реализации, относятся к новой научной дисциплине аддиктологии. Ц.П. Короленко можно назвать одним из основателей современной теории аддиктивного поведения в России, который считает аддикцию одним из вариантов девиантного поведения [1]. Важным этапом формирования зависимости, по мнению ученого, является фиксация. Фиксация может быть связана с воздействием изменяющего психическое состояние вещества, участием в каком-то виде активности, включая, например, игровую, и др. Особенность фиксации заключается в том, что она влечет за собой сильное желание повторить пережитое измененное состояние еще раз [17, С.25-25].

Другой аспект формирования зависимости — это формирование аддиктивной личности. Почему неэффективно лечение, например, алкогольной зависимости, когда просто прекращают доступ к алкоголю? Человек заменит объект аддикций другим. Это будет связано именно с тем, что сформировалась аддиктивная личность. Поэтому для эффективной профилактики аддикции, важно воздействие на причины формирования аддиктивной личности и ее диагностики [17, С.30-35].

Поддерживает концепцию Ц. П. Короленко большое количество современных российских исследователей (Т. А. Донских, Н. В. Дмитриева, Л. Г. Леонова, Н. Л. Бочкарев) [10].

Для более детального и органичного для нас понимания феномена зависимости, рассмотрим ее социальные аспекты и социологическую интерпретацию.

Отдельно тема зависимости и ее проявлений на микроуровне в социологической теории не рассматривалась. При этом присутствие данного

феномена и его влияние на общество отмечалось многими крупными социологами, особенно на макроуровне.

Для понимания возникновения зависимости в обществе нужно учитывать, что она развивается как вариант реализации социальных отношений на стыке социальных норм, социальных структур и установок личностей. Многие психологи и психиатры, как мы рассматривали ранее, понимают зависимость как вариант девиантного поведения, для понимания которого необходимо знать, что является социальной нормой и как общество, влияет на формирование представлений о девиации и норме. Также, зависимость, в широком понимании, может рассматриваться как способ адаптации индивида к определенной социальной группе, и к обществу, в целом.

Обратимся к классическим социологическим концепциям. Конкретнее, к социологической теории Э.Дюркгейма. Он предлагал рассматривать все социальные факты с точки зрения не только нормальных форм, но и патологических. На основании принципов социологизма Дюркгейма, человек — это двойственная реальность, в которой борются две сущности: социальная и индивидуальная. В рамках теории присутствует идея о приоритете социальной реальности над индивидуальной, при этом дихотомия «индивид-общество» прослеживается во всех его работах [25, Р.206-221]: Также одним из важных является принцип необходимости рассматривать аномальные явления, происходящие в социальной реальности. Норма, для социолога, — это наиболее часто встречающееся и распространенное правило поведения в обществе на данном этапе его развития. При этом стоит отметить, что «социальный факт нормален для данного социального типа, рассматриваемого в определенной фазе его развития, если этот факт имеет место в большинстве принадлежащих к этому виду обществ, взятых в соответствующей фазе их эволюции (преступления могут быть нормой)» [7, С.69].

Согласно подходу Э. Дюркгейма, одной из причин девиантного поведения является потеря нормативных ориентиров в обществе во время общественных кризисов и дезорганизации социума или коллектива.

Яркими проявлениями аномии в социальной реальности являются следующие: рост преступности, социальный хаос, неясность жизненных целей, возрастание значимости ориентации на материальные блага по сравнению с ориентацией на блага нравственные и духовные [18]. Как вариант выхода из этого состояния может быть и зависимость от того или иного социального объекта, фактора.

Стоит рассмотреть еще одно важное понятие в теории Дюркгейма, объясняющее более широкое понимание зависимости в обществе — это солидарность. Как мы знаем, тема социальной солидарности одна из главных в творчестве Эмиля Дюркгейма. Он выдвигает тезис, что разделение общественного труда обеспечивает социальную солидарность. Она сплачивает индивидов и объединяет их в единое целое. Для механической солидарности характерны слабые социальные связи, подчинение интересов коллективных индивидуальным (иногда в результате репрессивных санкций). Что касается

органической солидарности, то для нее характерны обратные явления: сильные социальные связи, коллективное сознание имеет более низкую определенность и интенсивность, индивид самостоятельно несет выбор и ответственность за реализацию своих интересов и желание соответствовать нормам общества. Он подчиняется общественным законам по собственному желанию, участвует в разделении труда по собственной инициативе, строя свои отношения на доверии и социальной солидарности и самостоятельно принимая зависимость, видя ее положительные последствия для себя [8, С.45].

При этом, стоит отметить, что данный выбор индивида (в обществах, где преобладает органический тип солидарности) всегда может быть осознанным. Также возможны и отрицательные последствия данной зависимости для индивида, когда проявляется неравенство социально-профессиональных статусов, неравных стартовых точек для развития, отсутствие возможности изменить свой выбор при разделении труда. По мнению российского социолога Н.А.Гуськова [19], в данном случае, мы можем говорить о социальной зависимости.

Таким образом, социальная зависимость, по Дюркгейму, это тип отношений, соответствующих современному обществу органической солидарности [6].

В дальнейшем, концепция аномии и представление об обществе как о взаимосвязанной функциональной системе развивается Робертом Мертонем в теории структурного функционализма. Что касается отклоняющегося поведения, то он полагал, что «отклоняющееся поведение можно социологически рассматривать как симптом расхождения между культурно предписанными устремлениями и социально структурированными путями осуществления этих устремлений» [12].

В обществе очень часто нормы и моральные законы не совпадают с социально стандартизированными способами достижения целей. Индивиду необходимо осуществлять выбор подходящих средств и способов для достижения определенной цели, но он будет ограничен принятыми в обществе социальными и культурными нормами. Таким образом, по Р.Мертону, может возникнуть аномия, как результат того, что не все социальные группы, могут достичь официально декларируемые цели посредством имеющихся у них легальных возможностей [11].

У индивида есть выбор из доступных процедур, которые он может использовать для получения культурно одобренных ценностей. При этом, эти процедуры адаптации могут быть одобрены культурой, либо нет. Чаще всего индивиды отдают предпочтение институционально предписанному поведению.

В стабильном обществе соответствие средств и целей обеспечивает нормативное поведение. Если преувеличены цели, то возникает девиантное поведение. По мнению ученого, люди приспособляются к состоянию аномии разными индивидуальными способами: либо конформизмом (единственный вариант недевиантного вида поведения), либо различными видами отклоняющегося поведения (инновация, ритуализм, ретритизм, мятеж). Так, в

случае «ритуализма» человек может придавать большее значение средствам, а не цели (яркий пример - бюрократизм). Здесь человеку доставляет удовольствие сам процесс, а это и есть одна из характеристик зависимого поведения. В случае «ретритизма» индивид отрицает и цели и средства, и выбирает путь бегства от жизни (один из основных критериев зависимости). Вариантом этого бегства может быть как алкоголизм, так и наркомания, так и новые варианты аддикции (интернет, видеоигры и т.д.). Полностью отказ и от целей, и от средств, и поиск новых целей ведет к мятежу [9].

Так, с точки зрения подхода Р.Мертона, мы можем видеть, что любая зависимость может иметь социальной природу (т.е. быть социальной) и является одним из способов адаптации к системе, причем имея индивидуальный характер (выбор осуществляется индивидом самостоятельно).

С точки зрения теории социального конструирования П. Бергера и Т. Лукмана [4], социальная реальность представляет собой конструкт из конкретных субъективных значений людей в процессе их деятельности. Повседневная жизнь людей интерпретируется ими и создает образ цельного мира, который переживается ими в качестве реального [22]. В процессе социализации индивид осваивает интерсубъективное знание. При этом, интерсубъективный мир необходимо поддерживать, и главную роль в этом играют значимые другие. Так, на наш взгляд, может объясняться не- понимание своей зависимости человеком, когда его значимые другие либо сами страдают зависимостью, либо являются созависимыми. При этом также в процессе социализации и легитимации значимыми другими могут быть приобретены коллективные представления о различных видах зависимостей и критериях ее нормальности и патологии, выработаться социальная позиция по отношению к различным видам зависимости.

В отечественной социологии зависимость и ее социальную природу в основном изучали с точки зрения социальных трансформаций и ее экономической природы. Здесь можно отметить труды известных российских исследователей, таких как Т.И. Заславская, Ж. Н. Тощенко, В.Моу, И.А.Гуськов, Е.С. Балабанова, В.Е. Шинкевич и другие. Интересен подход В. Е. Шинкевич [23] о необходимости институционализировать новую теорию, определяемую как «социология зависимости». Предметным полем данной теории будет выступать, во-первых, комплекс социальных факторов, связанных с реализацией функций формальных и неформальных институтов социального контроля по противодействию опасности формирования устойчивых видов зависимостей; во-вторых, в адекватной оценке эффективности специальных государственных, муниципальных программ и проектов общественных формирований; в-третьих, в выявлении закономерностей противодействия формированию, распространению зависимостей и их регуляции; в-четвертых, механизм реабилитации и ресоциализации людей, страдающих от опасных форм и видов зависимостей.

Анализ психологических и социологических подходов к проблеме зависимости показывает, во-первых, определенное сходство интерпретаций

этого явления, что обусловлено самим предметом. Так, под зависимостью понимается форма поведения, выражающаяся в стремлении индивида совершать действия регуляторного характера изо дня в день. Что касается социальной зависимости, то это форма поведения, обусловленная социальными факторами. Переход в патологическую форму зависимости происходит тогда, когда она начинает приносить деструктивные последствия, как для индивида, так и для его окружения и общества в целом. Трансформация экономических отношений в современном обществе и изменение структуры труда приводит к распространению различных форм зависимостей и росту их социальной приемлемости — неприемлемости.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аддиктология: настольная книга: учебное пособие по психотерапии, психиатрии, наркологии, практической и клинической психологии, психологическому консультированию, медиации / Короленко Ц. П., Дмитриева Н. В. / Пол ред. В. В. Макарова. - Москва : Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига : Ин-т консультирования и системных решений, 2012. – 524 с.
2. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания – СПб.: ПИТЕР, 2001. – 282 с
3. Балабанова Е.С. Социально-экономическая зависимость: теория, история и современность. – Н. Новгород: ННГУ, 2004. – 352 с.
4. Бергер П., Лукман Т. Социальное конструирование реальности. Трактат по социологии знания. – М.: «Медиум», 1995. – 323 с.
5. Григорьев Н. Б. Психологическое консультирование, психокоррекция и профилактика зависимости: Учебное пособие. — СПб: СПбГИПСР, 2012. – 293 с.
6. Гуськов И.А. Социальная зависимость в российском обществе: сущность, специфика, формы проявления: Диссертация... доктора социологических наук: 22.00.04 / Гуськов Игорь Александрович; Ростов-на-Дону, 2008. – 308 с.
7. Дюркгейм Э. Социология. Ее предмет, метод, предназначение / Пер. с фр., составление, послесловие и примечания А. Б. Гофмана. – М.: Канон, 1995. – 482 с.
8. Дюркгейм Э. О разделении общественного труда. Метод социологии. – М.: Наука, 1991. – 294 с.
9. Кох И. А. Социальная аномия и социальное управление / И. А. Кох // Известия Уральского государственного университета – №42, 2006. – С. 62-71.
10. Леонова Л. Г., Бочкарева Н. Л. Вопросы профилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте – Новосибирск: НМИ, 1998. – 48 с.

11. Мертон, Р. Социальная структура и аномия / Социология преступности (Современные буржуазные теории) – М.: Изд-во «Прогресс», 1966. – 548 с.
12. Мертон, Р. Социальная теория и социальная структура – М.: АСТ МОСКВА: Хранитель, 2006. – 873 с.
13. Основы общей психологии: учебное пособие / С.Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург: Питер, 2007. – 713 с.
14. Психологическое консультирование, психокоррекция и профилактика зависимости: Учебное пособие. – СПб.: СПбГИПСР, 2012. – 312 с.
15. Психология и лечение зависимого поведения / Под ред. С. Даулинга – М.: Независимая фирма «Класс», 2000. – 240 с.
16. Психология негативных зависимостей / К.С. Лисецкий, Е.В. Литягина. – Самара: Изд-во «Универс групп», 2006. – 251 с.
17. Психосоциальная аддиктология / Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. – Новосибирск: Изд-во «Олсиб», 2001 – 286 с.
18. Смородина, М. С. Аномия общества и самоубийства / Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. – 2006. – № 2 апрель – июнь. – С. 140 – 147.
19. Социальная зависимость в российском обществе : социологический анализ : Автореферат дис. ... доктора социологических наук: 22.00.04 / Гуськов Игорь Александрович – Ростов-на-Дону, 2008. – 44 с.
20. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы – М.: Педагогика, 1993. – 143 с.
21. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности – СПб.: Питер, 2003. – 615 с.
22. Шинкевич В.Е. Феномен зависимости как проблема социологического исследования / Социально-гуманитарные знания. 2015. № 1 – С.277-288.
23. Шинкевич В.Е. Формирование специальной социологической теории – социологии зависимости / Евразийский Союз Ученых. 2014. №8-3 – С.163-167.
24. Batles M.M. The Many Faces of Dependency in Old Age. Cambridge University Press, 1996. – 315 p.
25. Durkheim E. Le dualisme de la nature humaine et ses conditions sociales – Scientia, XV, 1914 – 476 p.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ, НАХОДЯЩЕЙСЯ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ

**Аптикиева Ляйля Рахматулловна, кандидат психологических наук, доцент
кафедры «Общей психологии и психологии личности»**

Добрых Виктория Евгеньевна, студент

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет»**

В любой момент жизни человек сталкивается с множеством проблем, начиная от болезней и серьезных изменений в жизни и заканчивая потерями и лишениями. Современный человек сталкивается с большим количеством препятствий, поскольку развитие технологий, усиление социально-политической напряженности и расширение сферы занятости, требующей больших затрат, способствуют этому явлению. Следовательно, ключевой вопрос о том, как научить людей ориентироваться в условиях высокого давления, имеет неоспоримое значение, что вызывает всплеск интереса со стороны современных экспертов.

Критическая, или кризисная, ситуация (или кризис от греч. krisis «решение, поворотный пункт, исход») в самом общем виде может быть определена как «перелом, переворот, решительная пора переходного состояния». Такие ситуации могут быть вызваны внешними обстоятельствами (например, стихийными бедствиями, войнами, финансовыми кризисами) или внутренними изменениями (например, возрастными кризисами, сильными эмоциональными потрясениями, серьезными заболеваниями). [6]

Психологический термин "кризис" был введен Львом Семеновичем Выготским, который изучал развитие ребенка и выделил в нем стабильные и критические периоды. Критические периоды служат переходными этапами между стабильными периодами и характеризуются временным регрессом, поведенческими и эмоциональными проблемами, а также затруднениями в общении. [6] Однако, несмотря на кажущийся возврат назад, развитие в кризисные периоды происходит ускоренными темпами, что соответствует метафоре Выготского о "революционном" характере таких периодов с их бурными изменениями и коренными перестройками.

Значение кризисных периодов выходит за рамки краткосрочных трудностей. Изменения, происходящие в эти периоды, подготавливают индивида к качественно новому этапу развития, даже если конкретные психологические новообразования, приобретенные в кризисные периоды, не сохраняются в неизменном виде на более поздних стадиях. Смысл этих трансформаций заключается в трансформации личности, ее переходе на более высокий уровень зрелости и адаптивности. [4]

Базовая ситуация нарушения адаптации к жизни — изменения, которые прямо или косвенно нарушают относительно устойчивое динамическое равновесие

внешних и внутренних условий бытия семьи и каждого ее члена, создавая тем самым потенциальную или актуальную угрозу существованию и удовлетворению основных жизненных потребностей ее членов. Перед личностью или семьей возникает проблема, от которой невозможно уйти и которую вместе с тем невозможно разрешить при помощи выработанных ранее способов адаптации. [8] Целый ряд социальных противоречий, которые они начинают острее воспринимать в силу этого более остро, может стать как основанием для дезадаптации, так и, наоборот, для развития личности уже на новом уровне осознания. [1]

Современные исследователи в области психологии стресса и критических ситуаций вносят существенный вклад в изучение этой области. Одним из них является Ричард Лазарус, который разработал концепцию стресса и копинга. Согласно его теории, стресс возникает, когда человек воспринимает ситуацию как угрожающую и превышающую его возможности справиться с ней. Копинг, в свою очередь, — это процесс преодоления стрессовых ситуаций, который включает в себя когнитивные, эмоциональные и поведенческие стратегии. [5]

Другая важная фигура в этой области — модель процессуальной теории стресса Эндрю Шварца. Эта модель рассматривает стресс как процесс, который разворачивается во времени и включает в себя три основных фазы:

1. Когнитивная оценка. Индивид оценивает ситуацию и определяет, насколько она угрожает его благополучию.

2. Биологическая реакция. Оценка ситуации запускает биологические реакции в организме, такие как выброс гормонов стресса.

3. Копинг. Индивид использует копинговые стратегии для преодоления стресса и восстановления чувства контроля над ситуацией. [3]

Понимание этих концепций и моделей критических ситуаций имеет решающее значение для разработки эффективных программ подготовки к таким ситуациям. Эти программы могут включать в себя обучение методам управления стрессом, развитию копинговых механизмов и формированию реакций самосохранения.

Кроме того, важно учитывать роль социальной поддержки в преодолении критических ситуаций. Друзья и семья могут служить источниками эмоциональной поддержки, а также практической помощи в сложные моменты. Исследования показывают, что сильные социальные связи повышают устойчивость человека к стрессу и улучшают его физическое и психическое здоровье.

Психология критических ситуаций сейчас актуальна как никогда. В условиях современных вызовов — урбанизации, цифровизации, глобальных пандемий — каждый человек подвергается испытаниям, которые требуют не только внутренней силы, но и знания о том, как эффективно справляться со стрессом и строить свою жизнь в условиях постоянных изменений. Исследования в этой области продолжают раздвигать границы нашего понимания человеческой адаптации и психической устойчивости, что помогает нам лучше справляться с неизбежными трудностями жизни.

В современных условиях поддержкой признается помощь, оказываемая психически здоровым людям, испытывающим личные трудности на

определенных этапах развития. Это рассматривается как комплексный системный подход, включающий социально-психологическую помощь как отдельному человеку, так и его семье, относящийся к сфере социального патронажа, в частности, социально-психологического патронажа, сформулированного различными учеными, такими как Г. Бардиер, М. Битяновой, А. Волосниковым, А. Деркач и Л. Митиной. Эти ученые подчеркивают, что поддержка способствует развитию естественных реакций, процессов и состояний личности человека. [5]

Кроме того, хорошо организованная социально-психологическая поддержка не только способствует личностному развитию, но и облегчает доступ к неизведанным территориям развития, подталкивая человека к росту. [4]

Неотъемлемая особенность психологической поддержки заключается в ее способности создавать условия, способствующие тому, чтобы люди могли сами заботиться о своем благополучии. По сути, психологическая поддержка предполагает, что специалист подготавливает почву и предлагает соответствующую помощь — ни чрезмерную, ни недостаточную — для того, чтобы помочь людям перейти от установки на беспомощность ("Я не могу") к позиции самодостаточности в решении жизненных проблем ("Я могу преодолеть трудности самостоятельно"). [5]

Психологическое сопровождение личности, находящейся в кризисной ситуации, играет важную роль в помощи человеку справиться с трудностями и наладить эмоциональное равновесие. Важно, чтобы психолог был поддерживающим, эмпатичным и профессиональным, чтобы помочь человеку осознать и преодолеть свои проблемы.

Психологическое сопровождение может включать в себя разговоры, помощь в осознании и понимании своих эмоций, разработку стратегий решения проблем, а также поддержку в процессе принятия решений. Важно, чтобы психолог работал с клиентом индивидуально, учитывая его уникальные потребности и особенности.

Помимо индивидуальных консультаций, психологическое сопровождение может включать в себя групповые занятия или тренинги, которые помогут личности найти поддержку и понимание у других людей находящихся в похожей ситуации. Важно помнить, что кризисные ситуации могут быть различными, поэтому подход к психологическому сопровождению должен быть индивидуализированным и ориентированным на конкретные потребности и возможности клиента.

Следовательно, стандартизированное понимание термина "психологическое сопровождение" еще не получило широкого распространения в научной литературе. Психологи рассматривают его как метод, технику, технологию или специфический аспект профессиональной практики. [2] Часто выдвигаются на первый план такие ключевые идеи, как взаимодействие, сотрудничество, создание благоприятной среды, помощь, ориентация на деятельность и работа с отдельными людьми. Ключевым объединяющим аспектом является то, что психологи в целом сходятся во мнении, что основной целью "психологического сопровождения" является объединение усилий всех

участников данного процесса для создания условий, которые активизируют присущие им способности к развитию и инициируют процессы самосовершенствования личности при решении различных жизненных задач.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дейнека О.С., Проявления адаптационного ресурса при социальной и психосоматической дезадаптации / О. С. Дейнека, Проявления адаптационного ресурса при социальной и психосоматической дезадаптации // Психологические проблемы самореализации личности. – Вып. 12 / Под ред. Л.А. Коростылевой. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2008.

2. Кобзарева И. И., Психологическое сопровождение как направление деятельности психологической службы в системе профильного обучения / И. И. Кобзарева, Психологическое сопровождение как направление деятельности психологической службы в системе профильного обучения. [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-soprovozhdenie-kak-napravlenie-deyatelnosti-psihologicheskoy-sluzhby-v-sisteme-profilnogo-obucheniya>

3. Малышев А. Г., Психология поведения сотрудников уголовно-исполнительной системы в экстремальных ситуациях / А. Г. Малышев, Психология поведения сотрудников уголовно-исполнительной системы в экстремальных ситуациях // Человек: преступление и наказание. – 2015. – № 4. [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologiya-povedeniya-sotrudnikov-ugolovno-ispolnitelnoy-sistemy-v-ekstremalnyh-situatsiyah>

4. Мухина В.С., Горянина В.А., Развитие, воспитание и психологическое сопровождение личности в системе непрерывного образования: концепция и опыт работы ИРЛ РАО. Воспитание и развитие личности: Материалы международной научно-практической конференции. Под ред. В.А. Горяниной. М.: ИРЛ РАО, 1997. С. 4—12.

5. Осухова Н., Психологическое сопровождение семьи и личности в кризисной ситуации / Н. Осухова, Психологическое сопровождение семьи и личности в кризисной ситуации. [Электронный ресурс]. URL: <https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200103110>

6. Политова С. П., Кризисная ситуация как источник развития личности / С. П. Политова, Кризисная ситуация как источник развития личности. [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/krizisnaya-situatsiya-kak-istochnik-razvitiya-lichnosti>

7. Темчур А. С., Котлярова А. С., Психологическое сопровождение личности в профессиональной деятельности / А. С. Темчур, А. С. Котлярова, Психологическое сопровождение личности в профессиональной деятельности // International Journal of Humanities and Natural Sciences, vol. 2-3 (53), 2021. [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-soprovozhdenie-lichnosti-v-professionalnoy-deyatelnosti>

8. Щербинина, О. А. Объективные и субъективные условия, раскрывающие развивающий потенциал противоречий / О. А. Щербинина // The Scientific Heritage. – 2020. – № 46-4(46). – С. 67-69. – EDN SYTPAY.

ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ К БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИИ У СОВРЕМЕННЫХ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Друзина О.С.

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Школа № 54», г. Нижний Новгород**

В старших классах школы центральное место в развитии обучающихся занимает проблема личного и профессионального самоопределения. У молодых людей в этом возрасте (14-18 лет) идет поиск ответов на многие фундаментальные вопросы: об истине, идеале, смысле жизни, о предназначении и призвании человека и многие другие. Формируется система ценностей и отношений: к самому себе и другим людям, к явлениям и объектам материального и духовного мира, традициям, нравственности, будущему, профессии и т.д. [2].

Отношение старшеклассников к будущей профессии нами понимается как осознанная, положительная ценностно-смысловая, деятельная связь личности и труда, будущей профессиональной деятельности, детерминированная личными ценностями и национальными культурными традициями [8]. Ценности влияют на формирование отношения молодежи к труду и будущей профессии. Преобладающие группы ценностей определяют тип такого отношения: нравственный (с приоритетом духовных ценностей) и прагматический (с приоритетом материальных ценностей) [9].

Процесс становления отношения к будущей профессии у молодежи в последние десятилетия происходит на фоне ценностно-смысловой и духовно-нравственной трансформации российского общества [11]. Появляются новые идеи, идеалы, ценности, смыслы, ориентиры. Укореняются и становятся приоритетными идеи либерализма, нехарактерные для российского национального мировоззрения: свобода, индивидуализм, прагматизм, главенство материального благополучия, что, несомненно, оказывает влияние на ценностные представления молодого поколения о труде и профессии.

Исследователи констатируют проблему одновременного существования в сознании молодых людей разнонаправленных тенденций, своеобразно сочетающихся между собой: консерватизм, прагматизм, патриотизм, традиционализм и др. [3], что является одной из особенностей становления системы ценностных ориентаций и отношения к профессии у современной молодежи. Существование в мировоззрении личности ценностей конфронтирующих идеологий формирует полярные, часто взаимоисключающие мнения, убеждения, взгляды. Диссонанс ценностей приводит к рассогласованности системы ценностных ориентаций, а также противоречиям в ценностных представлениях о будущей профессионально-трудовой деятельности, не способствует успешному профессиональному самоопределению [5].

Другой особенностью отношения современных молодых людей к будущей профессии является преобладание индивидуализма и ценностей материального благополучия, что приводит к прагматичным взглядам на будущую профессию, непониманию истинного смысла и места профессии в жизни человека, преобладанию корыстных мотивов при выборе профессии, неправильному пониманию сути и характера профессионально-трудовой деятельности (поиску легкой работы и быстрого дохода), настрою на нечестные средства достижения профессионального успеха.

По данным ВЦИОМ 2022 года, 53% школьников (14-17 лет), главной жизненной целью считают достижение высокого уровня благополучия, 34% нацелены на спокойную жизнь, работу и заботу о своей семье и только 17% хотят изменить мир, внедрить что-то новое, 16 % готовы приносить пользу людям, участвовать в общественно-политической жизни общества [10]. Согласно мониторингу ценностных ориентаций современной молодежи РАО РФ 2022 года, успех в своей жизни 55% старших школьников (14-18 лет) видят в том, чтобы найти интересную работу «по душе», 49% – сделать карьеру и 34% - иметь много денег. Одним из средств достижения профессионального успеха школьники считают профессионализм (71%) и умение хорошо работать (62%), что, конечно же, является положительным моментом. В то же время, почти половина опрошенных школьников убеждены, что быстрее добиться успеха помогут связи с «нужными людьми» (43 %). Фиксируется, что больше всего старшие школьники хотят обладать такими качествами, как индивидуализм, целеустремленность, самостоятельность и уверенность в себе (честность, отзывчивость, доброта их интересуют намного меньше). Для достижения профессионального успеха, по мнению школьников, необходимо обладать, прежде всего: самостоятельностью, целеустремленностью, стрессоустойчивостью и коммуникативными навыками (на профессиональных навыках их внимание не акцентировано). При выборе будущей профессии мотивы служения у обучающихся встречаются очень редко. Преобладают мотивы личного интереса (79%), востребованности (55%), престижности и перспективности профессии (50 %). Только 39% обучающихся осознают, что необходимо работать и действовать во благо своей страны, 52 % хотят уехать за границу по разным причинам и на разное время, 11% уехали бы навсегда [4].

Таким образом, для современных школьников характерен индивидуалистический тип мировоззрения, очень важен материальный достаток, что определяет мотивы выбора будущей профессии: личный интерес, престижность, перспективность и востребованность. Вопрос о том, что дети понимают под работой «по душе» - остается открытым и требует выяснения. Присутствует стремление добиваться успеха нечестным путем. Одна из особенностей процесса становления отношения старшеклассников к будущей профессии - отсутствие активной альтруистической позиции по отношению к людям, обществу, стране, отсутствие желания с помощью своего главного дела жизни - профессии - изменить мир к лучшему. Одна из серьезных проблем

современности - инфантилизм, прагматичный и эгоистический настрой молодежи в отношении мира и будущей профессии.

Еще одна особенность процесса становления отношения к будущей профессии у обучающихся старших классов – рассогласованность ценностных ориентаций в смысле несоответствия/расхождения декларации личностью определенных ценностей и их практической реализации в деятельности и поведении [7], а также наличие в системе ценностных ориентаций внутренних когнитивно-эмоциональных, эмоционально-поведенческих и когнитивно-поведенческих конфликтов [6]. На наш взгляд, рассогласование когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов системы ценностей присутствует у современных старшеклассников и выражается разной оценкой значимых аспектов отношения к труду и будущей профессиональной деятельности на когнитивно-эмоциональном, эмоционально-поведенческом и когнитивно-поведенческом уровне.

Данные предположения нашли свое подтверждение в результате проведенного нами пилотажного исследования в одной из школ г. Нижнего Новгорода. С помощью авторской анкеты «Я и моя профессия» (О.В. Суворова, О.С. Друзина) нами были опрошены 52 десятиклассника в возрасте от 15 до 18 лет (14 мальчиков, 38 девочек). В ходе анкетирования респондентам необходимо было выразить свое отношение к 28 суждениям, объединенным в семь тематических блоков в соответствии с выделенными нами значимыми аспектами отношения старшеклассников к труду и будущей профессии [1]. Оценивая результаты, мы пришли к выводу о том, что в целом позиция старшеклассники по отношению к будущей профессии - активная и нравственная: ребята стараются расширять знания по профильным предметам и получать информацию о будущей профессии из разных источников (76,9%); понимают ценность труда, хотят трудиться и чувствуют в этом потребность (73,1%); осознают необходимость честного и добросовестного труда и отношения к работе (63,5%); считают, что в будущей профессии моральное удовлетворение важнее, чем материальное (61,5%); профессия, по их мнению, самое любимое, интересное и важное дело, смысл жизни человека (53,8%).

В то же время, нами обнаружены те же особенности, которые были статистически зафиксированы в мониторинге РАО РФ 2022 года у современных российских старшеклассников: преобладание индивидуалистической ориентации в будущей профессионально-трудовой деятельности (55,8), отсутствие мотива служения людям и Отечеству у более, чем половины опрошенных (65,4%). Только у 44,2% школьников настрой на коллектив – они принимают активное участие в общественной жизни класса/школы; считают, что успех коллектива более важен, чем их индивидуальный успех; в будущем готовы пренебречь своими личными интересами ради интересов коллектива (предприятия или организации, где они будут работать). И только 34,6% рассматривают служение людям, стране и Отечеству в качестве важного мотива и цели будущей профессиональной деятельности, а 65,4% респондентов так не думают, заявляют о том, что после получения профессионального образования

могут уехать в другую страну и работать там. Таким образом, просматривается преобладание несвойственных российскому национальному мировоззрению идей индивидуализма и отсутствие альтруистической позиции по отношению к людям и обществу, отсутствие желания с помощью профессии как своего главного дела жизни принести пользу людям, обществу, послужить стране и Отечеству.

При последующем анализе ответов в нескольких тематических блоках были отмечены расхождения в оценке школьниками суждений, характеризующих их отношение к труду и будущей профессии на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровнях, что может говорить, в том числе, о возможном диссонансе декларируемых и реализуемых в поведении ценностей, а также внутренних когнитивно-эмоциональных, эмоционально-поведенческих и когнитивно-поведенческих конфликтах в системе ценностных представлений о труде и будущей профессии у обучающихся.

Так, при анализе ответов респондентов по тематическому блоку «Профессия как служение людям и Отечеству», мы увидели, что 71,1% школьников согласны с суждением о том, что профессия должна приносить благо стране и служить интересам Отечества. В то же время 88,5 % респондентов указали, что получив профессиональное образование, они могут уехать в другую страну и работать там. Таким образом, когнитивная репрезентация об альтруистическом мотиве профессиональной деятельности диссонирует с готовностью к прагматичному и непатриотичному поведению - уехать за границу и работать там.

В тематическом блоке «Профессия как смысл жизни» с суждением о том, что профессия - это самое любимое и важное дело в жизни человека согласились 67,3%. В то же время, 75% отметили, что профессия является смыслом жизни лишь для некоторых людей, но лично они намерены жить в соответствии со своими (другими) приоритетами и смыслами. Такое несоответствие тоже может говорить о рассогласованности когнитивных представлений старшеклассников о будущей профессии и поведенческим аспектом их представлений о профессиональном будущем.

Анализ ответов по тематическому блоку «Честное и добросовестное отношение к профессиональному труду» помог увидеть следующее несоответствие: 92,3% согласились с тем, что честное отношение к работе очень важно в будущей профессиональной деятельности, в то же время, у 65,4% обучающихся не вызывает отрицательных эмоций мысль о том, что будущую работу можно будет использовать в своих личных интересах. В данном случае - диссонанс когнитивных представлений и эмоциональных переживаний старшеклассников тоже может говорить о рассогласованности в системе ценностных представлений о профессионально-трудовой деятельности.

Выявленные с помощью анкетирования и обозначенные нами особенности и противоречия маркируют проблемы преобладания индивидуалистических установок и отсутствие мотива служения у большинства респондентов в отношении к будущей профессии. Наличие внутренних

когнитивно-поведенческих и когнитивно-эмоциональных конфликтов системы ценностных ориентаций и представлений школьников о будущей профессии может стать предметом дальнейшего и более обстоятельного исследования данной проблемы и поиска путей ее решения.

Заключая, обозначим особенности процесса становления отношения к будущей профессии у современных старшекласников: существование в системе ценностных ориентаций ценностей разнонаправленных идеологий (традиционных российских и западных либеральных); преобладание нехарактерных для национальной российской культуры ценностей индивидуализма и материального достатка; корыстные мотивы выбора будущей профессии; отсутствие альтруистических мотивов будущей профессионально-трудовой деятельности; преобладание эмигрантских настроений и заявлений о возможности после получения профессионального образования уехать и работать в другой стране; убежденность в возможности использовать свою будущую профессию в своих личных интересах; рассогласованность ценностных представлений о будущей профессии на когнитивном и поведенческом, когнитивном и эмоциональном уровнях; внутренние когнитивно-эмоциональные и когнитивно-поведенческие конфликты в системе ценностных представлений о профессионально-трудовой деятельности.

Данные особенности необходимо учитывать в процессе изучения ценностных представлений школьников о труде и профессии, их отношения к будущей профессиональной деятельности, а также в работе педагога-психолога по профессиональной ориентации обучающихся старших классов. На наш взгляд, способствовать решению проблемы может ценностно-смысловой подход к воспитанию отношения обучающихся к будущей профессии с опорой на традиционные российские духовно-нравственные ценности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Друзина, О.С. Значение традиционных российских духовно-нравственных ценностей в воспитании отношения к труду и профессии у школьников / О.С. Друзина // Вестник ПГГПУ. — 2024. — Серия № 3. — №1. — С. 46-52. — URL: <http://vestnik3.pspu.ru/files/3-2024-1.pdf> (дата обращения: 01.03.2024).

2. Дубровина, И.В. Психологическая культура личности как фактор самоопределения в раннем юношеском возрасте / И.В. Дубровина // Гуманизация образования. — 2020. — №2. — С. 4-15. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-kultura-lichnosti-kak-faktor-samoopredeleniya-v-rannem-yunosheskom-vozhraze> (дата обращения: 01.03.2024).

3. Котляревич, А.Н. Ценности современной российской молодежи: неолиберальный тренд / А.Н. Котляревич // Философская антропология, философия культуры. — 2023. — № 1. — С. 5–15. — URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_50513714_24917733.pdf (дата обращения: 01.03.2024).

4. Мониторинг ценностных ориентаций современной молодежи 2022. Институт воспитания РАО РФ // институтвоспитания.рф : сайт. — URL:

<https://институтвоспитания.рф/upload/iblock/df6/rj7mhwnp0lcc8ppmas4d35zfd3p bu5c.pdf?ysclid=lsap194vib738117732> (дата обращения: 01.03.2024).

5. Ромашова, Л.О. Противоречия в профессиональном самоопределении молодежи / Л.О. Ромашова // Знание. Понимание. Умение. – 2013. – №3. – С. 179-182. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/protivorechiya-v-professionalnom-samoopredelenii-molodezhi> (дата обращения: 01.03.2024).

6. Сивцова, А.В. Психологические особенности внутренних конфликтов в системе ценностных ориентаций как основания развития личности / А.В. Сивцова, Д.В. Каширский // Ползуновский вестник. – 2006. – №3-2. – С. 222-232. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-vnutrennih-konfliktov-v-sisteme-tsennostnyh-orientatsiy-kak-osnovaniya-razvitiya-lichnosti> (дата обращения: 01.03.2024).

7. Степанова, Г.С. Особенности поколенной преемственности и рассогласованности ценностных ориентаций / Г. С. Степанова // Международный научно-исследовательский журнал. – 2015. – № 5-3(36). – С. 123-125. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23579563&ysclid=luxaivx81e382552109> (дата обращения: 01.03.2024).

8. Суворова, О.В. Отношение старшеклассников к будущей профессиональной деятельности в свете традиционных российских ценностей / О.В. Суворова, О.С. Друзина, Е.А. Сорокоумова // Общество. Наука. Инновации (НПК-2021): сборник статей XXI Всерос. науч.-практ. конф. – Киров: Изд-во ВятГУ, 2021. – Т. 1. – С. 1117-1123. – URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_46138571_28529488.pdf (дата обращения: 01.03.2024).

9. Суворова, О.В. Тип ценностной направленности и прогнозирование отношения к будущей профессиональной деятельности у старшеклассников / О.В. Суворова, О.С. Друзина // Психология XXI века: вызовы, поиски, векторы развития : Сборн. матер-лов. IV Международного симпозиума психологов. В 3-х частях, Рязань, Том Часть III. – Рязань: Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний. – 2022. – С. 175-182. – URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_49313926_23791634.pdf (дата обращения: 01.03.2024).

10. Ценности молодежи. Результаты опроса о ценностях и приоритетах в молодежной среде (14 декабря 2022 года). // Всероссийский центр изучения общественного мнения (ВЦИОМ). – URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/cennosti-molodezhi?ysclid=lvbaikll7420584832> (дата обращения: 01.03.2024).

11. Юревич, А.В. Эмпирические оценки нравственного состояния современного российского общества / А.В. Юревич // Ярославский педагогический вестник. – 2018. – №4. – С. 168-179 – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/empiricheskie-otsenki-nravstvennogo-sostoyaniya-sovremennogo-rossiyskogo-obschestva> (дата обращения: 01.03.2024).

ЗООВОЛОНТЕРСТВО В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

**Казанцева Е. А., студентка
Томина Е.Ф., кандидат педагогических наук, доцент
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет»**

Волонтерство в спасении животных все чаще признается как значимый и эффективный способ внести свой вклад в жизнь общества, одновременно укрепляя вашу связь с животными. Эта научная статья углубляется в многогранные аспекты волонтерства в отношении животных, исследуя его влияние на благополучие людей и животных. Опираясь на всесторонний обзор существующей литературы, эта статья призвана пролить свет на различные аспекты волонтерства животных и его потенциальные последствия как для добровольцев, так и для участвующих животных. Волонтерство включает в себя широкий спектр деятельности: от волонтерства в приютах для животных и заповедниках до участия в природоохранных мероприятиях.

До начала XIX века попытки защиты животных были стихийными; лишь на рубеже веков появились первые организованные формы социальных действий, направленных на защиту животных. В 1800г. У.Палтни внес в английский парламент «Билль против травли быков». В 1824 году в Лондоне было создано первое в мире Общество по предотвращению жестокого обращения с животными. Большинство законов против жестокого обращения с животными было принято в 1830-х годах в Германии. В эти же годы в Европе начали возникать организации по защите животных. С 1875 года начался новый этап в развитии зоозащитной деятельности, связанный с появлением на «общественной сцене» антививисекторного движения. В то же время появились крупные международные компании по защите и спасению диких животных, такие как Всемирная федерация защиты животных, Международное общество защиты животных, Всемирный фонд дикой природы, Международный фонд защиты животных, Гринпис, и так далее.

Отечественное движение в защиту животных развивалось в иных условиях. В СССР эта проблема связывалась исключительно с охраной диких животных. Именно они, наряду с дикими растениями, рассматривались как ценный природный ресурс и находились под опекой созданного в 1924 года Всероссийского общества охраны природы. Вплоть до начала 1990-х годов в СССР не было не только официальных кодексов этичного обращения с животными, но и документов, регулирующих проведение медицинских исследований над животными.

Организации сотрудничают со СМИ, освещающими тему волонтерства, в том числе с движением защиты животных. Развитию как волонтерства, так и зооволонтерства способствовали Интернет и социальные сети, благодаря которым появились самоорганизующиеся группы и интернет-сообщества

волонтеров. Социальные сети оказались удобным инструментом общественной самоорганизации, поскольку они не только быстро и целенаправленно распространяют необходимую информацию, но и повышают степень доверия участников друг к другу. Общество стало видеть, что за проектами стоят реальные люди, и поэтому принимают в них более активное участие.

В настоящее время волонтерское движение получило активное развитие именно потому, что его особенностью стала сетевая структура с использованием массовых коммуникаций, особенно Интернета. Сеть подразумевает под собой открытую структуру. Сетевая структура в волонтерстве означает, что любой человек в любое время может как войти в нее, так и выйти. Сеть является формой самоорганизации волонтерских объединений: в каждом из них есть главный управляющий, контролирующей общий процесс работы.

Правила взаимоотношений в зоозащитных организациях разрабатывались поэтапно в связи с необходимостью эффективного взаимодействия; они связаны, прежде всего, с организацией передачи животного новому владельцу. Для этого зоозащитники сначала изучают страницу потенциального владельца в социальных сетях, беседуют и договариваются о возможности проверить условия жизни животного. Проверка может иметь различные варианты, например, фотоотчеты в Интернете. При этом, позиционируя себя как гуманных и позитивных людей, лидеры и члены группы обеспечивают вежливость и корректность форм взаимодействия, без использования ненормативной лексики. В сегодняшних условиях волонтерство в отношении животных часто включает в себя образовательные программы, направленные на повышение осведомленности об ответственном владении домашними животными, сохранении дикой природы и более широких вопросах благополучия животных. Добровольцы взаимодействуют с сообществами посредством мастер-классов, семинаров и онлайн-кампаний, воспитывая культуру сострадания и понимания по отношению к животным.

Появление социальных сетей усилило влияние волонтерства в области животных, предоставив платформу для пропагандистских и информационных кампаний. Добровольцы используют социальные сети, чтобы делиться историями успеха, продвигать кампании по усыновлению и мобилизовать поддержку организаций, связанных с животными, в глобальном масштабе.

Зоозащитное движение начало развиваться недавно, поэтому пока можно говорить о становлении этого вида общественно-полезной деятельности, распространяющей идеи гуманизма по отношению к животным. Именно в этом плане наиболее ярко и наглядно проявляется степень нравственного развития общества. При этом умение и привычка человека следовать передовым нормам человеческого общежития стали мерилем развития цивилизации, когда о степени зрелости общества судят по его отношению к наименее защищенным существам.

Также данное направление может оказывать помощь и в медицине – последние годы терапия и вмешательства с использованием животных

приобрели известность. Добровольчество в отношении животных теперь распространяется и на учреждения здравоохранения: обученные животные и их хозяева посещают больницы, дома престарелых и реабилитационные центры, чтобы оказать терапевтическую помощь людям, испытывающим проблемы с физическим или психическим здоровьем.

Достижения в области технологий открыли возможности для дистанционного волонтерства в секторе защиты животных. Добровольцы могут внести свой вклад в онлайн-платформы, помогая с такими задачами, как анализ данных, управление социальными сетями и программы виртуального образования. Эта технологическая интеграция позволяет людям из разных уголков мира поддерживать дела, связанные с животными. Волонтерство в защиту животных – это динамичное и взаимное мероприятие, имеющее последствия для благополучия как людей, так и животных.

Люди становятся волонтерами по разным причинам. Главными из них являются: Благодородная идея, чувства милосердия, сострадания, стремление улучшить качество жизни людей – отражает принципы и важность деятельности. Психологическая потребность – многие люди хотят сделать что-то полезное для общества и чувствовать себя «нужным». Также через помощь тем, кто не может сам ее себе оказать, у человека появляется возможность реализовать свои ценности и жизненные принципы. Многие находят в волонтерстве способ контролировать свою жизнь и быть готовым к непредвиденным ситуациям.

В качестве небольшого примера можно привести Центр помощи потерявшимся животным в Санкт-Петербурге. Благодаря работе Центра пропажи более 6000 животных вернулись домой и около 7000 нашли новых хозяев. Все данные Центра «Потеряшка» достоверны, так как ведется четкая регистрация результатов работы и статистический подсчет в течение всех лет работы центра. Центр «Потеряшка» финансируется за счет спонсоров, пожертвований граждан, целевых благотворительных взносов организаций и средств собственника. Это единственная зоозащитная организация в Санкт-Петербурге, которая является членом Всемирного общества защиты животных – WSPA. В Центре «Потеряшка» создана единая городская компьютерная картотека потерянных и найденных собак и кошек, которая является базой данных для работы всей службы. Схема работы Центра заключается в следующем:

1. На центральном диспетчерском пульте диспетчеры принимают заявки о пропавших, найденных или отдающихся животных. Можно позвонить или переслать информацию по телефону через мессенджер WhatsApp, данные по шаблону – фото, пол, местоположение, дата, потерянное, найденное или отдающееся животное, для потерянного или отдающегося животного – кличка.

1. Информация заносится в базу данных, происходит сверка зарегистрированных животных (потерянных и найденных).

3. Если есть необходимость предоставить временное убежище животному, то дается телефон руководителя Центра «Потеряшка» и он

рассматривает возможность принять животное в наши приюты, в Гатчинском районе — «Теремок» или в центре города — «Пульт» (только кошки).

4. Если человек хочет взять себе домашнее животное, то он проходит собеседование у руководителя центра и после этого приглашается в приют для подбора животного. При передаче животного в новые руки составляется договор, согласно которому новый владелец несет ответственность за взятое животное, а центр оставляет за собой право контролировать дальнейшую жизнь питомца. Все эти ограничения связаны с необходимостью защитить «потеряшек» от недобросовестных рук.

Таким образом, огромное количество животных быстро и максимально гуманно возвращаются хозяину или цивилизованно находят новый дом. Движение защиты животных — сравнительно новое и малоизученное социальное явление, требующее комплексного анализа, определяющего его роль и место в структуре гражданского общества, а также состав волонтеров и мотивацию волонтерской деятельности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Рыбалко В.А. Мировой опыт в решении проблем бездомных животных // Ветеринарная патология. — 2006. — № 2. — С. 12-19. [Электронный ресурс]: http://vetpat.ru/wp-content/uploads/2014/03/Vet_patologija_02_06.pdf

2. Айбазова Ф.У. Волонтерство как канал гражданских инициатив на региональном уровне // Каспийский регион: политика, экономика, культура. — 2012. — № 4. — С. 106-110. [Электронный ресурс]: [http://kaspy.asu.edu.ru/files/4\(33\)/106-111.pdf](http://kaspy.asu.edu.ru/files/4(33)/106-111.pdf)

3. Списки гг. членов Российского Общества покровительство животным по 10 апреля 1886 г. — СПб.: Типография А. Пожаровой, 1885. — 143 с.

4. Отчет о деятельности Тверского отдела Российского общества покровительства животным с начала основания 20 марта 1913 года по 1915 год. — Тверь: Типография Губернского земства, 1916. — 5 с.

5. Отчет Воронежского отдела Российского общества покровительства животным за 1911 год. — Воронеж: Типография П.Т. Наумова, 1912. — 9 с.

6. Отчет Курского отдела Российского общества покровительства животным за 1903 год (пятый год существования отдела). — Курск: Тип. Курск. губ. земства, 1904. — 11 с.

7. Отчет о деятельности Самарского отдела Российского общества покровительства животным за 1913 г. — Самара: Электро-типография С.Л. Клипиницера, 1914. — 4 с.

8. Отчет Томского отдела Российского общества покровительства животным за 1911 г. — Томск: Типография Дома трудолюбия, 1912.

9. Устав Российского общества покровительства животным. — СПб.: Типография П. Ознобивцева, 1903.

ТРАНСФОРМАЦИЯ ЛИЧНОСТИ С ПОМОЩЬЮ СКАЗКОТЕРАПИИ

Кириенко Алла Александровна, к.психол.н.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет»**

Каждый человек в определённое время своей жизни сталкивается с необходимостью в ней что-то менять. Как правило, такая потребность вызвана появлением чувства неудовлетворённости собой и своей жизнью, а также характером взаимоотношений с близкими и окружающими людьми.

Трансформация личности рассматривается в психологии как глубокий и многогранный процесс изменения собственного мировоззрения, самовосприятия, пересмотра ценностей и моделей поведения, признания своих ошибок и работы над ними.

В настоящее время наработан большой арсенал методов, помогающих осуществить желаемые изменения. Сказкотерапия является одним из таких методов, которая позволяет осуществить трансформацию личности, в мягкой форме и бережно по отношению к личности исследовать и осознать важные жизненные уроки.

Рассуждая о сказкотерапии, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева пишет о том, что «являя собой синтез многих достижений психологии, педагогики, психотерапии и философии разных культур, сказкотерапия направлена на помощь человеку в достижении гармонии, через внутреннюю победу Созидателя (гармоничной личности) над Разрушителем (дисгармоничной личностью)» [5].

И.В. Вачков характеризуя сказкотерапию отмечает, что её главным отличительным качеством является то, что воздействие на личность осуществляется на ценностном уровне [4].

Жизненные ценности — это идеалы, на которые ориентируется человек в своей жизни. По сути, это принципы, на которые человек опирается в своей повседневной деятельности и при принятии решений. Жизненные ценности напрямую влияют на то, что будет для человека приоритетным, а что незначительным [1].

Зачем нам знать о жизненных ценностях? Чтобы уметь делать правильный выбор. Чётко сформулированные ценности — это своего рода компас, который помогает вам не сбиться с пути в бесконечном ежедневном выборе. Это касается как мелочей, так и глобальных решений [1].

Сама сказка позволяет в ненавязчивой форме донести до сознания ребенка, подростка, взрослого информацию о базовых жизненных ценностях и предупредить человека о последствиях разрушительного поведения с точки зрения нарушения следования этим ценностям [4].

Сказки затрагивают практически все сферы нашей жизни. Это и помощь в решении простых бытовых вопросов, и обретение желаемых душевных качеств, и постижение сложностей человеческих взаимоотношений [2].

Герои волшебных сказок представляют собой идеальные модели для подражания. Они дают образцы положительных, желаемых качеств и поведения. Герои в сказках легко справляются со страхом, не теряются в трудных ситуациях, находят выход из любых положений, умеют дружить и привлекать новых друзей. Если они любят, то преданно и верно, все делают ради своей любви. Они самостоятельны и по-хорошему упорны. Герой продолжает сражаться до тех пор, пока не одолеет врага. Героиня проходит через все испытания на своем пути, но не останавливается, пока не достигнет цели [2].

Здесь важно учесть, что любые изменения для личности энергозатратны. Не всегда у человека, вставшего на путь трансформации хватает таких энергоресурсов. Сомнения, разочарования, программы неуспешности, воспоминания о травматических событиях, используя метафору Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, «осушают источник Жизненной Силы», блокируют энергию и проявление эмоций. «Сказка же даёт силы жить в этом не всегда гостеприимном и доброжелательном мире» [6].

Реализуя принцип многогранности, сказкотерапия позволяет любую жизненную ситуацию зашифрованную в виде сказочной истории рассмотреть как кристалл со множеством граней. Таким образом, сказкотерапия помогает «изменить отношение человека к ситуации за счет рассмотрения наибольшего спектра ее граней» [7].

Как пишет Маргарет Паркин в своей книге «Сказкотерапия для бизнес-тренеров» испокон веков сказки, истории, притчи, мифы, легенды, а также анекдоты, сравнения и аналогии были средствами коммуникации и обучения. Так мы открываем более глубокие знания, накопленные множеством людей, находим дорогу к мудрости наших предков [9, с.13].

В начале XX века психотерапевтическое воздействие сказки и её трансформационный эффект на личность стал изучаться представителями различных психологических школ. Психоаналитики Ф. Риклин, К. Абрахам, З. Фрейд, О. Ранк рассматривали сказку с точки зрения её воздействия на бессознательное, её способности воссоздать глубинный опыт проживания эмоциональных кризисов [4].

К.Г.Юнг и его последователи рассматривают сказочный сюжет процесс путешествия по внутреннему миру читателя. Х. Дикманн, считал, что предпочитаемая человеком сказка может влиять на его судьбу и поступки, проявление им определённых черт личности [4].

С точки зрения представителей трансактоного анализа, особого внимания заслуживает изучение ролевого взаимодействия героев сказок. В соответствии с данной концепцией каждый персонаж сказки изображает определенную роль, которую человек может играть в жизни или даже брать в основу своего жизненного сценария [11]. Э. Берн подчеркнул: «...конкретная сказка может

стать жизненным сценарием человека. И если «узор судьбы» у взрослого человека нарушен или зашел в тупик, то на помощь приходит именно сказка, которая проводит символическую реставрацию архетипических матриц внутреннего пространства и наполнит его смыслом» [3].

Психологи бихевиорального направления акцентировали внимание на моделях поведения, которые можно корректировать с помощью сказок, в которых представлены варианты и деструктивного и конструктивного. Поскольку все действия человека, по сути, являются ответной реакцией на внешние раздражители, то сказка учит тому, как прогнозировать это поведение, а также как осуществлять самоконтроль и управление им [2, 4].

С точки зрения экзистенциального направления сказки отражают наши внутренние психологические процессы, а также экзистенциальные конфликты и варианты их разрешения. Как правило, экзистенциальные конфликты возникают тогда, когда герои начинают искать свой путь или место в жизни, а также ответ на вопрос о сути человеческого бытия [2, 4].

В сказкотерапии с целью помочь личности осуществить желаемую трансформацию применяются разнообразные жанры: притчи, басни, легенды, былины, саги, мифы, сказки, анекдоты. Каждому клиенту подбирается соответствующий его интересам жанр [6].

Притча является носителем глубинной жизненной философии. Жизненный урок в притчах не завуалирован, а прямо сформулирован. Обычно одна притча посвящена одному уроку [6]. Притчу можно использовать в работе как со взрослыми, так и с подростками в случаях, когда требуется философское осмысление какой-либо ситуации или явления.

Басня - это более короткая форма притчи с четко сформулированной моралью. Мораль басни, её основная мысль, нравственный посыл, безусловно, обращены к совести читателя и побуждают его вновь и вновь возвращаться к вопросу о том, "что такое хорошо и что такое плохо". В структуру басни входит описание события, акцентирование внимания на жизненном уроке, которое следует из произошедшего и вывод [6].

Героями басни являются животные. В их описании представлены узнаваемые читателями черты характера: в волке – алчность, в лисе – хитрость, в сове – мудрость, в медведе – грубость/ сила, во льве – храбрость, в зайце – трусость.

Анекдот - это короткая форма притчи или басни, построенная на абсурде или нестереотипной реакции, «короткий устный смешной рассказ о вымышленном событии с неожиданной остроумной концовкой». Работа с анекдотом позволяет выявить не только основные проблемы личности, но безопасно разрядить внутреннее напряжение. С.Ю. Смагина, говоря о применении анекдотов в сказкотерапевтической практике, отмечает, что «любимый анекдот – это наше возможное изменение, если он от бессознательного рассказа переходит в осознанный план» [12]. Этому могут способствовать ответы на следующие вопросы: Можешь ли ты вспомнить обстоятельства, при которых впервые услышал этот анекдот? Кто из

персонажей анекдота тебе близок/нравится? О чем заставляет задуматься этот анекдот? Какие параллели с собственной жизнью можно отыскать в нём? [12].

Легенда, былина, сага, эпос. Эти жанры повествуют о реальных исторических событиях, как правило, героического содержания. Былина как жанр сочетает по содержанию огромный психокоррекционный и терапевтический потенциал. Образы былинных богатырей реализуют триаду терапевтических потребностей (П.И.Яничев): потребность в автономии, потребность в компетентности, потребность в активности [10].

Русский богатырь не только силен, но и великодушен, не только в бою смел, но и с врагом справедлив, и совета матери спросит и дурным словом никого не обидит. Профилактический и психокоррекционный потенциал образов русских богатырей особенно хорошо работает в тех случаях, когда необходимо снизить тревожность клиента или повысить его самооценку [10].

Миф – форма отражения и осмысления мира. Главными его персонажами становятся герои и божественные существа. В сказкотерапии миф используется с целью познания окружающего мира, общих закономерностей его устройства. Изучая мифологическое сознание, З. Фрейд считал его образы символами вытесненных в бессознательное сексуальных комплексов. С помощью мифов человек объясняет непонятные ему явления, события, ситуации, тем самым снижая уровень своей тревоги, прогнозирует события будущего [7].

Сказка – обладает мощным трансформационным эффектом за счет архетипичности, метафоричности, способности активизировать творческий потенциал личности. Сказки народные, художественные, авторские позволяют решить, две основные задачи: увидеть себя самого, тем самым развить самосознание и увидеть мир вокруг себя, построив с ним более конструктивные взаимоотношения [7].

Сказка является средоточием важнейших психологических проявлений личности и энциклопедией поведенческих моделей в различных житейских ситуациях. Именно сказка помогает на глубинном символическом уровне сформировать представление о том, как устроен мир, что происходит с человеком в разные периоды жизни; какие этапы в процессе самореализации проходят люди, какие трудности можно встретить в жизни и как их преодолеть.

Вне зависимости от типа сказки в них могут решаться следующие пять задач, обеспечивающих достижение сказочной цели, что в свою очередь делает возможным трансформацию личности: побуждение к действию, осуществление выбора, накопление ресурса, самосовершенствование и преображение.

Таким образом, сказкотерапия является современным направлением практической психологии, позволяющим эффективно, бережно и деликатно решать проблемы личности, менять её жизнь в лучшую сторону и качественно менять саму личность, способствуя приобретению ею новых паттернов поведения.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Анчек Р. Жизненные ценности: как их определить и следовать им. [Электронный ресурс] // digital-academy. URL: <https://digital-academy.ru/blog/what-are-life-values> (дата обращения: 4.04.24)
2. Бердникова Ю.Л. Роль сказов в воспитании и развитии ребенка. [Электронный ресурс] // Психологическая газета. URL: <https://psy.su/feed/9361/> (дата обращения: 6.02.24)
3. Богатырева Ж. В. Сказка как пространство обретения духовного опыта (попытка философского анализа) // МНКО. 2013. №3 (40). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/skazka-kak-prostranstvo-obreteniya-duhovnogo-opyta-popytka-filosofskogo-analiza> (дата обращения: 09.04.2024).
4. Вачков И.В. Сказочная метафора как средство взаимопонимания // Социальная психология и общество. 2011. Том 2. № 1. С. 111–118. – URL: https://psyjournals.ru/journals/sps/archive/2011_n1/39735 (дата обращения: 2.04.24)
5. Вачков И.В. Юнгианский анализ волшебных сказок [Электронный ресурс] // «Школьный психолог» . – №25/2001. – URL: <https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200200718> (дата обращения: 2.04.24)
6. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Основы сказкотерапии [Электронный ресурс] // «Школьный психолог» . – №25/2001. – URL: <https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200102502> (дата обращения: 6.02.24)
7. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. [Электронный ресурс] // URL: https://www.phantastike.com/art_therapy/put_k_volshebstvu/html/ (дата обращения: 2.02.24)
8. Наговицын А.Е., Пономарева В.И. Сказкотерапия. Направленность функций волшебной сказки / Типология сказки. [Электронный ресурс] // URL: <https://psyfactor.org/lib/skazkoterapiya3.htm> (дата обращения: 6.02.24)
9. Паркин М. Сказки для тренеров. Как использовать сказки, истории и метафоры в обучении сотрудников. — М.: Добрая книга, 2005. С. 13.
10. Панкратова М. Использование русских былинных образов в сказкотерапии эмоциональных состояний старших дошкольников [Электронный ресурс] // Маам.ru. Международный образовательный портал. URL: <https://www.maam.ru/detskijasad/ispolzovanie-ruskih-byliny-obrazov-v-skazkoterapi-yemocionalnyh-sostojanii-starshih-doshkolnikov.html> (дата обращения: 6.02.24)
11. Пономарева И.М. Технология работы со сказкой в транзактном анализе. Жизненный сценарий и сказки // Учёные записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2017. Том 28. № 2. С. 52–60.
12. Смагина С.Ю. Использование анекдотов в психотерапии. [Электронный ресурс] // Психологическая газета. URL: <https://psy.su/feed/10538/> (дата обращения: 9.04.24)

ОПАСНОСТЬ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ И СОЦИАЛЬНЫХ МЕДИА ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

**Епачинцева Галина Александровна, доктор психологических наук,
профессор кафедры «Общая психология и психология личности»**

Кузнецов Михаил Юрьевич, студент

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет»**

Подростковый возраст является периодом развития, отличающимся интенсивными эмоциональными, когнитивными, поведенческими и социальными изменениями, которые совпадают с повышенной уязвимостью к психическому здоровью [1]. Возраст 13-14 лет относится к периоду раннего подросткового возраста, характеризующегося интенсивным половым созреванием, эгоцентризмом, желанием независимости и развитием сексуальной идентичности [1]. Развитие личности и увеличенное значение межличностных отношений и социального статуса [1] являются двумя ключевыми чертами этого этапа подросткового возраста, которые могут быть особенно значимы для использования социальных медиа [2].

Использование социальных медиа может вызывать чувства цифрового стресса, определяемого как легкое негативное воздействие, обусловленное негативными опытами использования цифровых технологий или постоянным доступом к социальной информации в интернете [3]. Цифровой стресс в подростковом возрасте рассматривается как возникающий и повсеместный источник межличностного стресса для этой возрастной группы и продолжительно связан с симптомами депрессии [4]. Ранее этот конструкт был разделен на два типа; стрессоры типа 1 представляют собой явно враждебное или злонамеренное использование социальных медиа, такие как кибербуллинг и публичное унижение, а стрессоры типа 2 связаны с аспектами использования социальных медиа, более относящимися к социализации и общению среди сверстников, включая чувство давления со стороны на запросы на обмен интимными фотографиями или предоставление паролей и чувство утомления от избыточных онлайн-сообщений [5]. Как правило, в большинстве научных работ стрессоры типа 1 признаются более активно влияющими на формирующуюся психику подростков, нежели стрессоры типа 2 [5].

Идентичность человека - это внутренние ощущения и ценности, сконцентрированные вокруг того, как индивид понимает самого себя, как социальный объект, относительно другого человека (например, близкого друга), группы людей (например, семьи или сверстников), или социального или демографического коллектива. Эти социальные объекты - и, следовательно, идентичности человека - находятся в контексте культурных и социальных структур [6].

Проблемы, связанные с развитием идентичности, приобретают особое значение в раннем подростковом возрасте, когда начинает проявляться способность распознавать самовосприятие и его согласованность или несогласованность с тем, как его видят другие [7]. Здоровое формирование идентичности является важной проблемой общественного здравоохранения, поскольку большая согласованность и последовательность в чувстве собственной идентичности... вероятно, приведет к большему благополучию, меньшему количеству симптомов тревожности и депрессии, а также к меньшей вероятности участия в преступных и опасных для здоровья поведенческих - таких как акты злоупотребления веществами, рискованного секса или насилия [7]. Социальный мир оказывает влияние на самосознание подростка через его развитие идентичности, при этом социальная интеграция или отвержение имеют важные последствия для психического здоровья и благополучия.

Социальное взаимодействие с другими, будь то онлайн или офлайн, является важным аспектом формирования личности. Согласно теории управления впечатлением [8], мы мотивированы создать определенное впечатление на других во время социального взаимодействия и используем наше поведение для управления этим с целью быть принятыми сверстниками, получить одобрение и социальный статус, а также подтвердить положительное самоощущение. Создание положительного впечатления включает различные стратегии самопредставления, все они облегчаются трансляцией социальных медиа или реагированием на онлайн-контент сверстников. Стратегии создания положительного представления о себе включают соответствие социальным нормам [9]. Социальные медиа сейчас играют ключевую роль в формировании этих норм и ожиданий относительно выражения личности. Алгоритмы продвигают контент на основе взаимодействия, диктуя, что является наиболее видимым для молодых пользователей. Социальные нормы таким образом широко видны и доступны через просмотр контента, размещенного сверстниками и другими пользователями социальных медиа, дополнительно влияя на то, как подростки представляют себя при обмене информацией [8]. Положительное самопредставление также достигается путем передачи наиболее положительного образа себя, что теперь облегчено возможностью тщательно курировать собственный профиль в социальной среде и улучшать используемые изображения себя с помощью инстакментов, предоставляемых в сети. Также возможность представление собственной ценности в сети в наше время измеряется в возможности сбора на социальных площадках очень частых отзывов, комментариев о деятельности и образе личности [8]. С индивидуальными персонализированными профилями, часто видимыми для глобальной аудитории, социальные медиа в теории предоставляют пользователям полный контроль над стратегическим представлением себя перед другими. Пользователи могут раскрывать и продвигать, а также скрывать аспекты своей личности и жизненного опыта через контент, который они публикуют, чтобы формировать то, как их воспринимают другие пользователи сети [10]. Пользователи могут не только выбирать, какие изображения себя

загружать, но и цифрово редактировать эти изображения, чтобы улучшить свою привлекательность или передать определенное настроение [8].

Через такие специфические особенности, как постоянство и количественность, использование социальных медиа считается усиливающим социальные ожидания, связанные с самопредставлением [11], представляя источник цифрового стресса второго типа. Самопредставление является фундаментальным аспектом трансляции в социальных медиа, и усилия и уязвимости, связанные с управлением тем, как нас видят другие, теперь требуются чаще и для более широкой и разнообразной аудитории. Трансляция в социальных медиа или прямые взаимодействия с другими онлайн могут рассматриваться как форма выражения и экспериментирования с личностью. С каждой трансляцией пользователи могут иметь свое выражение личности либо принятое, либо отвергнуто другими - обычно сверстниками - в виде просмотров, лайков и комментариев. В отличие от офлайн-взаимодействий, социальные медиа предоставляют постоянную запись этих подтверждений или отклонений, усиливая их выразительность и позволяя пользователям переживать и размышлять о них [11]. Таким образом, онлайн-выражения личности могут иметь значительные последствия для самосознания и благополучия вещателя [11].

Как указано выше, социальные процессы играют критическую роль в формировании личности подростка. В дополнение к рискам для психического здоровья, связанным с развитием несогласованного или негативного самоконцепта [7], уязвимость к социальному исключению также считается фактором, способствующим повышенной подверженности психическим заболеваниям в подростковом возрасте [8].

Эксперименты из областей социальной психологии и нейронауки продемонстрировали значительное увеличение рискованного поведения в подростковом периоде, особенно в присутствии сверстников. Эти результаты считаются связанными с гиперчувствительностью подростков к социальной оценке, особенно среди сверстников. Потребность в соответствии социальным нормам, во многом пропагандируемых в наше время через социальные медиа, сочетается с потребностью в принадлежности, причем социальный статус среди сверстников приобретает особую важность для самосознания и благополучия [8].

В период подросткового возраста статус в группе сверстников - в терминах восхищения и привязанности - становится особенно важным для развития психического здоровья или его нарушения, поскольку увеличивается время, проводимое во взаимодействии со сверстниками, и увеличивается их значимость как основы для социальных сравнений и самооценки [12]. Статус сверстников, связанный с достижениями, особенно связан с социальными иерархиями и социальными сравнениями. Подростки сравнивают себя с друзьями в терминах их интеллекта, физической привлекательности и того, как много внимания они получают от других. Восходящие социальные сравнения (в которых один воспринимает своих сверстников как превосходящих в

определенной области) считаются способствующими появлению чувства неполноценности, в свою очередь приводящего к низкой самооценке и депрессии [12]. Статус сверстников, связанный с привязанностью, более тесно связан с потребностью в принятии и принадлежности и страхом отвержения или социального исключения [13]. Социальное отвержение или изгнание является ключевым фактором появления чувства одиночества, низкой самооценки и депрессии [12]. Увеличение внимания к статусу сверстников в период подросткового возраста может увеличить риски восходящих социальных сравнений и отвержения, связанных с взаимодействием со сверстниками. Это, в свою очередь, может играть значительную прямую роль в повышенной уязвимости к психическим расстройствам в этот период развития, а также косвенную роль через увеличение участия в рискованных поведенческих стратегиях по сохранению здоровья [8].

Восходящее социальное сравнение считается ключевым процессом в отношении связи между пассивным использованием социальных медиа и плохим психическим здоровьем подростков. Увеличенный доступ к информации о достижениях и статусе других, а также сравнения с высокоидеализированными онлайн-представлениями, может вызвать чувства зависти, тревоги и депрессии [13]. Связано с этим, увеличенный доступ к информации о социальной активности других может способствовать появлению чувства одиночества и социального исключения, известного как страх упускать что-то важное [9]. В то время как онлайн-взаимодействия со сверстниками могут поддерживать чувство социальной принадлежности, количественная обратная связь на контент, транслируемый через социальные медиа, усиливает осознание и обеспечивает мгновенную, видимую меру социального принятия или отвержения [8].

Социальные медиа изменили тип взаимоотношений не только среди всего населения в целом, но и среди подростков в частности [11]. Частота и интенсивность взаимодействия со сверстниками увеличились вместе с возможностью быть онлайн практически постоянно, что привело к увеличению возможностей появления цифрового стресса. Социальные сети также создали больше возможности для поведений, которые были бы маловероятны в офлайн-среде, таких как, к примеру, присоединение к разным сообществам, далеко не всегда соответствующим моральным человеческим нормам. Другие формы поведения абсолютно новы для эпохи социальных медиа, включая количественную обратную связь, предоставляемую в ответ на транслируемый контент [11].

Так как наибольшая положительная корреляция находится между уровнем пассивного использования социальных сетей и времени непосредственного их использования, что как правило так же связано с негативными последствиями для психики, то как правило большее внимание в исследования проблемности социальных сетей уделяется именно пассивному их использованию [8]. Пассивное использование относится к поведению просмотра - прокручивание лент новостей, отслеживание аккаунтов других и

потребление информации, а не ее производство. Активное использование социальных медиа рассматривается как более "социальное" и включает в себя создание и публикацию контента - также называемое "трансляцией" - или прямое общение с другими.

Пассивное потребление контента в социальных медиа особенно способствует процессу восходящих социальных сравнений с другими, при котором происходит сравнение с теми, кто находится в лучшем положении, как форма самооценки [14]. Уникальные особенности социальных медиа усиливают эти сравнения и потенциально усугубляют их вредное воздействие на благополучие [11]. Пользователям социальных медиа доступно больше информации о социальном статусе, деятельности, достижениях и физической привлекательности других людей, включая сверстников и членов семьи, а также знаменитостей и моделей. Поскольку множество контента в социальных медиа создается теми, кто прибегает к стратегиям создания положительного впечатления, пассивные пользователи часто сравнивают себя с изображениями других пользователей, которые были предварительно перед загрузкой сильно отредактированы и улучшены, такие публикации отображают идеализированный, не существующий в реальности мир [11]. Контент в социальных медиа таким образом поднимает планку, по которой проводятся сравнения, иногда до нереалистичных или даже недостижимых стандартов [11]. Эти социальные сравнения могут быть связаны с пониженной самооценкой, депрессией и более низким уровнем удовлетворенности жизнью через размышления и чувства неполноценности, неудачи и зависти [14].

Подводя итоги вышесказанному, стоит сделать выводы, что для подростков, ввиду их особой направленности на сравнения себя со сверстниками, бездумное пассивное использование социальных медиа весьма опасно, из-за создаваемой в них картины нереальных идеалов, к которым, как правило большинство подростков не имеют доступа.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Blakemore SJ. Adolescence and mental health. *Lancet*. 2019 May 18;393(10185):2030-2031. doi: 10.1016/S0140-6736(19)31013-X. PMID: 31106741.
2. Sawyer SM, Afifi RA, Bearinger LH, Blakemore SJ, Dick B, Ezech AC, Patton GC. Adolescence: a foundation for future health. *Lancet*. 2012 Apr 28;379(9826):1630-40. doi: 10.1016/S0140-6736(12)60072-5. Epub 2012 Apr 25. PMID: 22538178.
3. Steele RG, Hall JA, Christofferson JL. Conceptualizing Digital Stress in Adolescents and Young Adults: Toward the Development of an Empirically Based Model. *Clin Child Fam Psychol Rev*. 2020 Mar;23(1):15-26. doi: 10.1007/s10567-019-00300-5. PMID: 31392451.
4. Nick EA, Kilic Z, Nesi J, Telzer EH, Lindquist KA, Prinstein MJ. Adolescent Digital Stress: Frequencies, Correlates, and Longitudinal Association With Depressive Symptoms. *J Adolesc Health*. 2022 Feb;70(2):336-339. doi:

10.1016/j.jadohealth.2021.08.025. Epub 2021 Oct 16. PMID: 34666954; PMCID: PMC10153431.

5. Weinstein E. C., Selman R. L. (2016). Digital stress: Adolescents' personal accounts. *New Media and Society*, 18(3), 391–409. <https://doi.org/10.1177/1461444814543989>

6. Mueller AS, Abrutyn S, Pescosolido B, Diefendorf S. The Social Roots of Suicide: Theorizing How the External Social World Matters to Suicide and Suicide Prevention. *Front Psychol.* 2021 Mar 31;12:621569. doi: 10.3389/fpsyg.2021.621569. PMID: 33868089; PMCID: PMC8044307.

7. Schwartz S. J., Petrova M. (2018). Fostering healthy identity development in adolescence. *Nature Human Behaviour*, 2(2), 110–111. <https://doi.org/10.1038/s41562-017-0283-2>

8. Bell B. T. (2019). You take fifty photos, delete forty nine and use one: A qualitative study of adolescent image-sharing practices on social media. *International Journal of Child-Computer Interaction*, 20(1), 64-71. <https://doi.org/10.1016/j.ijcci.2019.03.002>.

9. Fiske S. T., Taylor S. E. (1991). *Social cognition* (2nd ed.). McGraw-Hill Book Company.

10. Toma C. (2013). Psychological benefits and costs: A self-affirmation framework for understanding the effects of Facebook self-presentation. In Cunningham C. (Ed.), *Social networking and impression management : Self-presentation in the digital age* (pp. 227–246). Lexington Books.

11. Nesi J, Choukas-Bradley S, Prinstein MJ. Transformation of Adolescent Peer Relations in the Social Media Context: Part 2-Application to Peer Group Processes and Future Directions for Research. *Clin Child Fam Psychol Rev.* 2018 Sep;21(3):295-319. doi: 10.1007/s10567-018-0262-9. PMID: 29627906; PMCID: PMC6402323.

12. Oldehinkel AJ, Rosmalen JG, Veenstra R, Dijkstra JK, Ormel J. Being admired or being liked: classroom social status and depressive problems in early adolescent girls and boys. *J Abnorm Child Psychol.* 2007 Jun;35(3):417-27. doi: 10.1007/s10802-007-9100-0. Epub 2007 Jan 31. PMID: 17265191; PMCID: PMC1915626.

13. Baumeister RF, Leary MR. The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychol Bull.* 1995 May;117(3):497-529. PMID: 7777651.

СИСТЕМА РАБОТЫ ПРАКТИЧЕСКОГО ПСИХОЛОГА СО ШКОЛЬНИКАМИ «ГРУППЫ РИСКА»

Логутова Е. В., кандидат психологических наук

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Оренбургский государственный университет»

В настоящее время о трудных школьниках или школьниках «группы риска» пишется и говорится немало. Как правило, так называют неуспевающих, недисциплинированных школьников, дезорганизаторов, то есть не поддающихся обучению и воспитанию учеников.

К категории «дети группы риска» принято относить детей, оставшихся без попечения родителей; детей-инвалидов; детей, имеющих недостатки в психическом и физическом развитии; детей-жертв вооруженных и межнациональных конфликтов, экологических и техногенных катастроф, стихийных бедствий; детей из семей беженцев и вынужденных переселенцев; детей, оказавшихся в экстремальных условиях; детей - жертв насилия; детей, отбывающих наказание виде лишения свободы; детей, находящихся в специальных учебно-воспитательных учреждениях; детей, проживающих в малоимущих семьях; детей с отклонениями в поведении.

Данный список можно продолжать и занести в него, например, леворуких детей или очень распространенную сейчас группу детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности.

Возникает вопрос: кого мы отнесем к норме, к детям без риска? Видимо, правда жизни такова, что «легких детей» почти не осталось.

Ведь говоря о трудных детях, обычно мы имеем в виду нашу педагогическую трудность. При этом чаще всего берется за основу одна сторона явления – трудность работы с этими детьми и не рассматривается вторая – трудность жизни этих детей, трудность их взросления, их взаимоотношений с родителями, учителями, товарищами, сверстниками, взрослыми. Такие дети часто не столько не хотят, сколько не могут хорошо учиться и вести себя должным образом.

Системная работа с детьми «группы риска» требует:

во-первых, знания индивидуально-психологических особенностей детей «группы риска», что может помочь в разработке методов психолого-педагогической коррекции, дифференцированной в зависимости от того или иного типа нарушения;

во-вторых, владения разнообразными формами и методами коррекционно-развивающей и консультативной работы с детьми и другими участниками образовательного процесса;

в-третьих, наличие у педагогов, психологов, социальных педагогов личностных характеристик, способствующих эффективной работе с детьми «группы риска», например, таких как терпение, эмпатия, равнодушие и др.

Технологию своей работы с детьми педагоги-психологи выбирают в зависимости от своих предпочтений, своей подготовленности, своих профессиональных возможностей.

В современной школьной практике используются следующие технологии:

- психолого-педагогическое сопровождение учащихся;
- психолого-медико-педагогический консилиум;
- тьюторское сопровождение.

Причем, если первые две технологии хорошо известны и апробированы школьными психологами, то третье является довольно новым, хотя и перспективным направлением в работе.

Сопровождать, по мнению В.И. Даля – это провожать, сопутствовать, идти вместе с кем-то для проводов, быть провожатым, следовать вместе.

Может быть, не совсем точно это определение отражает сущность работы психолога в школе, но мы, как известно, работаем по трем основным традиционным направлениям:

- диагностическом;
- консультационно-просветительском;
- коррекционно-развивающем.

Применительно к работе с детьми «группы риска» данные виды работ не могут быть массовыми, групповыми, требуется очень тщательно спланированная индивидуальная работа с такими детьми.

Диагностический инструментарий необходимо тщательно подбирать, не делать поспешных выводов только на основании результатов тестов или опросников. Главной диагностической процедурой в работе с детьми «группы риска» является наблюдение за детьми во время уроков, во внеурочной деятельности, по возможности вне школы. Регулярное общение с классным руководителем, учителями-предметниками, родителями ребенка.

Среди наиболее часто применяемых диагностических методик в работе с данной категорией детей это:

1. диагностическая беседа;
2. личностные опросники (ММРІ, Леонгарда, Кеттелла и др.);
3. методика Люшера;
4. методики самооценки личности (Дембо-Рубинштейна);
5. методики личностного дифференциала (ЛД, САН);
6. проективные методики («Кинетический рисунок семьи», «Социограмма»).

Разумеется, что результаты диагностики носят строго конфиденциальный характер.

Консультационно-просветительская работа психолога с детьми «группы риска», их родителями и учителями должна носить адресный характер: как работать, общаться с конкретным ребенком, опираясь не только на

среднестатистические возрастные особенности личности, но и на обобщенные данные по каждому конкретному ребенку.

В рамках консультационно-просветительского направления работы психолога с детьми «группы риска» возможно эффективное использование элементов нарративной терапии.

Нарративная психотерапия - направление в консультировании и социальной работе, основывающееся на идее о том, что жизни и отношения людей формируются в процессе социального взаимодействия [1].

Нарративная терапия предусматривает:

1. создание атмосферы сотрудничества;
2. экстернализацию проблемы (лингвистическая практика, помогающая людям отделить себя от проблем; посмотреть на них со стороны; взглянуть на свои отношения с проблемой, взять на себя больше ответственности за характер этих отношений и почувствовать себя способными в большей степени определять эти отношения);
3. обсуждение влияний проблемы на каждого члена семьи;
4. выявление «уникальных эпизодов» или «ярких событий» позитивного решения проблемы;
5. пересоздание всего повествования;
6. подкрепление нового повествования (с этой целью формируются постоянно действующие группы людей с одинаковыми проблемами) [2].

Таким образом, внедрение нарративной терапии в педагогическую область позволяет практическим психологам за небольшие временные рамки достигать наибольших эффектов в работе с детьми и родителями, оказавшимися в трудной жизненной ситуации.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Жорняк, Е.С. Нарративная психотерапия / Е.С.Жорняк // Журнал Практической Психологии и Психоанализ. - 2005. - №4. Режим доступа: <https://psyjournal.ru/articles/narrativnaya-psihoterapiya>.
2. Степанова, Л.Г. Нарративный подход в консультировании и психотерапии: теоретическое основание / Л.Г. Степанова // Семейная психология и семейная психотерапия. - 2014. - №2. Режим доступа: <https://www.b17.ru/article/278783/>

ПОНЯТИЕ ТРУДНАЯ ЖИЗНЕННАЯ СИТУАЦИЯ В ПСИХОЛОГИИ И ЕЁ ОСОБЕННОСТИ В СТУДЕНЧЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Зубова Л.В., доктор психологических наук, профессор

Малахова Е.С., студент

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Оренбургский государственный университет»

Термин трудная жизненная ситуация стал очень активно использоваться в последнее время в психологической науке. Появился он впервые в середине 20 века в зарубежной психологии.

Изучение понятия «трудная ситуация» и его применение в различных областях требует изучения психологического аспекта этой проблематики. Поэтому интересно исследовать, как люди воспринимают трудные ситуации и как это влияет на выбор стратегии их преодоления. Важно изучить субъективное восприятие ситуации, так как оно определяет, как человек будет относиться к ней.

Мы попытались проанализировать это понятие с точки зрения психологической науки

Один из подходов рассматривает ситуацию как объективные условия, в которых функционирует система, и активную роль субъекта в их интерпретации (поддерживаемые учеными: В.И. Лебедев, М. Аргайл, Ф.В. Березин, Ц.П. Короленко, М.П. Мирошников, Д.П. Космолинский, Д. Мангусон, Е.Д. Соколова и др.).

Ситуация как перцептивный конструкт личности, создаваемый в ее сознании (Дж. Форгас, А. Первин, Н.В. Гришина). Этот подход подчеркивает важность восприятия и интерпретации ситуации субъектом, а также его активной роли в формировании своего представления о ней.

Ситуация как объективно-субъективная реальность, результат взаимодействия личности и среды (Л. Николов, Т. Шибутани и др.). Этот подход учитывает, как объективные условия, так и их восприятие, и интерпретацию субъектом, а также акцентирует взаимодействие между личностью и окружающей средой.

Важно отметить различие между понятиями «ситуация» и «среда», поскольку среда характеризуется устойчивостью и длительностью воздействия, в то время как ситуация всегда субъективна и включает в себя самого человека.

Этот анализ показал, что ученые используют различные термины, например: экстремальная ситуация, трудная ситуация, поворотные события, кризисная ситуация, критическая ситуация, травмирующие события и напряженная ситуация. Каждый этот термин обладает своей спецификой.

В исследованиях поведения людей в разных ситуациях, анализируются также и факторы, которые делают ситуацию трудной. Эти факторы включают интенсивность, продолжительность, неконтролируемость события и высокие

требования к ресурсам адаптации. Они могут быть объективными или субъективными и зависят от значимости ситуации для человека. Исследование объективной трудности ситуации важно в экстремальных ситуациях, в то время как изучение субъективной оценки ситуации имеет большее значение при изучении жизненных трудностей. Юношеский возраст, характеризуемый как переломный и критический, также рассматривается как трудный период полового созревания и психологического взросления, где происходят значительные изменения в самосознании.

Стресс включает в себя множество различных переменных и процессов, на которые человек реагирует по-разному. Эти реакции Р. Лазарус и С. Фолкман назвали как копинги, которые могут быть поведенческие, эмоциональные в зависимости от той ситуации, в которой они проявляются [3].

Эго-психология фокусируется на адаптивных защитных механизмах: сублимация и подавление, в данном случае оценка происходит в контексте стрессовой ситуации. Но и у данной модели есть ограничения, проявляющиеся в недостаточном внимании к природе стрессовых состояний и оценке защитных механизмов специалистом на фоне недостаточной информации.

Модель черт характера или тенденций совладания со стрессом может быть неполной или неточной, и не учитывать обстоятельства. Данная модель также не описывает конкретные механизмы совладания со стрессом, а только взаимосвязь между чертами личности и поведением в стрессовой ситуации.

Концептуальная модель изучает способы преодоления стрессовых ситуаций в конкретных условиях. Отличительной чертой этого направления является изучения способов преодоления стрессовых ситуаций в стрессовых условиях.

Большое значение в этой проблеме уделяется управлению стрессом.

В отечественной психологии этой проблеме уделял большое влияние Ю.А.Прихидько, с его точки зрения трудная жизненная ситуация может быть сконструирована в различных формах, трудная ситуация может быть сконструирована в различных формах. Одна из них - когда человек воспринимает ее как нечто непреодолимое, что приводит к неконструктивному переживанию. В этом случае ситуация вызывает шок и чувство обиды, и человек не находит способов успешно справиться с ней. Другая форма - как легко преодолимая ситуация. И третья форма - быстрый переход к конструктивному поведению.

Говоря о трудной жизненной ситуации, ученые всегда уделяют большое внимание и способам совладания в этих ситуациях. Например, Сьюзен Фолкман и Ричард Лазарус выделяют 8 дискретных стратегий реакции на неблагоприятные события: (противостоящее совладание, дистанцирование, самоконтроль, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, избегание, плановое решение проблемы, позитивная переоценка)

Личность может использовать разные стратегии, такие как агрессивное противостояние, поиск социальной поддержки, самоконтроль, избегание и другие, чтобы справиться с трудностями. Использование нескольких стратегий

одновременно может быть эффективным, но стратегии избегания и позитивной переоценки могут быть менее полезными. Индивидуальные особенности личности, такие как возраст, пол и интеллект, также играют роль в выборе стратегии совладания [5].

Современное понимание «копинга» связано с использованием поведенческих и когнитивных стратегий для преодоления требований, возникающих в взаимодействии с окружающей средой. Люди обычно выбирают стратегии, направленные на оценку, решение проблем или управление эмоциями, чтобы справиться со стрессом [6].

И. М. Никольская, Р. М. Грановская считают, что успешное применение копинг-стратегий зависит от осознания трудностей, знания эффективных способов справиться с ними и умения применять их в практических ситуациях [1].

В рамках этой работы, мы так же рассмотрим особенности трудной жизненной ситуации в студенческом возрасте.

Переходный период юности играет важную роль в формировании личности. Молодые люди имеют возможность пробовать, ошибаться и искать свое место в жизни. Юность является временем, когда человек еще не полностью взрослый, но уже не подросток, и стремится к зрелости.

Юность, по периодизации Эрика Эриксона, связана с кризисом идентичности, включающим выбор, самоопределение и идентификацию. В случае невозможности разрешения данного кризиса, возникают проблемы с идентичностью, которые выражаются в отказе от близких отношений, неспособности планирования будущего и потере творческих способностей.

Тогда, что же такое студенчество? Александр Семенович Власенко пишет: «студенты - это особая социальная группа, которая характеризуется особыми условиями жизни, работы, быта, особым социальным поведением и психологией». Основная задача студентов - приобрести знания и подготовиться к будущей работе в области науки и культуры. Данная группа постоянно накапливает, усваивает и осваивает научные знания.

Студенческая жизнь начинается с трудной ситуации - смены социального статуса. Новые студенты сталкиваются с проблемами адаптации к новому коллективу, формам обучения, учебным предметам и жизни вне дома. В современном обществе студенты также сталкиваются с проблемой трудоустройства после окончания учебы. Многие из них не могут найти работу, особенно по своей специальности, из-за отсутствия опыта и понимания рынка труда. Это создает трудные условия для реализации их стремлений и ценностей.

В период юности, когда подростки учатся и адаптируются к миру вокруг, они сталкиваются с новыми вызовами, которые могут привести к разочарованиям. Они испытывают свои способности и возможности, и часто это сопровождается неудачами.

Таким образом, период юности привлекает большое внимание как зарубежных, так и отечественных психологов. В данный период особенно

важны такие характеристики как: самоопределение, самосознание и поиск своего призвания. Юноши сталкиваются со сложностями, которые помогают их развитию, адаптации к окружающей среде, если они используют конструктивные копинг-стратегии.

Изучение психолого-педагогические особенности оценки трудных жизненных ситуаций в период юности, помогает нам прийти к выводу, что основными трудностями, с которыми сталкиваются студенты являются повседневные стрессоры: в данный перечень входят конфликты со сверстниками, экзамены, проблемы с финансами, здоровьем и иные сложные ситуации, которые вызывают отрицательные эмоции [2].

Чтобы преодолеть трудности, необходимо использовать все навыки, которые не нужны в обычной жизни. Необходимо проявлять активность и инициативность, правильно оценивать ситуацию.

Подводя итог, можно сказать, что совладающее поведение - это метод психологической защиты, который человек может изменять по собственному желанию, в то время как психологическая защита - это, скорее, работа подсознания, направленная на сохранение целостности человека.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Грановская Р.М. Никольская И.М. Защита личности: психологические механизмы / Р.М. Грановская И.М. Никольская // СПб.: Знание. – 1999. – С. 352.
2. Крюкова, Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни : монография / Т. Л. Крюкова // Кострома : КГУ им. Н.А. Некрасова – 2010.
3. Р. Теория стресса и психофизиологические исследования. Эмоциональный стресс: физиологические и психологические реакции / Лазарус Р. // М.: Медицина. – 2006. – С.167.
4. Серебрякова Т.А., Курылева В.С. Совладающее поведение как важнейший компонент защитных механизмов психики человека: теоретический обзор проблемы // Научное обозрение. Педагогические науки. – 2021. – № 5. – С. 29-33; URL: <https://science-pedagogy.ru/ru/article/view?id=2395> (дата обращения: 28.03.2024).
5. Совладающее поведение: современное состояние и перспективы / под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко // Москва: Изд-во РАН – 2008. – С. 474.
6. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы: Пер. с англ. / А. Фрейд // – М.: Педагогика-Пресс – 2003.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ЛИЧНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

**Аптикиева Ляйля Рахматулловна, кандидат психологических наук, доцент
кафедры «Общей психологии и психологии личности»
Новичкова Екатерина Владимировна, студент
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет»**

Все ситуации, происходящие в жизни человека, могут быть классифицированы разнообразными способами. Например, можно рассмотреть ситуации с точки зрения их значимости, безопасности, удовлетворенности, субъективности для личности. Но есть и другая сторона классификации ситуаций. М.В. Дыба выделяет нормальные, параэкстремальные, экстремальные и гиперэкстремальные ситуаций [1]. При этом обстоятельства, происходящие в той или иной ситуации могут по – разному воздействовать на личность, и как следствие, быть фактором изменения эмоционального стояния личности. В данной статье рассмотрен теоретический анализ взглядов исследователей на определение понятия экстремальной ситуации. Выделены признаки, отличающие экстремальные ситуации от обыденных ситуаций, а также реакции и поведенческие паттерны личности в экстремальной ситуации.

Термин «экстремальная ситуация» упоминался еще античной философии. Экстремальный переводится как предельный, крайний и рассматривается как «предел существования самой адаптирующей системы человека, начало ее разрушения» [4]. Если рассмотреть экстремальную ситуацию со стороны психологии, то можно выделить множество разных определений. Рассмотрим некоторые.

И.Г. Малкина-Пых определяет экстремальные ситуации, как обстоятельства, которые повлекли за собой жертвы людей, материальный ущерб, ущерб здоровью, окружающей среде, а также нарушения в условиях жизни людей [2]. И.Л. Баева рассматривает экстремальную ситуацию как ситуацию, актуализирующую потребность в безопасности [4]. А.В. Гостюшин определяет экстремальную ситуацию как события, вышедшие за рамки обыденного жизненного опыта личности и способствующие вызвать стресс и снижение активности [2]. Н.В. Рязанова определяет экстремальную ситуацию как сложную, выходящую за рамки обычной жизни обстановку, которая происходит на определенной территории в результате техногенного или природного воздействия, угрожающую человеческими жертвами, материальным ущербом, загрязнением окружающей среды и другими последствиями [3]. Н.В. Тарабрина, проведя ряд исследований, пришла к выводу, что экстремальные ситуации – это критические события, обладающие мощными негативными воздействиями [2]. Ю.С. Шойгу определяет экстремальную ситуацию как внезапно возникшую ситуацию, угрожающую

или субъективно воспринимающуюся человеком как угрожающую жизни, здоровью, личностной целостности и благополучию [6]. А.А. Бодалев определяет экстремальную ситуацию как необычную по тяжести ситуацию, в которой личность встречается с множеством катастрофически опасными результатами при минимальном количестве вариантов выхода из этой ситуации [4]. В.Д. Небылицын выделяет, что экстремальной ситуацией является ситуация, в которой переживается дискомфорт [2].

Проанализировав подходы ученых к определению экстремальной ситуации, можно выделить признаки, отличающие экстремальные ситуации от обыденных ситуаций:

1. Чрезвычайность – экстремальные ситуации выходят за рамки обыденной жизни и их трудно предугадать и спрогнозировать.

2. Ограниченность во времени – экстремальные ситуации возникают внезапно.

3. Непреодолимость – ликвидацией экстремальных ситуаций занимаются специалисты, прошедшие специальную (профессиональную) подготовку, а не очевидцы или пострадавшие.

4. Сложность – экстремальные ситуации обладают высокой степенью трудности.

5. Наличие негативных последствий, которые могут выражаться в физическом, психологическом или материальном плане.

Для психологии, изучая экстремальные ситуации, важно исследовать реакции личности на экстремальную ситуацию, а также поведенческие паттерны личности в экстремальной ситуации. Безусловно, на то, как личность ведет в той или иной ситуации влияет и непосредственно сама ситуация, а именно то, как человек воспринимает ее. На фактор восприятия человеком ситуации влияет несколько условий: уверенность в себе, уровень субъективного контроля, степень позитивности, степень мотивации достижения успеха, а также особенности темперамента и его характера. Рассмотрим несколько подходов исследователей касательно реакций личности на возникновение экстренной ситуации.

А.В. Шачнев выделяет несколько фаз реакций:

1. Героическая фаза – человек испытывает чувства героизма, самоотверженности, желание спастись и спасти других, могут возникать ложные представления о масштабах случившегося.

2. Фаза уверенности – если экстремальная ситуация разрешилась благоприятно, то у человека возникает чувство гордости, он начинает видеть разрешение всех трудностей и проблем.

3. Фаза разочарования – человек поддается эмоциям гнева, негодования, горечи, разочарования.

4. Фаза восстановления – люди, пережившие экстремальную ситуацию, налаживают свою обыденную жизнь [5].

М.В. Дыба выделяет стадии поведения и состояния человека в динамике:

1. Стадия «Витальных реакций» - длительность от нескольких секунд до 5-15 минут. На данной стадии сознание личности сужено, происходит нарушение восприятия временных отрезков. Для человека свойственно преимущественно инстинктивная форма поведения, которая в последующем может перейти в состояние оцепенение.

2. Стадия «Острого психоэмоционального шока с явлениями сверхмобилизации» - длительность стадии от 3-х до 5 часов. Характеризуется напряжением, мобилизацией резервов организма. Поведение на данной стадии характеризуется безрассудной смелостью, особенно если в экстренную ситуацию попали близкие люди. Могут появляться панические атаки.

3. Стадия «Психофизиологической демобилизации» - длится до 3-х суток. На данной стадии человек начинает осознавать все масштабы трагедии. Человек испытывает ухудшение самочувствия и психоэмоционального состояния.

4. Стадия «Разрешения» - длится от 3-х до двенадцати суток. Постепенно стабилизируется самочувствие и настроение, но может сохраняться низкий эмоциональный фон. Данная стадия характеризуется замедленностью движений, нарушением сна и снижением физических показателей.

5. Стадия «Восстановления» - начинается с конца второй неделе после воздействия экстремальной ситуации. На данной стадии происходит восстановление преимущественно в поведенческих реакциях.

6. В поздние сроки, примерно через месяц, у человека проявляются нарушения сна, эмоциональной и поведенческой сферы [1].

А.В. Шачнев три формы поведения личности в экстремальной ситуации:

1. Дезорганизация – у человека в экстренной ситуации неожиданно утрачиваются навыки, которые в обыденной жизни были доведены до автоматизма.

2. Резкое торможение активности.

3. Резкое повышение активности действий – в экстренной ситуации мобилируются все ресурсы организма [5].

М.В. Дыба в своей научной статье также упоминает о том, что на поведение личности в экстремальной ситуации также может влиять и такой фактор как эмоции. Например, аффект характеризуется высокой степенью эмоциональности. Здесь следует рассмотреть два варианта событий. Первый вариант характеризуется мобилизацией психологических и физических ресурсов человека. Даже физически слабый человек в состоянии аффекта может вести проявить себя как физически подготовленный человек, например в экстренной ситуации одним ударом вынести тяжелую дубовую дверь. Но есть и второй вариант. В состоянии аффекта у человека происходит возбуждение всей психической деятельности и как результат снижается контроль за своим поведением. Данный факт приводит к тому, что в экстремальной ситуации человек может совершить преступление. Эмоция стресса, а конкретнее стрессоустойчивость, также влияет на поведение в экстремальной ситуации. И также имеет два варианта. В первом варианте на человека стресс может

оказывать положительное воздействие, тем самым мобилизуя состояние. С другой стороны, человек с низким уровнем стрессоустойчивости в экстремальной ситуации оказывается беспомощным [1].

Таким образом, делая выводы, можно сказать, что на поведение личности в экстремальной ситуации влияет ряд факторов, таких как темперамент и характер личности, уровень стрессоустойчивости, уверенность в себе, уровень субъективного контроля, степень позитивности, а также уровень мотивации достижения. Находясь в экстремальной ситуации, человеку необходимо понимать, что это неизбежно, это не прекратится по щелчку пальцев. Поэтому для предотвращения различных психологических проблем необходимо знать и понимать как себя вести, как управлять собой.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дыба М.В. Особенности поведения человека в экстремальных условиях // Материалы XIV Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум» URL: <https://scienceforum.ru/2022/article/2018030606>><https://scienceforum.ru/2022/article/2018030606> (дата обращения: 03.04.2024).[1]
2. Литвинова А.В. [и др.] Проблемы психологической безопасности личности в экстремальных условиях жизнедеятельности [Электронный ресурс]//Современная зарубежная психология. 2021 Том 10 № 1 С. 8—16.
3. Маклаков А. Г. Человек в экстремальных условиях деятельности // Вестник ЛГУ им. А.С. Пушкина. 2020. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/chelovek-v-ekstremalnyh-usloviyah-deyatelnosti> (дата обращения: 03.04.2024).
4. Мигунова Ю.С. Психология экстремальных ситуаций: учебное пособие.– Иваново: ФГБОУ ВО Ивановская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2020 –160 с.
5. Пахомова, Ю. А. Проблема переживаний личностью экстремальных ситуаций в отечественных и зарубежных исследованиях / Ю. А. Пахомова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2020. — № 50 (340). — С. 432-435. — URL: <https://moluch.ru/archive/340/76468/> (дата обращения: 05.04.2024).[2]
6. Психология экстремальных ситуаций и состояний: Учебно-методическое пособие. – Благовещенск: Изд-во АмГУ, 2014 – 198 с.
7. Темчур А.С. Сущность и характеристики экстремальной ситуации// Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2021. №2-3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/suschnost-i-harakteristiki-ekstremalnoy-situatsii> (дата обращения: 06.04.2024). [3]
8. Фролкина А. В. Особенности поведения личности в экстремальной ситуации // Вестник экспериментального образования. 2021. №4 (29). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-povedeniya-lichnosti-v-ekstremalnoy-situatsii> (дата обращения: 03.04.2024).). [4].

9. Шачнев А. В. Психология поведения человека в экстремальных ситуациях// Наука и образование сегодня. 2021. №2 (61). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologiya-povedeniya-cheloveka-v-ekstremalnyh-situatsiyah> (дата обращения: 03.04.2024). [5]

10. Ю.С. Шойгу Психология экстремальных ситуаций [Текст] : [учебник для вузов : 16+]- Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2019. - 271 с. : ил., табл.; 24 см. - (Учебник для вузов).; ISBN 978-5-4461-0792-6 : 500 экз. [6].

АЛГОРИТМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ, ОКАЗАВШИХСЯ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ

**Аптикиева Ляйля Рахматулловна, кандидат психологических наук, доцент
кафедры «Общей психологии и психологии личности»**

**Пригода Анастасия Вячеславовна, студент
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет»,**

У каждого человека в жизни случаются ситуации, которые оставили отпечаток на его психику. Трагичные события оставляют негативный след в жизни человека, с которыми необходимо работать, для того, чтобы в дальнейшем это не отразилось на его отношении к людям, поведении, деятельности человека, а также на его и мировоззрении.

Любая неспецифическая реакция организма на те или иные события называется стрессом, как считал Г. Селье. Именно со стресса начинается кризис в жизни любого человека. Такие ситуации принято называть кризисными ситуациями. Ф. Е. Василюк даёт такое определение кризисной ситуации как положение дел невозможности реализации человеком внутренних потребностей собственной жизни: мотивов, стремлений, ценностей. В понимании Марии Фарбер кризисная ситуация - это эмоциональное состояние, которое возникает в случае столкновения личности с преградой на пути удовлетворения её необходимых потребностей, другими словами такой преградой которое не быть может устранено обыкновенными методами исходя из прошлого опыта. [2,3]

По мнению Н.Г. Осуховой существуют два вида кризисных ситуаций. Они различаются по степени оставляемой ими возможности реализации внутренних ресурсов: [4]

а) к первому виду кризисных ситуаций относятся те события, которые осложняют реализацию жизненных ресурсов, но при этом существует возможность их восстановления. Такие испытания, которые человек может пройти, например, увольнение с работы, несправедливые оценки в школе, ссора с родителями, перевод в другое учебное заведение, неудачи в спорте. При этом человек не теряет свою самоидентификацию.

б) ко второму виду кризисных ситуаций относятся те события, при которых реализация жизненных ресурсов невозможна. При переживании таких событий человек полностью меняется, трансформируется под новые обстоятельства и приобретает новый смысл жизни, новые ценности и представлений о себе. К таким ситуациям относят: потеря близких, неизлечимые болезни, потеря имущества и т.д.

В отличие от взрослой, зрелой личности, детям намного сложнее переживать кризисные ситуации. Для несовершеннолетних в силу их возраста

любая ситуация или событие которые, по их мнению, не имеет способы разрешения, может стать кризисной. Взрослые могут не понять серьезности переживаний ребенка и не оказать вовремя необходимую эмоциональную поддержку. Поэтому ребенок чувствует себя непонятым и одиноким и пытается решить проблемы различными неконструктивными способами. [5]

К кризисным ситуациям, в которых могут находиться несовершеннолетние, относятся:

- слишком завышенные требования в области учёбы/спорта по отношению к несовершеннолетнему со стороны учебного заведения и родителей;

- личные переживания обида, чувство несправедливости по отношению к ним;

- конфликт с учителем или родителями;

- безответная любовь или расставание с партнёром;

- буллинг со стороны сверстников или учителя, а также моббинг как форма групповой травли как физически, так и через социальные сети;

- необоснованная критика со стороны взрослых, по мнению несовершеннолетних;

- семейные неурядицы (развод, ссоры в семье);

- потеря близких, друзей, смена места жительства и учебного заведения.

Психологическое сопровождение необходимо в том возрасте, когда психика и личностные качества человека не сформированы в полной мере, так как любые события и ситуации будут восприниматься несовершеннолетним как кризисные ситуации, с которыми не всегда получается справиться. А так же психологическое сопровождение необходимо в том случае, когда законные представители несовершеннолетнего не имеют возможность помочь им самим. В этом случае, на помощь родителям, опекунам приходят психологи. [3]

При разговоре с несовершеннолетним, оказавшимся в кризисной ситуации, психологу необходимо придерживаться таких принципов как: быть спокойным, внимательно и не перебивая слушать несовершеннолетнего, стараться не торопить, так как ребёнок может почувствовать, что он не интересен. При разговоре не использовать высокие интонации, разговаривать не спеша, и не повышая голос.

Задачи психологического сопровождения заключается:

- 1) Установлении контакта с несовершеннолетним

- 2) Внимательное и без оценочного выслушивания проблемы

- 3) Подбор необходимых методик для диагностики

- 4) Поиск внутренних ресурсов для преодоление кризисной ситуации

- 5) Контроль-мониторинговые действия

Психологическое сопровождение несовершеннолетнего это не простая процедура для психолога, его принципы работы должны быть направлены не только на самого несовершеннолетнего, но, а также на его окружение, семью, друзей. Так как психологическое сопровождение включает в себя в целом поддержка ребёнка в период кризисной ситуации.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Василюк Ф.Е. Понимающая психотерапия как психотехническая система. СПб: Питер, 2023. С. 106–137.
2. Козлов В.В. Работа с кризисной личностью. Методическое пособие. М., 2007.
3. Мягких Н.И., Ларина Н.И. Теория и практика психологии кризисных ситуаций // Психология и право. 2011. №2. С. 121–131.
4. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учебное пособие. М., 2008.
5. Парфенов Юрий Александрович Психологическое сопровождение несовершеннолетних правонарушителей на базе специального предприятия «Новое поколение» // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. 2009. №100.

СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ И ИХ ЗНАЧЕНИЕ В УКРЕПЛЕНИИ ОТНОШЕНИЙ

**Аптикиева Ляйля Рахматулловна, кандидат психологических наук, доцент
кафедры «Общая психология и психология личности»
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет»**

Тема семейных ценностей и традиций становится всё более актуальной на фоне демографических вызовов, с которыми столкнулась Российская Федерация за последние годы. Замедление темпов рождаемости, увеличение напряжённости в обществе, внешние геополитические вызовы для государства, ухудшение социально-экономических условий говорят о необходимости повышения уровня защищённости граждан. Одним из защищенных мест для человека является его семья, в которой крайне важными составляющими является надежность, спокойствие, стабильность, психологическая устойчивость, умиротворённость, определяющие сбалансированное развитие личности. Однако в условиях нестабильного внешнего мира, внутренний становится неустойчивым, довольно незащищенным. А если в семье многочисленны конфликты, то такая семья не является опорой, а скорее носит разрушительный характер для личности. Необходимость обращения к вопросу семейных традиций и их значения в укреплении отношений продиктована особым вниманием к предмету «Психология семьи и семейного консультирования».

Традиции играют значительную роль в укреплении психологической и социальной стабильности в семье, определяя устойчивость отношений. Традиции выступают неким связующим звеном и дополнительным фактором наряду с общими интересами, фактически закрепляя и без того устойчивый союз. Особенно актуально применение традиций в жизни семьи при наличии конфликтов, спорных ситуаций, требующих совместного участия и именно традиции позволяют сплотить супругов, их детей и родственников. Тем самым, традиции являются отличным инструментом укрепления отношений и решений внутрисемейных проблем [3].

Прежде всего, упоминая применение традиций как инструмента укрепления семейных уз необходимо отметить возможность формирования прочных семейных связей. Это особенно значимо для членов семей, которые, например, живут в разных городах, то есть находятся на значительном расстоянии друг от друга и в таком случае довольно сложно уделять внимание регулярно, поэтому в подобной ситуации звонки в определённое время дают возможность уделить внимание, поделиться произошедшим, наболевшим. Такая традиция существенно сплачивает семью несмотря на расстояние. Кроме того, прочные связи могут формироваться посредством проведения торжеств, традиционных мероприятий и праздников, где семья может собраться вместе.

Например, это дни рождения, новогодние праздники, семейные обеды в выходные дни, совместные поездки, празднование годовщины брака и прочие. Подобные мероприятия формируют атмосферу доверия, единения, в конце концов любви в семье [1].

Семейные традиции - написанные законы семьи, которые постоянно воспроизводятся в силу определённой привычки или в силу убеждения, что это правильно. Необходимо понимать, что традиции существуют в каждой семье. Также как религии есть религиозные ценности и традиции, так и в семье присутствуют семейные ценности и традиции. Традиции складываются под воздействием определённой социальной практики, определяемой спецификой взаимоотношений в конкретной семье. Именно в силу различной социальной практики семейные традиции могут порой довольно существенно различаться в зависимости от характерных для этого условий. Наряду со значительными семейными традициями такими как праздничные мероприятия, совместные поездки в определенные даты или период, фото на память, семейный совет, сохранение памятных вещей, поздравление всех родственников с днём рождения, выход в свет всей семьёй раз в неделю или месяц, существуют небольшие традиции, которые также вносят свой существенный вклад в укрепление отношений, к примеру, муж приносит каждое утро завтрак в постель для своей жены. Иными словами, семейная традиция является совокупностью обычаев, ценностей, определённой практики, передающейся из поколения в поколение в семье. Формирование семейной традиции в существенной степени определяется культурными, социальными, экономическими, религиозными, историческими условиями. Это довольно сложный конструкт, направляющий вектор взаимодействия внутри семейной ячейки общества [4].

Вместе с тем, семейная традиция является неременной частью социальной структуры, так как она, как уже было отмечено ранее, во многом завязана на социальной практике и соответствующими социально – экономическими и культурно-историческими условиями, что в значительной степени оказывает влияние на формирование личности. Нельзя также забывать о том, что семья – это часть социума и она выстраивает особенности взаимодействия друг с другом исходя из той парадигмы, которая сложилась в конкретном обществе. Это позволяет говорить о том, что семейные ценности являются порождением социально – культурной среды. Поведенческие паттерны в рамках семейной традиции – это отражение культуры общества. Соответственно и происходит формирование ценностных установок в семье на основании культурного кода и социальных норм поведения. Необходимость обращения к семейным ценностям — это возможность укрепления отношений, разнообразия семейной жизни, выстраивания социальной структуры (иерархии) между членами семьи [5].

Использование семейных традиций позволяет передавать социальные нормы, ценности и образцы поведения от одного поколения к другому, что только укрепляет родственные связи. Происходит формирование основы для

развития личности ребёнка, его интеграции в обществе с соответствующим культурным кодом. Благодаря применению семейных традиций становится возможным укреплять внутрисемейные взаимоотношения. К примеру, совместные обеды, посещение родственников в определённые даты или на регулярной основе формируют чувство сплочённости, единения, общей причастности к происходящим событиям. При формировании личности ребёнка этот момент чрезвычайно важен, так как в подобных условиях происходит гармоничное развитие с учётом различных сторон жизни семьи и чем разнообразней круг взаимоотношений в семье, тем более наполненной и разносторонней личностью станет ребёнок.

Для супругов семейные традиции – это отличный инструмент укрепления взаимоотношений. Это особенно актуально в условиях конфликтных ситуаций. При возникновении конфликтной ситуации в случае здоровых отношений в любом случае пара приходит к его разрешению, так как конфликт является точкой развития семьи для выяснения спорных вопросов и прихода к совместному компромиссному решению. В результате конфликта одна из сторон или уступает или обе стороны находят компромисс. Однако по завершению конфликта и даже при успешном его разрешении у пары могут оставаться обиды, недосказанность или просто некоторое эмоциональное напряжение. Использование семейных традиций позволяет сгладить конфликт или помочь в преодолении определённого напряжения между друг другом. То есть семейные ценности могут выступать в качестве инструмента преодоления эмоциональной напряженности и сплотить людей [2].

Однако также стоит упомянуть и о другой стороне вопроса применения семейных традиций как источника разрешения конфликта. Ведь семейные традиции могут выступать в качестве источника конфликта и тем самым определять эмоциональную напряжённость, психологический дискомфорт. Такое возможно при различных взглядах на жизнь, желаниях, что нередко порождает разрушение семьи. Здесь также можно заметить, что нередко семейные традиции уже фактически не соответствуют духу времени и нередко могут даже привести к некоторой социальной изоляции семьи. Такие традиции даже вредны и от них нужно отказываться.

В условиях глобализации и размывания семейных ценностей на фоне межкультурного пространства довольно сложно говорить о сохранении семейных традиций и обеспечении родственных связей, в результате чего происходит выстраивание иных форм семейных отношений и на их основе формируются новые семейные традиции. Глобализация определила проблему сохранения семейных традиций и их передачи из поколения в поколение, но сформировала практику формирования новых семейных традиций, исходя из текущего социального опыта [4].

Благодаря семейным традициям формируется самоидентичность конкретных членов семьи, а также группы в целом. То есть это некие общие действия, которые сплачивают людей. Сложившиеся ценности или традиции бережно сохраняются в семье и затем передаются из поколения в поколение. В

этом случае можно говорить о формировании родственных связей, которые ещё больше укрепляют семью. Необходимо отметить преемственность поколений и тем самым укрепление родственных связей. Члены семьи получают возможность прочувствовать связь с предыдущими и будущими поколениями. Процесс укрепления самоидентичности связан с влиянием семейных традиций на самоопределение и самосознание. Формирование личности происходит именно в семье. При успешном передаче опыта и освоении детьми семейных традиций становится возможным обеспечение гармоничного сосуществования друг с другом. За счёт системы воспитания дети осваивают традиции, уважительно относятся и оценивают деятельность и роль родителей, проявляют честность, доверие, уважение и доброту.

В условиях фактической утраты культурно-исторических и семейных ценностей, рассмотрение вопроса семейных традиций в контексте укрепления отношений является весьма существенным моментом при наличии тенденции увеличения бракоразводных процессов в Российской Федерации. В нынешних условиях сохранение семьи в индивидуальноориентированном обществе становится довольно сложным моментом и здесь применение дополнительных инструментов, определяющих возможность сохранения представляется весьма привлекательным вариантом. Использование семейной традиции как инструмента укрепления и сохранения отношений обусловлена проблематикой динамики развития семейных отношений. Благодаря семейным традициям возможно обеспечение достижения стабильности отношений, формирования условий психологической гармонии и безопасности. При рассмотрении вопроса использования семейных традиций как фактора укрепления отношений необходимо остановиться на ценностном элементе отношений между супругами. Ведь в основе семейной традиции лежат соответствующие семейные ценности, определяемые социокультурными условиями. В результате можно утверждать, что семейная традиция является отражением культуры общества, определенной социальной и культурной практики. Наличие семейных традиций порождает чувство безопасности, стабильности, защищенности. Семейная жизнь становится более структурированной, предсказуемой, последовательной, в результате чего можно провести передачу традиций последующим поколениям, однако это возможно при условии наличия преемственности, сохранение которой в последнее время является довольно проблематичным [3].

Обеспечение сохранения семейных традиций в условиях разрозненности семейных связей в глобализационном и многополярном мире осложнено не только порой значительными расстояниями, но и сложным переплетением социальных, культурных, исторических и религиозных аспектов в условиях межэтнических браков, широкое распространение которых можно отмечать в последнее время. Между тем, несмотря на противоречивость процесса сохранения семейных традиций, определённно ясно, что семейные традиции позволяют сформировать положительную идентичность семьи. Поэтому использование семейных традиций необходимо с точки зрения обеспечения

социальной адаптации индивида, уверенности в сегодняшнем и завтрашнем дне. Семейные традиции приносят чувство безопасности, а вместе с этим и заботу, уважение в процессе взаимодействия друг с другом. При наличии традиций в семье, как правило, выстраиваются доверительные отношения, формируется позитивный эмоциональный климат. В результате образуется психологическое пространство, в рамках которого члены семьи могут поделиться своими эмоциями, переживаниями, рассказать интересную друг другу информацию. Наличие эмоционального отклика в этой связи крайне важно для сохранения устойчивых и доверительных семейных отношений [5].

В социальном плане применение практики семейных традиций в плане укрепления отношений определяется общественными нормами, определёнными стандартами поведения. В этом случае можно говорить о наличии таких ценностей как ответственность друг за друга, честность, проявление терпимости, что в конечном итоге транслируется и при взаимодействии индивида с другими людьми в обществе с различными общественными группами. Повышаются качества социальных связей. Как следствие происходит взаимное обогащение социального опыта и происходит гармоничное развитие личности. Высокие моральные и этические нормы закладываются именно в семье. В этом смысле семейные традиции способствуют не только укреплению семейных отношений, но и социальной адаптации индивида, его интеграции в общество. Семейные традиции определяют возможность построения гармоничных отношений не только в рамках семьи, но и с различными членами общества.

Таким образом, необходимость обращения к семейным традициям является неплохим инструментом укрепления взаимоотношений в паре, так как традиция определяет социальную идентичность, возможность передачи ценностей и соответствующих норм поведения. Однако в условиях глобализации и многополярности мира необходимо заметить сложность процесса передачи семейных традиций из поколения в поколение. Нередко даже большие семьи оказываются в разрыве друг от друга, находясь на значительном расстоянии. Межэтнические браки только способствуют размыванию культурных границ, но вместе с этим обогащают брак новыми культурными и социальными практиками, определяя формирование новых традиций. В этой связи, несмотря на дискуссионность рассматриваемого вопроса, можно заключить, что чем семейных больше традиций, тем крепче становится семья.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Гремячих М. А. Семейные ценности и традиции как ресурс благополучия личности //Современные проблемы и перспективные направления инновационного развития науки. – 2020. – С. 55-58.
2. Захаркина Н. В., Камышова Е. В. Значение традиций в формировании благоприятных отношений между членами семьи

//Социокультурное пространство села как источник трансляции семейных традиций. – 2020. – С. 9-9.

3. Киселева Л. Г. Семейные традиции в современном обществе //Международный научно-исследовательский журнал. – 2022. – №. 4-3 (118). – С. 209-212.

4. Тарара Е. С. Социокультурные особенности семейных традиций в современном обществе //Антропос: Логос и Теос. – 2021. – №. 7. – С. 183-188.

5. Чухина Е. В. Роль семейных традиций в нравственном становлении подрастающего поколения //Глобальные вызовы современности и духовный выбор человека. – 2023. – С. 265-269.

ПОДХОДЫ К ОПРЕДЕЛЕНИЮ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ В СОВРЕМЕННОЙ ЛИТЕРАТУРЕ

Зубова Л.В., доктор психологических наук, профессор

Скрыльникова А.В., студент

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет»**

Проблема счастья занимала многих ученых, начиная с древних философов. На современном этапе помимо философии этой проблемой занимаются социология и психология.

Основной составляющей этой проблемы является вопрос благополучия, которое включает в себя разные параметры среди которых и здоровье, и работа, и любовь, и межличностные отношения.

В 1970-х г., в психологии появилось понятие субъективного благополучия, и начался активный поиск способов и методов его исследования.

Исследование благополучия началось в 1969 г. когда американский психолог Норман Брэдбёрн выпустил работу под названием «Структура психологического благополучия». Над изучением структуры субъективного благополучия также работали: Э. Динер, Н.А. Батулин, К.Рифф, М. Аргайл, С.А. Башкатов, Л.В. Куликов, Р. М. Шамионов, Н. Брэдберн, М. Райан, Р. Инглхарт, А. Вотермен К.А. Абульханова-Славская, А. Мишелл, Г.М. Головина, Р. Кемпбелла, Г.С. Никифоров, М.В. Соколова, Т.Н. Савченко, Г.М. Зараковский, В.А. Хащенко, М. Аргайл, А.А. Кроник, Е.Е. Давыдова, А.А. Давыдов, А. Вотерман, А.А. Новик и др. Взаимосвязь субъективного благополучия с деятельностью изучал Р.М. Шамионов. Б.Ф. Ломов указывал на то, что социально-психологический анализ субъективного благополучия необходимо осуществлять путем анализа личности, изучения отношений личности к социальным событиям [1].

В 1984 г. американский профессор и психолог Эд Динер ввел следующее понятие субъективного благополучия: это совокупность эмоциональной и когнитивной (высокая оценка удовлетворенности разными сферами жизни) сторон самопринятия. Таким образом, главными составляющими, которые определяют уровень субъективного благополучия человека, по его мнению, являются удовлетворение своей жизнью, наличие приятных и неприятных эмоций [4].

Модель субъективного благополучия, разработанная Э. Динером, включает в себя три ключевых компонента: 1) когнитивный (когнитивное благополучие связано с представлениями человека о «хорошей жизни» и подразумевает удовлетворение желаний и стремлений человека); 2) эмоциональный; 3) конотативный или поведенческий [5].

В отечественной психологии этой проблемой занимался Л.В. Куликов и Л.Г. Пучкова, которые выделили свои составляющие субъективного благополучия.

В своей работе они приравнивают субъективное благополучие к «душевному комфорту», который основан на успешности поведения и деятельности, удовлетворенности общением и социальным окружением. Авторы полагают, что на субъективное ощущение благополучия влияет множество аспектов жизни человека и его трактование не сводится только к понятиям счастье, удовлетворенность, комфорт, а имеет более объективные показатели. А именно: когнитивный, эмоционально-оценочный и мотивационно-поведенческий компоненты.

На данный момент в теоретической и эмпирической психологической науке имеется два варианта понимания благополучия. Первый - субъективное или гедонистическое благополучие (в переводе с греческого «ἡδονή» [эдоне или гедоне] – стремление к наслаждению). Второй вариант - психологическое или эвдемонистическое благополучие (в переводе с греческого «Ευδαιμονία» - процветание, блаженство) [5].

К. Рифф в рамках эвдемонистического подхода в модели структуры психологического благополучия выделила несколько основных компонентов:

1) Самопринятие – это позитивное отношение к себе, признание самого себя. Это способность человека принимать в себе как сильные, положительные стороны, так и негативные, слабые аспекты. А также, умение позитивно оценивать свой жизненный опыт.

2) Позитивные отношения с окружающими – умение выстраивать доверительные отношения с людьми, способность проявлять заботу, сочувствие и т.д.

3) Автономия – способность человека действовать независимо от мнения окружающих и оценивать свои и чужие поступки на основе приобретенных норм и ценностей.

4) Контроль над окружением – умение решать повседневные проблемы и использовать возможности окружающей среды.

5) Целенаправленность жизни – наличие поставленных в жизни целей.

6) Личностный рост – формирование новых и развитие уже существующих способностей, принятие нового опыта.

В концепции Рифа является одной из самых разработанных тем им предложено валидная методика по изучению субъективного благополучия, которая включает 6 различных компонентов.

В отличие от других авторов, К. Рифф в своей концепции противопоставляет эмоциональному балансу идею о том, что субъективное благополучие строится на позитивном функционировании личности [7].

К. Рифф рассматривает психологическое благополучие как фундаментальный субъективный конструкт, который отражает восприятие и оценку собственного функционирования с точки зрения вершины потенциальных возможностей индивида. Как считает К. Рифф, субъективное благополучие - это психологические блага, которые можно измерить и именно

благодаря развитию этих факторов человек может почувствовать себя счастливым. В структуре благополучия К. Рифф выделяет 6 компонентов: 1) самопринятие; 2) позитивные отношения с другими; 3) автономия; 4) контроль над окружением; 5) целенаправленность жизни; 6) личностный рост.

Также, она указывает на то, что у человека есть свобода воли и что ему лучше работать над положительными характеристиками, чем тратить время на устранение отрицательных [3].

М. Селигман к характеристикам субъективного благополучия относит: вовлеченность в деятельность, получение удовольствия и позитивные эмоции от той деятельности, которой занимается личность [6].

Многие ученые основной составляющей субъективного благополучия выделяют психосоматическое здоровье. Например, А.В. Воронина разработала модель уровней субъективного благополучия (психосоматическое здоровье, социальная адаптированность, психическое и психологическое здоровье).

По ее мнению, перечисленные уровни, сменяя друг друга, позволяют человеку по-новому увидеть себя и окружающую действительность, что дает ему больше свободы выбора и новые возможности для реализации себя в творчестве, достижении своих целей и другой активности. [6].

Также, многие авторы отмечают, что к критериям субъективного благополучия относятся: уровень социального (удовлетворенность статусом в обществе), духовного (жизненные ценности, вера в Бога, удачу, счастье и т.д.), физического (здоровье), материального (удовлетворение финансовым состоянием), психологического (гармония чувств и эмоций) благополучия [4].

Анализ различных источников литературы позволяет сделать вывод о том, что составляющими субъективного благополучия являются :

1) Социальный компонент, включающий систему ценностей личности и особенности процесса социализации (субъективное чувство удовлетворенности своим положением в обществе, окружением, эмоциональным фоном, государством, политической, экономической, социально-экологической сферой и т.д.) [10].

М. Аргайл, проанализировав данные различных исследований, отметил, что социальные отношения, такие как: дружба, любовь, семейные отношения, способствуют повышению уровня субъективного благополучия, и положительно воздействуют не только на эмоциональное и психологическое состояние личности, но и на физическое здоровье людей [11].

2) Материальный компонент. Для каждого человека важен размер его материальной составляющей, поскольку он включает в себя различные аспекты комфорта, счастья и успеха. Материальная составляющая влияет на качество жизни людей, определяет возможности удовлетворения базовых потребностей человека и некоторых избыточных желаний, то есть в каких условиях будет жить человек, чем питаться, во что одеваться, где и как проводить свой отдых и т.д. Также, материальное обеспечение устанавливает характер взаимоотношений с окружающими, определяет структуру социального окружения человека и т.д.

3) Духовный, религиозный компонент. Для многих людей духовная культура является неотъемлемой частью жизни, а значит одним из важнейших критериев благополучия личности. Духовный фактор является одним из главных составляющих здоровья человека. Духовное благополучие включает в себя: умение жить с собой и близкими в согласии, способность к самосовершенствованию, созиданию, стремление к здоровому образу жизни и т.д.

Религиозный компонент также может способствовать укреплению психического и физического здоровья через эмоции, проистекающие из личной веры (любовь, удовлетворенность, прощение, надежда, оптимизм и пр.).

В. Д. Шадриков и Р. Яворски соотносят религиозность и моральность. Р. Яворски в своей модели персональной религиозности упоминает о категориях «отношение» и «самоотношение» [12].

Таким образом, совокупность духовного и религиозного компонента позволяет человеку вести полноценную, активную, творческую жизнь. Однако, стоит отметить, что искаженное понимание веры может привести к самокопанию, самоуничужению, закрытости, а, следовательно, к низкому оцениванию уровня субъективного благополучия.

4) Физический компонент. Благополучие человека зависит от его ежедневной энергичности и активности, способности к полноценному труду, требующему физических усилий. Благополучие складывается из физического самочувствия, роста, развития, функционального состояния и морфологических свойств организма в пределах среднестатистической нормы, работоспособности органов и систем органов, наличия резервных возможностей организма.

5) Психологический компонент. Данная сфера благополучия включает такие компоненты, как: мотивационный блок, автономность, компетентность, личностный рост, позитивные отношения, жизненные цели, самопринятие и т.д. [13].

Таким образом, подводя итог вышеизложенным научным позициям, можно сделать вывод, что субъективное благополучие - это сложная, многоуровневая, динамическая система, включающая в себя когнитивный, эмоциональный, мотивационный и поведенческий компоненты.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Кадырова М.Ш. Субъективное благополучие личности / М.Ш. Кадырова // «Мировая наука». - 2020. - №3 (36). - С. 1-5.
2. Леонтьев Д.А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля / Д.А. Леонтьев. // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. – 2020. - № 1. - С. 14-37.
3. Савченко И.А., Саяпина А.С. Психологическое благополучие и профессиональное развитие / И.А. Савченко, А.С. Саяпина // Психологическое благополучие современного человека: материалы Международной заочной

научно-практической конференции (20 марта 2019 г.) / Урал. гос. пед. ун-т; отв. ред. С. А. Водяха. – Электрон. дан. – Екатеринбург: [б. и.]. – 2019.

4. Корсакова В.К., Куликова М.Е., Крыцина А.М. Субъективное благополучие личности в обществе / В.К. Корсакова, М.Е. Куликова, А.М. Крыцина // Форум молодых ученых. - 2019. - №4. – С. 32.

5. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ / Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев // Мониторинг. - 2020. - №. – С. 155.

6. Биктагирова А.Р., Мешкова И.В. Проблема субъективного благополучия в зарубежной и отечественной психологии / А.Р. Биктагирова, И.В. Мешкова // Психологическое благополучие современного человека [Электронный ресурс]: материалы Международной заочной научно-практической конференции / Урал. гос. пед. ун-т; отв. ред. С. А. Водяха. – Электрон. дан. – Екатеринбург: [б. и.]. -2019.

7. Бенелли Л.Н. Психологическая модель субъективного личностного благополучия / Л.Н. Бенелли // Вестник Московского информационно-технологического университета – Московского архитектурно-строительного института. - 2019. - №4.

8. Маслоу А. Мотивация и личность. 3-е изд. / Пер. с англ. (Серия «Мастера психологии») — СПб.: Питер. - 2019. - С. 400

9. Сериков С.А. Психологическое благополучие личности в современном мире / С.А. Сериков // Психологическое благополучие современного человека / Урал. гос. пед. ун-т; отв. ред. С. А. Водяха. – Электрон. дан. – Екатеринбург: [б. и.]. - 2019.

10. Носова Л.М. Субъективное благополучие: теоретико-методологические подходы / Л.М. Носова // Вестник Башкирского государственного педагогического университета им. М. Акмуллы. - 2019. - №1. – С. 49.

11. Бакина И.В., Яремчук С.В. Субъективное благополучие и психологическая дистанция в социальных контактах / И.В. Бакина, С.В. Яремчук // Психологическое благополучие современного человека: материалы Международной заочной научно-практической конференции / Урал. гос. пед. ун-т; отв. ред. С. А. Водяха. – Электрон. дан. – Екатеринбург: [б. и.]. - 2019.

12. Воронин С.В. Религиозность как фактор субъективного благополучия молодежи / С.В. Воронин // Вестник ПСТГУ. Серия 4: Педагогика. Психология. - 2020. - №56.

13. Биктагирова А.Р., Носова Л.М. Основные теоретические модели субъективного благополучия / А.Р. Биктагирова, Л.М. Носова // Психологическое благополучие современного человека: материалы Международной заочной научно-практической конференции / Урал. гос. пед. ун-т; отв. ред. С. А. Водяха. – Электрон. дан. – Екатеринбург: [б. и.]. – 2019.

СОЦИАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ИНФОРМАЦИОННОМ ОБЩЕСТВЕ

**Аптикиева Ляйля Рахматулловна, кандидат психологических наук, доцент
кафедры «Общая психология и психология личности»**

**Соболева Екатерина Андреевна, студент кафедры «Общая психология и
психология личности»**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет»**

В настоящее время, в связи с меняющимся миром, вопрос социализации личности становится особенно актуальным. Появляются новые требования общества, существенно отличающиеся от прежних. Современные исследования в области социализации личности охватываются различными научными дисциплинами: психологией, философией, социологией, педагогикой, каждая из которых раскрывает свои аспекты этой проблемы.

Е.М. Николаева в своей работе делает акцент на актуальности изучения социализации: «с учетом реалий современного российского общества, находящегося на этапе трансформации, необходимость разработки проблемы социализации лишь усиливаются. Это вызвано, с одной стороны, выдвижением новых требований к личности со стороны общества, размыванием и девальвацией системы традиционных ценностей, сложившегося механизма социализации поколений и нарушением преемственности между ними, модернизацией важнейших сфер жизни постсоветского общества, внедрением чуждых ему духовных ценностей, вытеснением и забвением отечественных культурных традиций, отвечающих за социокультурный иммунитет общества. С другой стороны, в периоды трансформаций общественной жизни нормы социализации личности, как правило, либо теряют свое значение, либо отсутствуют. Общество переживает кардинальное изменение основных институтов социализации, сопровождающиеся серьезным дисбалансом целенаправленных и стихийных форм социализации в сторону доминирования последних. В этой связи возникает стихийная, деструктивная для развития человека, опасная и непредсказуемая по своим последствиям социальная ситуация.» [4]

Следовательно, процесс социализации личности развивался в соответствии с общественными изменениями. Изучение требований, которые предъявляет современное общество к отдельным людям, является важной сферой исследований в настоящее время. В то время как фундаментальные принципы развития личности остаются неизменными, содержание и наполненность личности претерпели существенные изменения, влияющие как на развитие личности, так и на общество в целом. Этим и определяется выбор темы для моего анализа. [3]

Социализацию можно описать как взаимообусловленный процесс, в ходе которого индивид приобретает социальный опыт, взаимодействуя с социальной средой и системой социальных отношений. Кроме того, важно понимать, что социализация предполагает, что индивид активно поддерживает систему социальных связей, и по сути своей, постоянно ее видоизменяет посредством собственных действий и вовлеченности в социальную среду. [1]

Различные ученые по-разному трактуют понятие «социализация». Некоторые определяют его как «процесс формирования умений и социальных установок у индивида, которые соответствуют его социальным ролям». Другие связывают социализацию с понятием «воспитание», уделяя особое внимание преднамеренным вмешательствам, которые влияют на «формирование желаемых черт и свойств у индивида, в то время как социализация включает в себя неосознанные, спонтанные воздействия, благодаря которым человек погружается в культуру и становится активным участником общества». Социализация также определяется как «процесс усвоения индивидом социальных норм и культурных ценностей общества, к которому он принадлежит, включая принятие социальных функций, ролей, норм и правил поведения в обществе на протяжении всей его жизни.» [4, 10, 11]

Значительное влияние на формирование личности оказывают социальные факторы, которые включают в себя следующие составляющие:

- Макросреда - государственная система, уровень культуры общества, методы воздействия на общественное мнение через СМИ и пропаганду, а также этические и религиозные аспекты, место и роль страны в мировом сообществе;

- Микросреда - социальная среда, где происходит личное общение и взаимодействие между людьми;

- Воспитание - процесс становление личности через понимание и развитие ее духовных качеств с помощью специальных мероприятий;

- Деятельность - через социальные взаимодействия индивид усваивает общественный опыт и развивает свой творческий и физический потенциал, формирует характер и волю в игровой, учебной, трудовой и научной деятельности. [7]

Социализацию можно разделить на первичную, где человек строит свой первый взгляд на мир, определенный его биографическим опытом, и вторичную, где приобретает уже специфические знания и интернализируются институциональные «подуниверсумы». Вторичная социализация отличается от первичной тем, что представляет собой частичные, фрагментарные реальности. [2, 6]

В настоящее время все большее внимание уделяется тому, как постоянно меняющаяся социокультурная среда влияет на формирование личности. В этой динамической обстановке происходят ключевые изменения в содержании личности. Примечательно, что такие исследователи, как Н.Л. Белопольская, С.Р. Иванова, Е.В. Свистунова и Е.М. Шафирова, подчеркивают важность самопознания в человеческом опыте. Понимание своей идентичности определяет поведение, влияет на постановку целей, межличностные

взаимодействия, стратегии адаптации и другие важные для полноценной личности процессы. Настоящий облик персоны активно участвует в приспособлении личности к социальным ситуациям: по мере изменения обстоятельств меняются и аспекты личности, что позволяет гибко реагировать и адаптироваться. Следовательно, современные личности характеризуются своей изменчивой природой, трансформируясь в соответствии с социальными условиями и этапами развития в определенные временные рамки. [12]

Современное общество характеризуется повсеместной интеграцией информационных технологий в повседневную жизнь, что требует переоценки традиционных научных представлений, касающихся фундаментальных социальных механизмов. Широкое распространение интернет-платформ в сочетании с их значительным влиянием на такие сферы, как политика, экономика и культура, свидетельствует о том, что они становятся ключевым социальным институтом. [15]

Наступление информационной эры радикально меняет обычный образ жизни и профессиональную деятельность людей. Эти преобразования, по мнению К.К. Колина, можно характеризовать как «гуманитарную информационную революцию» и выделять среди ее особенностей «уникальные возможности для улучшения интеллектуальных и творческих способностей человека за счет внедрения информационных технологий и когнитивных систем». [9]

Однако, наряду со стремительной информатизацией общества, возникло множество новых проблем. Ключевой проблемой является социализация людей в этом новом цифровом пространстве. Распространение информационных технологий, компьютерных коммуникаций и передовых технологий расширило сферу социализации. Виртуальная реальность теперь дополняет опыт реальной жизни, предлагая новые возможности для личностного роста и социальной вовлеченности. Традиционные социальные практики эволюционировали в виртуальном мире, а социальные интернет-практики стали популярны как альтернативные способы осуществления реальных повседневных действий, заменяя и дополняя их. [8]

Несмотря на преимущества, которые приносит информатизация, наблюдается заметное снижение непрерывности и согласованности процесса социализации. Передача социальных норм и культурных ценностей будущим поколениям поставлена под угрозу. Современная среда социализации характеризуется обилием информационных и коммуникационных технологий, способствующих передаче социального опыта молодым поколениям. Тем не менее, развитие информационных технологий усложнило задачу из-за отсутствия четких норм социализации, определяющих правила передачи социального опыта и стандарты социализированного поведения в современном обществе. Появление новых форм социализации усложнило оценку эффективности этого процесса в контексте повсеместного информационного прогресса. [5]

Кроме того, уместно признать существование циклического процесса социализации, похожего на маятник, раскачивающийся взад и вперед между ресоциализацией - принятием новых ценностей, норм, ролей и десоциализацией - отказом от устаревших ценностей, норм, ролей. Эти чередующиеся процессы постоянно происходят под влиянием растущей сложности современного человеческого существования. Цель этой модели социализации - уменьшить разрыв между отказом от старого и принятием нового. Однако в этих рамках десоциализация может привести к фрагментации идентичности личности в процессе общения, его растворении в коммуникации. Формирование личности становится зависимым от хода обмена сообщениями - непрерывного процесса, не имеющего заранее определенной цели. Таким образом, личность, проявленная в виде текста, навсегда остается открытой для интерпретации, постоянно развиваясь по мере того, как она пересекается с другими и вливается в более широкий информационный поток. [13, 14]

Также стоит подчеркнуть, что интернет-платформы отнимают значительное количество времени, отвлекая людей от их обязанностей и заменяя реальное взаимодействие. Доступность, обилие информации и связей, свобода создавать виртуальный образ и отсутствие обязательств придают социальным сетям особую привлекательность. На платформах создаются персонализированные профили, что привлекают тех, кто испытывает трудности в реальном общении с окружающими, а также сталкиваются с проблемами, связанными с социальной идентичностью. В этих онлайн-сетях люди могут изменять свои внешние и внутренние характеристики, тем самым стирая грань между реальными личностями и виртуальными персонажами, что является препятствием для социализации человека. [5]

Сопrotивляясь влиянию различных информационных стимулов и формированию «массового» сознания, личности, имеющие опыт надлежащей социализации, обладающие навыками активного и критического мышления, могут справиться с этими вызовами. Для людей крайне важно постоянно анализировать свое положение в социальной среде, понимая и критически оценивая преобладающие в обществе системы ценностей. Социализация в информационную эпоху требует активного участия, превращения поверхностного общения в настоящее социальное взаимодействие, активизации социальных связей и персонализации индивидуального опыта.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреева Г. М. Социальная психология. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980.- 416с.
2. Бергер П., Лукман Т. Социальное конструирование реальности. Трактат по социологии знания. / Пер. Е.Д. Руткевич. - М.: Медиум, 1995. - 323 с.
3. Горбунов А.С. Социализация личности и социальная ответственность средств массовой информации // Современные философские исследования. - 2022. - №3. – С. 102-110.

4. Гуревич Е.Б. Конструкция междисциплинарной интеграции знаний по проблеме социализации // Сибирский педагогический журнал. - 2019. - № 3. - С. 58-70.
5. Ковалева А.И., Полуэхтова И.А. Социализация личности в информационном обществе // Знание. Понимание. Умение. - 2022. - №3. - С. 195-206.
6. Ковалева А.И. Социальные и личностные последствия кардинальных изменений в российском обществе // Знание. Понимание. Умение. - 2023. - № 1. - С. 120-132.
7. Коледа И.В. Социализация личности: особенности процесса // Высшее техническое образование. - Минск: БГТУ, 2018. - Т. 2, № 1. - С. 24-28.
8. Колин К.К. Информационная парадигма познания и новое мировоззрение // Информационные процессы, системы и технологии. - 2023. - Т. 4, № 4(28). - С. 5-18.
9. Колин К.К. «Основы гуманитарного знания»: учебное пособие по новому курсу для технических университетов России // Стратегические приоритеты. – 2017. – № 3(15). – С. 147-152.
10. Мудрик А. В. Общение в процессе воспитания: учебное пособие / А. В. Мудрик. - М.: Педагогическое общество России: Педагогическое общество России, 2001. - 320 с.
11. Ревская Н.Е. Психология и педагогика: конспект лекций / Н. Е. Ревская. - Санкт-Петербург: Альфа, 2001. - 302с.
12. Самосознание проблемных подростков / Н.Л. Белопольская [и др.].. — Москва : Издательство «Институт психологии РАН», 2019. - 332 с.
13. Серова Е.А. Особенности социализации личности в условиях цифрового общества // Возможности и угрозы цифрового общества: сборник научных статей / под общ. ред. А. В. Соколова, А. А. Власовой. - Ярославль : Цифровая типография, 2019. - С. 140-142.
14. Смелзер Н. Социология / под ред. В. А. Ядова. М.: Феникс, 1994. - 688 с.
15. Хайбуллина Р.Р. Философия социальных сетей // Философия в XXI веке: социально-философские проблемы современной науки и техники : Материалы I Международной научно-практической конференции, Москва, Зеленоград - Красноярск, 12 мая 2023 года. - Красноярск: Красноярский государственный аграрный университет - 2023. - С. 247-251.

ТРАНСГЕНЕРАЦИОННЫЙ ТРАВМАТИЗМ КАК ВАРИАНТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ, ВЛИЯЮЩЕЙ НА ЖИЗНЕННУЮ ПЕРСПЕКТИВУ ЛИЧНОСТИ

**Зубова Л.В., доктор психологических наук, профессор
Спицына Е.М., соискатель кафедры ОПиПЛ на ученую степень кандидата психологических наук
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Оренбургский государственный университет»**

Понятие трансгенерационной передачи травмы в том или ином виде исследуется психологами с начала 20 века.

В свое время Сократ сказал: «Как нельзя приступить к лечению глаза, не думая о голове, или лечить голову, не думая обо всем организме, так нельзя лечить тело, не леча душу». Зачастую наши телесные болезни сигнализируют нам о том, что что-то происходит в душе. И не разобравшись с психологической стороной вопроса, вылечить тело будет невозможно. Причины многих психологических травм кроются в детстве. Некоторые мы получаем уже во взрослом сознательном возрасте. И здесь можно уточнить, что не всякий стресс будет становиться травмой (хотя всякая травма связана со стрессом). Но есть травмы, которые были «переданы» нам предками.

Проблема трансгенерационной передачи травмы является открытием 20 века и актуальность ее теоретической и практической проработки сохраняется до сих пор. Непрожитые страдания, тайные семейные истории передаются последующим поколениям в виде цепи бессознательных повторений ситуаций прошлого.

Следует различать интеграционную и трансгенерационную передачу опыта между поколениями.

Под интеграционным понимается то, что происходит между поколениями при их жизни ясным и очевидным образом. Ярким примером может служить передача способа ведения хозяйства от женщины к женщине внутри семьи. Или образа жизни – типа питания, отношения к старикам или детям. То есть в широком смысле – это осознанная передача опыта от предыдущего поколения наследникам в виде семейных ценностей, норм, правил, обычаев.

Передача опыта предыдущего поколения наследникам осуществляется на бессознательном уровне, который очень сложно осознать, но тем не менее он может оказывать влияние на нашу психику в виде травматических симптомов и переживаний

Многие исследователи, начиная с Фрейда, описывают бессознательную передачу опыта, в том числе и травматического. Очень точно описывает понятие трансгенерационного травматизма известное изречение французского врача и психоаналитика Франсуазы Дольто о том, что «все что замалчивается в первом поколении, второе носит в своем теле».

Фрейд в своих работах пытался понять, как именно опыт прошлых поколений передается по наследству. Особенно если этот опыт не выражен словами и существует только в бессознательном. Как пишет сам Фрейд, «Тотем и табу» — его первая попытка применить психоанализ к проблемам психологии народов.

Венгерско-американский психиатр Иван Бузормени-Надь предложил теорию о передаче психотравмирующего опыта через скрытую лояльность в семье. Согласно его теории, когда члены семьи сталкиваются с сильной травмой, они могут непроизвольным образом развивать определенные механизмы защиты, которые они передают дальше по поколениям.

Неразрешенные травмы могут оказывать длительное неврологическое влияние на мироощущение и восприятие личности, ее поведения, и зачастую это может приводить к развитию различного рода зависимости и неспособности принимать решения в различных ситуациях. Под ударом может оказаться семейная жизнь межличностные и профессиональные отношения, кроме того она может оказывать влияние на развитие физической боли и других болезненных симптомов.

Замалчивание, отрицание любой психологической травмы может вызвать различные патологические состояния у личности. То же самое происходит и при трансгенерационной передаче травмы. Не знание или отрицание травматического опыта предков также может привести к патологии, но уже в нескольких поколениях. Это подтверждается клиническим опытом многих психотерапевтов, изучающих данную проблематику.

Ка правило, травму могут вызвать не только сложные жизненные ситуации проблемы, катаклизмы но порой и незначительные эмоциональные переживания. Каждый стресс, который переживает личность оставляет в нашем бессознательном эмоциональный след. Который может влиять на психологическое здоровье личности.

И в случае с трансгенерационной травмой достаточно легко понять воздействие таких событий, как Холокост или Мировая война. И кстати говоря, впервые понятие трансгенерационной травмы было введено научным сообществом как раз при исследовании трагедии Холокоста и других массовых истреблений человечества на земле. Проведенные исследования показали, что опыт травмы тех, кто выжил в тех далеких событиях может передаваться на следующие поколения.

Но, работая с трансгенерационной травмой, важно не забывать и о мелких по сравнению с мировой историей событиях человеческой жизни, которые могли оказать влияние на его психику и стать огромной травмой в истории только его жизни. Именно поэтому каждый из нас несет в себе не только травмы, полученные напрямую в течение жизни, но и полученные в наследство опосредованно и скрыто. Много исследований проводится в области проживания травматизации крупных событий. Уделяется внимание восстановлению людей, прошедших через события мирового масштаба, прослеживается уважение к их чувствам по отношению к этим событиям. Но

как часто «постыдным» является считать травмой или жаловаться и страдать по пустякам. Но мы становимся травмированы тогда, когда осознаваемая или ощущаемая нами угроза по силе превосходит нашу способность адекватно ей противостоять. И для солдата эта угроза будет одна, а для ребенка трех лет – совершенно другая. Поэтому при работе с трансгенерационным травматизмом так важно уделять внимание любой мелочи на огромном рисунке семейной истории. Понимая, что глубина травматизации зависит лишь от важности события в понимании конкретного человека.

Одной из главных проблем в данном контексте как раз и является поиск истинной причины страданий. Необходимо распутать сложный клубок семейных историй, выявить закономерности и повторения, для того, чтобы человек мог самоидентифицировать себя, закончить цикличность травмирующих событий, осознать свое личное место в семейной истории и идти выбранным путем, несмотря на хитросплетения судьбы предков.

Самым, наверное, известным исследователем в области трансгенерационной передачи травмы является Анн Анселин Шутценбергер, которая не только изучала данный феномен, но и разработала метод трансгенерационной психогенеалогической контекстуальной терапии. Один из основных его «инструментов» — геносоциограмма. С помощью которой она помогала распутать сложные хитросплетения судеб предков и помочь их потомкам жить собственной жизнью, не обремененной последствиями трансгенерационных травм.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Питер Левин А. Исцеление от травмы. Авторская программа, которая вернет здоровье вашему организму / А. Левин Питер // Санкт-Петербург : Издательская группа "Весь". - 2011. – С. 1115.
2. Фурса Е. Я. История будущего: Учебник мудрости человеческой / Е. Я. Фурса // Минск: МФЦП.- 2011. - С. 384.
3. Шутценбергер А. А. Синдром предков. Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциограммы / А. А. Шутценбергер // Москва: Издательство Института психотерапии, 2009. - Психотерапия.
4. Фрейд З. Моисей и монотеизм / З. Фрейд // Москва: Азбука, 2012. – С. 192.
5. Толстая С.В. Межпоколенная трансляция семейной истории: теоретические аспекты в зарубежной психологии / С.В. Толстая // Проблемы Науки. - 2019. - №8. – С. 38.
6. Юнг К. Архетип и символ / К. Юнг // Издательство: Канон+. - Серия: История психологии в памятниках. – 2022 г. – С. 336

ТРАНСФОРМАЦИОННАЯ ИГРА КАК ИНСТРУМЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ SOFT SKILLS У ПСИХОЛОГА

**Щербинина О.А., кандидат психологических наук, доцент
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Оренбургский государственный
университет»**

Принято считать, что термин Soft skills возник в 60-е гг. 20 века в США и имел отношение к подготовке личного состава армии, однако массово употребляться стал после 2000-х гг. В нашей стране научный интерес к данному термину появился еще позже, ближе к 20 годам XXI века. Чаще всего он используется при характеристике личности профессионала, как один из критериев его эффективности. [8]

На сегодняшний день термин Soft skills, обозначающий универсальные компетенции, проявляющиеся в умении убеждать других, презентовать себя и свои идеи, работать в команде используется наряду с такими, как Hard skills и Digital skills, обозначающими профессиональные и цифровые компетенции соответственно. [10]

Подобное различение компетенций значит, что в современном мире мало быть профессионалом в узкой сфере, профессионализм в узкой сфере должен сочетаться с теми навыками, качествами, способностями, которые обозначаются термином Soft skills.

Как сложилась такая ситуация? Почему сегодня недостаточно обладать системой только профессиональных знаний, умений и навыков, чтобы быть успешным в деятельности?

В научной литературе описаны тенденции, которые в значительной степени влияют на жизнь людей в современном обществе. Наиболее общие из них следующие:

- условия жизни и мир в целом изменяются быстрыми темпами;
- происходит постоянное и непрерывное развитие технологий и общества, что в значительной степени определяет и изменения профессиональной сферы и в профессиональной сфере.

Другими словами, создается ситуация, в которой данные изменения предъявляют требования к качествам людей, необходимым им для эффективного функционирования в контексте происходящих изменений:

- способность видеть изменения,
- способность быстро приспосабливаться к ним,
- способность эффективно осуществлять профессиональную деятельность в меняющихся условиях и т.п. [1]

Другими словами, вышеперечисленное попадает в феноменологическое поле, составляющее содержание понятия Soft skills.

В литературе представлены различные классификации Soft skills, в том числе и так называемая 4К, включающая четыре главных гибких Soft skills:

- креативность;
- коммуникативность;
- кооперативность;
- критичность [2, 3, 5, 8].

Несколько отличается набор Soft skills в классификации В. Шпилова.

1. Базовые коммуникативные: командная работа, ведение переговоров, самопрезентация, навыки продаж, публичные выступления.

2. Навыки самоуправления: управление эмоциями, стрессом, собственным развитием, планирование и целеполагание, рефлексия, использование обратной связи, эмоциональный интеллект.

3. Навыки эффективного мышления: системного, критического, креативного, логического, выработка и принятие решения.

4. Управленческие навыки: планирование, постановка задач сотрудникам, мотивирование, контроль реализации задач, наставничество [11].

В зависимости от типа профессии (человек – человек, человек – техника, человек – образ и др.) приведенные списки Soft skills могут расширяться, конкретизироваться с учетом специфики содержания деятельности специалиста. [10] Однако требования к навыкам, обеспечивающим возможность и качество коммуникации, самоуправления и эффективность мышления сохраняют свою значимость в любой сфере.

Применительно к деятельности психолога в качестве основы его профессиональных Soft skills называют коммуникативную компетентность [1], которая помимо прочего раскрывается в способности устанавливать, поддерживать контакт, выбирать и применять оптимальные в имеющейся ситуации способы воздействия на аудиторию, средства представления информации, организации внутри- и межгруппового взаимодействия с соблюдением принципов профессиональной этики. Универсальность коммуникативной компетентности и коммуникативной компетенции еще и в том, что она выходит за пределы профессиональной сферы и рассматривается не только как условие, облегчающее организационные и другие моменты жизнедеятельности, но и, например, в качестве фактора, влияющего на субъективное благополучие личности [6]

На наш взгляд наиболее благоприятные условия для формирования и раскрытия у психолога коммуникативной составляющей Soft skills создают подготовка и проведение им такой формы групповой и индивидуальной работы, как трансформационная психологическая игра. [9]. Более того, в современной психологии трансформационная психологическая игра рассматривается как интегративная психотехнология эпохи метамодерн [4]. Возможности трансформационных игр в психологической практике консультирования, коррекции объясняются порождаемой или усиливающейся у ее участников психологической свободой, раскрепощения, что создает благоприятные условия для возникновения у них инсайтов, проявлений самопознания, откровений и творчества в безопасной среде.

Трансформационная психологическая игра — это новый вид настольных игр, ориентированных на глубокое познание человеком самого себя, своих неосознаваемых потребностей и желаний, навязанных убеждений и стереотипов, своего идеального и актуального жизненного сценария.

Использование подобных игр – это пример проявления следующих тенденций:

- обобщения, объединения сразу несколько видов деятельности психолога: просветительской, диагностической, коррекционной, развивающей;
- расширения понятия «диагностической ситуации», за счет включения в нее форм работы, традиционно не относящиеся к диагностическим.

В трансформационных психологических играх участник проходит по сути самодиагностику собственной успешности/неуспешности в обсуждаемой ситуации, в обыгрываемой деятельности, понимает причину, получает информацию об альтернативных вариантах поведения, о том, как стать успешным и тут же пробует новый способ поведения в безопасной обстановке.

Проиллюстрируем на примере трансформационной игры дифференциацию мягких и профессиональных навыков в деятельности психолога. Организация игры, рассказ о ее возможностях, преимуществах, сбор участников, мотивация участников, удержание их интереса – то, для чего необходимы навыки Soft skills.

Проведение игры, объяснение участникам их выбора, реакций, мотивации, демонстрация альтернатив и объяснение того, почему альтернативные варианты поведения безопаснее, эффективнее и т.п. – это уже профессиональные навыки.

В формате трансформационной игры могут прорабатываться различные проблемы: от детско-родительских отношений до преодоления участниками личностных кризисов.

Подведем итоги.

1. Soft skills носят универсальный / надпрофессиональный характер, но их можно развивать и в профессиональной деятельности.
2. Soft skills повышают качество и эффективность профессиональной деятельности любого специалиста. В том числе и психолога.
3. Soft skills сохраняют здоровье специалиста и помогают ему совершенствоваться в профессии.
4. Психолог со сформированными Soft skills помогает формировать их людям, обратившимся к нему за помощью.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ганпанцурова О.Б., Коммуникативная компетентность как основа профессиональных «soft skills» педагога-психолога / О.Б. Ганцапунова, А.Н. Помагаева // СМАЛЬТА. 2021. № 1. С. 38-49.
2. Деревянко К.И. Креативное мышление как элемент soft skills специалиста индустрии событий [Электронный ресурс] / К.И. Деревянко, В.П.

Орловская, И.Г. Филиппова // Экономика и управление. 2022. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kreativnoe-myshlenie-kak-element-soft-skills-spetsialista-industrii-sobytiy> .

3. Зотова В.А. Формирование и развитие soft skills в учреждениях дополнительного образования детей и молодежи / В.А. Зотова, Н.Н. Логинова // Страховские Чтения. 2019. Выпуск 27. С. 119 – 129.

4. Лахтеева С.В. Трансформационная игра как интегративная психотехнология эпохи метамодерн / С.В. Лахтеева, Ю.В. Логвинова, Н.В. Шацова, П.М. Пискарев // Методология современной психологии. 2023. № 20. С. 151-164.

5. Пасечкина Т.Н. Формирование коммуникативной компетентности и коммуникативной самооэффективности как «soft skills» будущих специалистов [Электронный ресурс] / Т.Н. Пасечкина // Вестник КГПУ им. В.П. Астафьева. 2019. №2 (48). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-kommunikativnoy-kompetentnosti-i-kommunikativnoy-samoэффективности-kak-soft-skills-buduschih-spetsialistov>.

6. Тхоржевская Л.В. Коммуникативная компетенция в структуре субъективного благополучия пожилых людей / Л.В. Тхоржевская, Т.А. Болдырева, М.Н. Федорова // Вестник Оренбургского государственного университета. 2019. № 1 (219). С. 103-110.

7. Уварина Н.В. Soft skills: актуальность, история, перспективы развития [Электронный ресурс] / Н.В. Уварина, Н.Ю. Корнеева, Ю.В. Микрюков // Профессиональное образование в России и за рубежом. 2021. №4 (44). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/soft-skills-aktualnost-istoriya-perspektivy-razvitiya>.

8. Цымбалюк А.Э. Психологическое содержание soft skills [Электронный ресурс] / А.Э. Цымбалюк, В.О. Виноградова // Ярославский педагогический вестник. 2019. № 6 (111). С. 120-127.

9. Шарина К.А. Трансформационные игры как средство решения актуальных запросов в психологическом консультировании / К.А. Шарина // Российская наука и образование сегодня: проблемы и перспективы. 2023. № 3 (51). С. 47-49.

10. Шингаев С.М. Hard skills и soft skills в структуре профессионально важных качеств представителей социономических профессий [Электронный ресурс] / С.М. Шингаев, А.И. Худяков, С.Б. Пашкин // Психология человека в образовании. 2022. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/hard-skills-i-soft-skills-v-strukture-professionalno-vazhnyh-kachestv-predstaviteley-sotsionomicheskikh-professiy> .

11. Шипилов В. Перечень навыков soft-skills и способы их развития [Электронный ресурс] / В. Шипилов. – URL: http://www.cfin.ru/management/people/dev_val/soft-skills.shtml