
ВЕСТНИК
ИНТЕГРАТИВНОЙ
ПСИХОЛОГИИ


ВЕСТНИК
ИНТЕГРАТИВНОЙ
ПСИХОЛОГИИ
Седьмая волна
психологии
МЕЖДУНАРОДНАЯ
АКАДЕМИЯ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ
НАУК
ГОД ЗА ГОДОМ
ОБЪЕДИНЯЕМ
НАУЧНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ
ПСИХОЛОГИИ
ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР
ЧФ: СОЦИАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ
Выпуск № 2 (20)
ИЮЛЬ-ДЕКАБРЬ
2018
PSIXOLOGIYA
ILMIY JURNAL
НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ
SCIENTIFIC JOURNAL
4 (28)/2017
www.psixologiya.uz

ВЕСТНИК ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Выпуск 26 2022

ЖУРНАЛ ДЛЯ ПСИХОЛОГОВ

Основан в 2002 г.

УЧРЕДИТЕЛИ ЖУРНАЛА:

МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ИНСТИТУТ ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

АССОЦИАЦИЯ ТРАНСПЕРСОНАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОТЕРАПИИ

Главный редактор
Козлов В.В.

Заместитель главного редактора
Баратов Ш.Р.
Мазилов В.А.

Редакционная коллегия
Карпов А.В. Шоумаров Г.Б. Усманова М.Н.

Редакционный совет
Бубеев Ю.А.
Кашапов С.М. Клюева Н.В. Поваренков Ю.П. Семенов В.Е. Субботина Л.Ю. Собирова Д.А.

Технические редакторы
Усманова М.Н.
Останов Ш.Ш.

Вестник интегративной психологии // Журнал для психологов. Вып. 26. /Под ред. В.В.Козлова, Ш.Р. Баратова, М.Н.Усмановой. – Бухара - Ярославль: МАПН, 2022. – 338 с.

Адрес редакции
150057, г. Ярославль, проезд Матросова, д.9 оф.206
тел. (4852) 218914, 478666
сот. +79159911278

E-Mail: kozlov@zi-kozlov.ru

ISBN 978-5-9527-02-16-5

Международная Академия Психологических Наук

150000, г. Ярославль, ул. Первомайская, д.9, оф..2, ОГРН 1227600003641 ИНН 7604383422 КПП 760401001

Номер расчетного счета: 40702810777030025109 Наименование банка: ПАО Сбербанк

Корреспондентский счет: 30101810100000000612 БИК: 042908612

www.mapn.su тел. 8915991127

№ 01 от 03. 09.2022.г._

Выписка из решения Президиума Международной академии психологических наук (протокол № 01 от 2 сентября 2022 г.)

г. Ярославль 2 сентября 2022 г.

Слушали: об организации издательских проектов в 2022 году.

Постановили: В соответствии с Уставом МАПН:

1. В целях развития МАПН и интеграции психологов на Евразийском уровне организовать выпуск журнала МАПН «Вестник интегративной психологии» в октябре 2022 года в Бухаре.

2. Куратором выпуска назначить члена президиума, академика МАПН, доктора психологических наук, профессора Баратова Ш.Р.

Президент МАПН,

доктор психологических наук, профессор



В. В. Козлов

ПРЕДИСЛОВИЕ

Этот выпуск «Вестника интегративной психологии» посвящен Дню психологов. Он отмечается 22 ноября по инициативе представителей факультета психологии Московского государственного университета в день, приуроченный к дате первого Учредительного съезда психологического общества России, происходившего 22 ноября 1994 года.

Праздник отмечается с 2000 года. Хотя этот День в стране не признан государственным праздником и в перечне памятных дат РФ отсутствует, его отмечают на всех психологических факультетах российских вузов, в научно-исследовательских институтах, в профессиональных сообществах, психологических ассоциациях.

Психология и как наука, и как общественная реальность занимает особое, можно сказать, исключительное положение в не только в современных исследованиях, но и особенно в социальной практике. Огромный объем эмпирического базиса, разнообразие и вариативность подходов к изучению психологии в современном мире, высокая степень разработанности ее многих узловых аспектов, значительное число и теоретическая зрелость существующих концепций – характерные черты современного состояния психологии как науки. Одновременно с этим глобальность и многомерность, многоликость и мультипарадигмальность подходов в практической психологии показывает блестящие перспективы этой науки в будущем.

Современные психологи трудятся во всех сферах современного общества. Представители данной профессии делают значимый вклад в гуманизацию современного общества, способствуют повышению эффективности экономики, управления, политики, материального производства, системы образования и воспитания.

От имени президиума Международной Академии психологических наук, объединяющего более тысячи профессоров из 50 стран мира, а также факультета психологии Ярославского государственного университета поздравляем всех психологов Узбекистана, России, Казахстана, Таджикистана, Кыргызстана, Армении, Белоруссии с праздником всех психологов России. Желаем вам творчества, терпения, вдохновения и сил для того, чтобы помогать людям, восстанавливать их внутренний мир, а также способствовать их самореализации. Пусть вам улыбается удача, и обходят стороной все беды.

Профессия психолога достойна высших похвал, ею можно и нужно гордиться и дорожить.

Всех вам благ, радостей жизни, здоровья, богатства и счастья!!!

С глубоким уважением и поздравлениями, Президент Международной Академии Психологических наук, доктор психологических наук, профессор заведующий кафедрой социальной и политической психологии ЯрГУ им. П.Г.Демидова

Владимир Васильевич Козлов

ДЕНЬ ПСИХОЛОГА – ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПРАЗДНИК

Ваша профессия важная очень,
Ведь Вы помогаете людям понять,
Что не дает спокойно спать ночью,
Что отпустить стоит, а что догонять.
Вы разберетесь во всех наших чувствах,
Подскажете правильный выбор всегда,
Научите Вы успеха, упорства,
С Вами отступит любая беда.
Спасибо за Ваши дела и советы,
За то, что несете гармонию нам,
Даёте на все Вы проблемы ответы.

Психология – наука достаточно молодая, набравшая обороты в нашей стране совсем недавно. К сожалению, у нас к профессии психолога зачастую относятся несерьезно, считая, что они могут только «забалтывать» людей, не говоря ничего по существу. На деле же эта профессия широко востребована в различных отраслях, сегодня психолог может понадобиться в любом государственном и частном учреждении, в любой фирме и на любом предприятии, а также в полиции и в вооруженных силах. На психологе лежит большая ответственность, ведь человек в любом случае ждет с его стороны поддержки и понимания, решающей помощи, а бывают и критические случаи, когда нужно оказать срочную психологическую поддержку.

День психолога – праздник узкопрофильный, поэтому отмечается немногочисленными людьми, кто имеет то или иное отношение к этой профессии, учится или уже имеет многолетний стаж работы.

Любому работнику этой профессии важно знать, что его деятельность ценна и важна для общества, а его работа высоко ценится, поэтому каждый сотрудник вправе в этот день получить поздравления и благодарственные речи.

Хороший психолог имеет полное право рассчитывать в свой профессиональный праздник на выражение благодарности и признания со стороны общества и отдельных клиентов, довольных уровнем его услуг.

Начиная с 1992 года все страны мира отмечают профессиональный праздник психологов. 10 октября каждый год отмечается Всемирный день психического здоровья (ВДПС) (World Mental Health Day). Такая памятная дата установлена в 1992 году по инициативе Всемирной федерации психического здоровья, при поддержке Всемирной организации здоровья. Этот день входит в перечень всемирных и международных дней, отмечаемых ООН, и в этот календарный день во всем мире психологи поздравляют друг друга.

Специалисты всех стран уверены, что мировая общественность должна быть в курсе возможностей и насущных проблем современной психологии, поскольку только сообща можно решить вопросы поддержки и финансирования отрасли, включая как практику, так и исследования. Каждый практикующий психолог знает, что психология не может полноценно существовать без поддержки со стороны государства и частных спонсоров.

Празднования проходят более чем в 100 странах мира (Испания, Франция, Пакистан и т. д.). В ряде стран (особенно в США) День психического здоровья является частью более большого праздника - Недели осведомленности о психических болезнях, которая была учреждена Конгрессом США по запросу Национального Альянса психических заболеваний. И данное празднество проходит в первую

полную неделю октября. Кстати, еще в США есть Месяц осведомленности о психическом здоровье - май каждого года.

Работа психолога имеет огромное значение в современном мире, стремительные ритмы которого порождают у многих людей стрессы и переживания. Именно поэтому был учрежден праздник психолога, целью которого является привлечение внимания к непростому труду этих специалистов.

В России, как и во многих странах, пока нет общенационального "Дня психолога". Однако он отмечается в некоторых регионах и университетах 22 ноября с 2000 года. Именно 22 ноября 1994 году было проведено первое собрание психологов, это был российский учредительный съезд, на котором психологический факультет Московский Государственный Университет выступил с инициативой учреждения профессионального праздника.

22 ноября является важным днем для каждого представителя профессии, будь то преподаватель вуза или частный психолог, консультант в школе или психолог в организации. Ко дню психолога приурочены выпуски всевозможных печатных и виртуальных изданий, посвященных психологам и психологии в целом, организовываются праздничные мероприятия, собрания и иногда даже шествия с целью привлечь внимание властей к насущным проблемам современной психологии.

Главная задача праздника – это в очередной раз напомнить людям о важности профессии психолога, а правительству о том, что эта сфера нуждается в активном финансировании, поскольку услуги психологов необходимы многим гражданам страны.

В Украине в 1996 году была создана Ассоциация политических психологов. Данная организация поспособствовала тому, что 23 апреля отмечается Всеукраинский день психолога.

В Казахстане День психолога отмечают 25 декабря. Выбор пал на эту дату по той причине, что первая экспериментальная лаборатория, ознаменовавшая рождение новой психологической науки, была открыта Вильгельмом Вундтом в 1879 году именно в этот день.

В Узбекистане День психолога пока еще не отмечают, поэтому преподаватели кафедры психологии Бухарского госуниверситета вышли с инициативой отмечать профессиональный праздник психологов также 22 ноября.

Ш.Р. Баратов, доктор психологических наук, профессор,
М.Н. Усманова, канд. психологических наук, доцент.

О ФАКТОРАХ РАЗВИТИЯ УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ У СТУДЕНТОВ

Алимова Е.Г.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. В статье рассмотрена проблема профессиональной мотивации, которая в настоящее время приобретает особое значение. Именно в ней специфическим образом высвечиваются основные моменты взаимодействия индивида и общества, в котором образовательный процесс приобретает приоритетное значение. Рассмотрены вопросы формирования мотивации как неотъемлемой части развития личности человека.

Ключевые слова: профессиональная мотивация, молодежь, степень включенности студента, интеллектуальный и творческий потенциал.

Abstract. The article deals with the problem of professional motivation, which is currently of particular importance. It is in it that the main points of interaction between the individual and society are highlighted in a specific way, in which the educational process becomes a priority. The issues of formation of motivation as an integral part of the development of a person's personality are considered.

Key words: professional motivation, youth, degree of student involvement, intellectual and creative potential.

Проблема профессиональной мотивации в настоящее время приобретает особое значение. Именно в ней специфическим образом высвечиваются основные моменты взаимодействия индивида и общества, в котором образовательный процесс приобретает приоритетное значение.

Формирование мотивации и ценностных ориентаций является неотъемлемой частью развития личности человека. В переходные, кризисные периоды развития возникают новые мотивы, новые ценностные ориентации, новые потребности и интересы, а на их основе перестраиваются и качества личности, характерные для предшествующего периода. Таким образом, мотивы, присущие данному возрасту выступают в качестве личностнообразующей системы и связаны с развитием самосознания, осознания положения собственного “Я” в системе общественных отношений. Как ценностные ориентации, так и мотивы относятся к важнейшим компонентам структуры личности, по степени сформированности которых можно судить об уровне сформированности личности.

Применительно к учебной деятельности студентов в системе вузовского образования под профессиональной мотивацией понимается совокупность факторов и процессов, которые, отражаясь в сознании, побуждают и направляют личность к изучению будущей профессиональной деятельности. Профессиональная мотивация выступает как внутренний движущий фактор развития профессионализма и личности, так как только на основе ее высокого уровня формирования, возможно эффективное развитие профессиональной образованности и культуры личности.

При этом под мотивами профессиональной деятельности понимается осознание предметов актуальных потребностей личности (получение высшего образования, саморазвития, самопознания, профессионального развития, повышение социального статуса и т.д.), удовлетворяемых посредством выполнения учебных задач и побуждающих его к изучению будущей профессиональной деятельности.

Если студент разбирается в том, что за профессию он выбрал и считает ее достойной и значимой для общества, это, безусловно, влияет на то, как складывается его обучение.

Пути становления и особенности мотивации для каждого студента индивидуальны и неповторимы. Задача состоит в том, чтобы, опираясь на общий подход, выявить, какими сложными, иногда противоречивыми путями происходит становление профессиональной мотивации студента. Состояние профессиональной мотивации зависит от того, оценивает ли студент учебную деятельность в сравнении с его собственными, реальными возможностями и уровнем притязаний, а также влияние на профессиональную мотивацию мнение сверстников с тем или другим уровнем способностей. Необходимым компонентом в процессе формирования у студентов реального образа будущей профессиональной деятельности является аргументированное разъяснение значения тех или иных общих дисциплин для конкретной практической деятельности выпускников. Таким образом, формирование положительного отношения к профессии является важным фактором повышения учебной успеваемости студентов. Но само по себе положительное отношение не может иметь существенного значения, если оно не подкрепляется компетентным представлением о профессии (в том числе и пониманием роли отдельных дисциплин) и плохо связано со способами овладения ею.

В результате исследования можно выделить следующие характеристики включенности студентов в обучении. В первую очередь, это общее отношение к обучению, которое прослеживается по успеваемости и посещаемости занятий, по активности студентов(то есть по количеству задаваемых вопросов и обращения к преподавателю, по добровольности выполнения учебных заданий). Во-вторых, за каждой степенью включенности студента в обучение лежат разные мотивы и цели обучения. И в-третьих, включенности студента в обучение соответствует то или иное состояние, умение учиться, что помогает понять причину тех или иных мотивационных установок, барьеров, ухода студента от трудностей в работе и т.д.

Литература.

1. Аткинсон Дж.В. Теория о развитии мотивации. – Н., 1996.
2. Асеев В.Г. Проблема мотивации и личности // Теоретические проблемы психологии личности. – М., 1974.
3. Донцов И.И., Белокрылова Г.М. Профессиональные представления студентов психологов // Вопросы психологии, 1999. - № 2.
4. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. Ростов на Дону, 1996.
5. Комусова Н.В. «Развитие мотивации к овладению профессией в период обучения в вузе» - Л., 1983.
6. Платонов К. К. Структуры и развитие личности/ Отв. ред. Глаточкин А. Д., АН СССР, Ин-т психологии. - М., 1986.

ВОВЛЕЧЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕССА

Арибжанова У.А.
(г.Андижан, Узбекистан)

Аннотация: В статье предлагается и обосновывается возможность использования проектной деятельности как ресурса, повышающего вовлеченность студентов в учебный процесс, внеучебную деятельность, в общение с преподавателями и студентами. Рассмотрено значение вовлеченности студентов с точки зрения компетентностного подхода.

Ключевые слова: вовлеченность, проектная деятельность, профессиональные, универсальные компетенции, образовательный процесс, управленческая культура.

Abstract: The article suggests and substantiates the possibility of using project activities as a resource that increases the involvement of students in the educational process, extracurricular activities, in communication with teachers and students. The importance of student involvement from the point of view of the competence approach is considered.

Keywords: involvement, project activity, professional, universal competencies, educational process, managerial culture.

Развитие университетов в условияхсерьезных экономических, культурных, социальных преобразований, высокой конкуренции на рынке образовательных услуг заставляет искать новые ресурсы для организации образовательного процесса. Для вуза становится принципиально важной задачей возможность обучать неслучайных, «своих» студентов, которые осмысленно сделали выбор будущей профессии, места обучения, разделяют миссию, стратегию развития, цели университета, являются выразителями его идей. От этого во многом зависит протекание образовательного процесса в вузе, уровень профессиональной подготовки каждого студента, качество образования в целом. В этой связи становится интересным обращение к проблеме вовлеченности студентов в образовательный процесс вуза. Проблема вовлеченности студентов активно исследуется в последние десятилетия в зарубежной (США, Канада) и отечественной социологии, в психологии, философии.

Высшее образование на современном этапе находится в состоянии постоянной трансформации, необходимости активного реагирования на новые вызовы российского общества. Особенно остро данная тенденция отражается в подготовке кадров для учреждений образования и учреждений социального обслуживания.

Изменения в профессиональном мире и в этой связи актуализация вопроса профессионализации в педагогическом вузе ставит на первый план проблему организации практического обучения. Ю.А.Черкасова, рассматривая практическое обучение студентов социального профиля, конкретизировала его педагогический смысл и определила как единый учебно-профессиональный цикл вузовского образования, базирующийся на принципах открытости, диалогичности, событийности, рефлексивности, полисубъектности, проектности и обеспечивающий вовлеченность студентов в инновативную профессиональную социальную деятельность путем расширения ситуаций профессиональных и личностных проб. Как показывают результаты специальных исследований (Н. Г. Малошонок, С. Ю. Савинова и др.), именно образовательная вовлеченность студентов является одной из главных детерминант качественного образования [3;7]. Однако сам термин «образовательная вовлеченность» на данный момент пока не получил широкого распро-

странения в описании содержания и результатов высшего профессионального образования в России, хотя в рамках западных исследований используется достаточно давно.

Большая часть исследователей связывает понятие «образовательная вовлеченность» с интеграцией в процесс обучения. Так, Н.Г.Малошонок рассматривает студенческую вовлеченность как академическую интеграцию, как участие студента в полезных видах учебной деятельности. Студенческая вовлеченность, обозначая глубоко диффренцированный феномен, отражает неодинаковое отношение студентов к обучению в университете: одни студенты посвящают учебе большую часть сил и времени, в то время как другие предпочитают тратить их на внеучебные или внеуниверситетские дела [3]. С.Ю.Савинова связывает образовательную вовлеченность с организационной характеристикой, компонентом которой она является и заключается в готовности студента затрачивать существенные усилия, в частности, время в интересах образовательного учреждения. Вместе с тем ориентация современного высшего образования на принцип открытости предполагает обращение к пространственным характеристикам организации образовательного процесса, его выход за пределы вуза. В рамках нашего предмета исследования речь идет о создании новых образовательных мест, нового пространства практического обучения будущих бакалавров социального и социально-педагогического профилей в образовательных и социальных учреждениях.

«Считается, что вовлеченность персонала – высшее проявление отношения человека к своему делу. Вовлеченность помогает сохранить привлекательность, бренд компании, как работодателя на рынке труда. Не менее важен факт сдерживания текучести кадров, то есть возможность нанимать и сохранять в штате сотрудников, имеющих выдающиеся профессиональные качества, высокий уровень квалификации. Если говорить о клиентах фирмы, то благодаря вовлеченности повышается уровень лояльности клиентов к продуктам и услугам компании». Таким образом, можно сказать что «вовлеченность» персонала представляет собой обобщающий комплексный показатель, который отражает систему взаимоотношений между сотрудниками и организацией. В этой системе организация создает для своих сотрудников все необходимые условия для своей профессиональной самореализации и удовлетворенности различными аспектами выполняемой ими работы, а в свою очередь сотрудники, выступают патриотами своей организации, которые разделяют корпоративные ценности, ощущают свою причастность деятельности своей компании, искренне беспокоятся за ее успехи, а также связывают личные профессиональные перспективы с перспективами развития организации.

Мы понимаем под образовательной вовлеченностью социально-психологическое качество личности, которое проявляется в психологической предрасположенности, высокой интеллектуальной готовности, положительном эмоциональном отношении студента к процессу своего образования и будущей профессиональной деятельности. Образовательная вовлеченность субъекта профессионального образования напрямую связана с нахождением студентом как личных, так и профессиональных смыслов, получением конкретного практического опыта профессиональной деятельности.

За последние десятилетия концепция вовлеченности персонала и, соответственно, задачи его измерения, целенаправленного роста и систематической поддержки больше не является исключительным достоянием экспертных и академических сообществ, так как они стали частью лучших практик современного организационного управления.

К первому относится разработка специального организационно-правового обеспечения, которое реализует принцип полисубъектности образовательного процесса. Второе условие введения интернатуры предполагает конструирование

и реализацию специального дизайн-проекта модульной программы практического обучения. Он задает вектор динамичности за счет последовательного усложнения способов профессиональной деятельности: от дескриптивно-феноменологических (описание и анализ профессиональной реальности) к технологическим (реализация различных социальных технологий) и затем к преобразующим (включение на уровне соучастия, исполнения функциональной роли, проявления инициативности, креативности, проектирование замыслов по изменению реальности).

Особое значение в формировании образовательной вовлеченности студентов отводится коммуникации, которая раскрывается посредством повышения инициативности, содержания высказываний, их эмоционального контекста, позиционных ситуаций в речевой деятельности. При этом проводится анализ устной речи и рефлексивных текстов (сочинений и эссе).

Деятельностный компонент был содержательно определен нами на основании профессиональных стандартов «Психолог в социальной сфере» и «Педагог», в которых заданы требования к профессиональной деятельности. В качестве основных трудо вых действий мы выделили следующие: аналитико-диагностические, организационно-проектные и технологические. Сюда, в частности, относятся умения разрабатывать индивидуальные и групповые программы, направленные на решение актуальных проблем обучающихся и их социального окружения; проведение психолого-педагогической и социально-педагогической диагностики; владение методами психолого-педагогической и социально-педагогической работы; организация и проведение различных видов деятельности: игровой, учебной, предметной, продуктивной, культурно-досуговой.

В целом, изучение особенностей мотивационно-ценностного и аффективно-рефлексивного аспектов образовательной вовлеченности показало, что большая часть бакалавров-выпускников социального профиля не мотивирована на профессиональную деятельность. Студенты не обладают профессиональными ценностными ориентациями, и не готовы к смене позиции студента на позицию будущего специалиста. Эти результаты подтверждают актуальность введения новой формы практического обучения – интернатуры, которая должна помочь будущему специалисту занять осознанную и мотивированную позицию по отношению к своему образованию, показать возможность и необходимость влиять на него и находить свои смыслы в процессе обучения в вузе.

Литература.

1. Геворкян Е. Н., Савенков А. И., Егоров И. В., Вачкова С. Н. Концепция интернатуры в педагогической отрасли // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия «Педагогика и психология». – 2013. – № 3 (25). – С. 31–41.
2. Концепция модернизации педагогического образования (2014–2017) [Электронный ресурс]. – URL: http://www.myshared.ru/slide/837226/ (дата обращения: 4.11.2014).
3. Малошонок Н. Г. Вовлеченность студентов в учебный процесс в российских вузах // Высшее образование в России. – 2014. – № 1. – С. 37–44.
4. Манукян В. Р. Кризисные переживания студентов-третьекурсников // Ананьевские чтения – 2011. Социальная психология и жизнь: Материалы научной конференции (18–20 октября 2011 г., Санкт-Петербург). – СПб.: Изд-во С.-Петерб. унта, 2011. – 440 с.
5. Морозова А. В. Мотивационные характеристики учебной деятельности студентов // Инновации в науке: материалы XIV международной заочной научно-практической конференции. Часть I (19 ноября 2012 г.). – Новосибирск: СибАК, 2012. – 154 с.

6. Педагогическая интернатура в действии: учебное пособие. – Красноярск: Краснояр. гос. пед. ун-т им. В. П. Астафьева, 2013. – 210 с.
7. Савинова С. Ю. Вовлеченность студентов в образовательный процесс как ресурс организационной приверженности // Вестник университета (Государственный университет управления). – 2014. – № 4. – С. 282–288.

АЛЬТРУИЗМ КАК СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМАЯ ФОРМА ПОВЕДЕНИЯ

Атабаева Н.Б.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Перед психолого-педагогической наукой стоят задачи определения оптимальных условий для личностного развития растущего человека, в том числе психолого-педагогических механизмов сознательного принятия подростком, юношей (девушкой) нравственных норм, превращения их в эффективный регулятор поведения, отношений с другими людьми.

Особое значение в контексте личностного развития приобретает такое нравственное качество как альтруизм. Актуальность его изучения связана со значительными изменениями общественного сознания населения в современных социально-экономических условиях. Сегодняшние изменения в политической жизни, в социально-экономическом развитии «сняли» противопоставление официальной и житейской морали. Общественное сознание стало характеризоваться большей открытостью, а практически обесцененная в прошлом нравственная норма «альтруизм» получила возможности развития. При этом альтруизм как качество личности обрел благоприятную социальную почву для своего становления у растущего человека.

Сам термин «альтруизм» (altruism) был предложен французским философом, основателем позитивизма Огюстом Контом (1798–1857) для того, чтобы выразить принцип жизни, противоположный эгоистическим взаимоотношениям. Этот принцип Конт обозначил словами «revile pour outre», что означает «живи для других». Философ считал, что под влиянием альтруистических тенденций общество как целостный социальный организм будет развиваться в направлении все большей гуманизации ценностей. Конт называл альтруизм «социальным чувством» и связывал его с постепенной «эмансипацией личности человека». Альтруизм — форма поведения человека, характеризующаяся ориентацией на удовлетворение потребностей других людей без ожидания ответных действий, имеющих смысл вознаграждения, и часто вопреки собственным интересам. Это – готовность помогать другим бескорыстно. Под альтруистическим поведением понимают поведение, направленное на благо других и не рассчитанное на какую-либо внешнюю награду [2].

Как нам известно, Восточные мыслители в своих трудах обосновали научных и социально-педагогических, экономических и политических проблем. Особенно, выражено педагогическо-психологические идеи о воспитании гармоничного поколения. Несомненно, и воспитание альтруистического поведения проанализировано в научных трудах Восточных мыслителей. Но, термин “альтруизм” в прямом смысле не встречается в их научных трудах, а место этого они исползуют разные термины, например “доброта”, “великодушие”, “щедрость” и раскрывает разные стороны альтруизма. Как нам известно, на основе вышеперечисленных качествах лежит польза других людей.

Альтруизм – это поведение обусловлено наличием у человека ряда личностных диспозиций: сострадательности, заботливости, чувства долга, ответственности и отсутствием качеств, не способствующих проявлению альтруизма, подозрительности, жадности, скептицизма. Исходя из этого, мы можем уверенно сказать, что формирование альтруизма у детей строится на основе восточного воспитания.

Как говорит Руми, доброта – это помочь людям бескорыстно и не иметь личную пользу [4]. Или как отмечает великий поэт Алишер Навои, щедрость – это вид бескорыстной помощи, которое облегчает трудности людей. А великодушие основа щедрости [5].

Представитель суфизма Б.Машраб в своем «призыве к доброте» проанализирует и раскрывает мотивы альтруистических отношений. Он считает, что семья самый важный фактор, воздействующий на формирования доброты, великодушии, щедросты у ребёнка [3].

Диапазон помощи весьма широк: от мимолетной любезности до оказания помощи человеку в опасной для него ситуации ценой собственной жизни. При этом, принимая решение об оказании услуги или помощи, человек учитывает такие факторы, как затраты времени, прилагаемые усилия, денежные расходы, отсрочку с их планов, неудовлетворение своих потребностей, опасность для своего здоровья и жизни.

Во многом альтруизм проявляется благодаря наличию у людей эмпатии, поэтому его можно рассматривать как один из видов эмоционально обусловленного поведения.

По мнению Дж. Браун и других психологов, эмпатия может проявляться в двух формах сопереживания и сочувствия. Сопереживание — это переживание субъектом тех же чувств, которые испытывает другой. Сочувствие это отзывчивое, участливое отношение к переживаниям, несчастью другого (выражение сожаления, соболезнования и т.п.). Первое, считает Т.П. Гаврилова, основано в большей мере на своем прошлом опыте и связано с потребностью в собственном благополучии, с собственными интересами, второе основано на понимании неблагополучия другого человека и связано с его потребностями и интересами. Отсюда сопереживание более импульсивно, более интенсивно, чем сочувствие. Сочувствие не всегда отражает эмпатию, оно может выражаться даже бесстрастно, просто из вежливости. Кроме того, Л.П. Калининский с соавторами считают, что при разделении эмпатических реакций вернее было бы говорить не столько о критерии разнонаправленности потребностей, сколько о степени эмоциональной вовлеченности своего «Я» во время такой реакции. Они полагают, что сопереживание является больше индивидным свойством, так как связано с такой типологической особенностью, как слабость нервной системы, а сочувствие силой воли, степенью успешности социального обучения.

Дж. Аронфрид и В. Паскаль (Aronfreed, Pascal, 1970) использовали эмпатическое взаимодействие ребёнка и взрослого как способ научения первого альтруистическому поведению. В основу своего метода они положили представление, что для усвоения альтруистического поведения необходимо зрительно воспринять или осознать эмоциональную ценность последствий своих поступков. Эмпатия как способность переживать эмоции другого человека обеспечивает усвоение такого поведения. В эксперименте ребенку предлагали выбрать между действием для себя (нажать на кнопку и получить конфету) и действием для другого (зажечь красный цвет и вызвать тем самым улыбку – одобрение экспериментатора). Выбор действия для другого связывается в представлении ребенка с удовольствием экспериментатора. Улыбка, прикосновения последнего - символы его эмоционального состояния, вызывающие аналогичные эмоции у ребенка. Эти эмоции и

стимулируют ребенка к альтруистическому поведению.

Тот же принцип использовался этими авторами и при отрицательных переживаниях взрослого. Сначала взрослый, сидящий в наушниках, показывает мимикой, как неприятно ему ощущение от шума в ушах. Затем он учит ребенка выключать шум, и потом ребенок сам выключает шум, если видит, что кому-то из детей, участвующих в эксперименте, он неприятен.

Б. Мур и др. (Moor et al., 1973) показали, что дети, у которых вызывались положительные эмоции (их просили вспомнить о самом приятном случае в жизни), проявили значительно больший альтруизм, а дети, у которых возбуждали негативные переживания - меньший альтруизм, чем дети контрольной группы.

М. Барнет и Дж. Бриан (Barnett, Brian, 1974) выявили, что у детей семи лет проигрыш в соревновании не отразился на выраженности у них альтруизма (бескорыстном желании помочь другому), а у десятилетних переживание проигрыша подавляет альтруизм.

С.Шварц и Г. Клаузен показали, что готовность к оказанию помощи более выражена у людей с внутренним локусом контроля, воспринимающих себя как активных субъектов действия.

З.Фрейд считает, что альтруизм – это психологический защитный механизм. С помощью альтруизма человек снимает невротические воздействия чувства вины. Это идею поддерживает Хекхаузен. И он считает чувство вины основной мотив альтруизма.

Е. Стауб отмечает положительную роль уровня морального развития и отрицательную роль макиавеллизма (пренебрежение моральными принципами ради достижения цели) для готовности оказать помощь [1].

Альтруизм, как феномен, связан с определенными альтруистическими переживаниями человека, участвующими в своеобразной регуляции его деятельности, внося коррективы в её протекание. В ряде работ установлена неразрывная связь между наличием в иерархии мотивов альтруистического мотива и устойчивой, специфической формой эмоционального реагирования. Доминирующий альтруистический мотив порождает и соответствующие ему специфические эмоциональные переживания, носящие характер устойчивого эмоционального реагирования. Это положение хорошо согласуется с данными, полученными в исследованиях Л.И.Божович, Б.И.Додонова, Я.З.Неверович и других авторов. Так, Б.И.Додонов утверждает, что устойчивая потребность человека во благе другого отражается в тенденции к переживаниям альтруистических эмоций. Если эта потребность не удовлетворена, человек испытывает тягостное состояние.

Резюмируя, все выше сказанное можно сделать вывод о том, что:

1) альтруизм является следствием эмоциональной реакции – эмпатии, при этом последняя понимается как аффективная связь с другим человеком, как способность приобщаться к эмоциональной жизни другого человека, разделяя его переживания;

2) альтруистическое (про социальное) поведение направлено на благо других и не рассчитано на внешнюю награду. Это поведение обусловлено наличием у человека ряда личностных диспозиций: сострадательности, заботливости, чувства долга, ответственности и отсутствием качеств, не способствующих проявлению альтруизма, подозрительности, жадности, скептицизма. Альтруистическое поведение характеризуется переживанием субъекта своего деяния как продиктованного внутренней необходимостью и не противоречащее его интересам [6].

Как отмечает, великий поет Абдулла Бахтоний «Самые счастливые моменты человека в жизни – это мгновение пополненной добротой для благо других людей». Поэтому, мы должны обратит внимание на формирования альтруизма у детей. Для этого надо изучит внутренние детерминанты альтруизма. Внутренние -

когнитивные, моральные, психологические детерминанты комплексно воздействует с социальными детерминантами на формирования альтруизма.

Исходя из вышеперечисленных можно отмечать, что формирования альтруистического поведения должна осуществляться на разных уровнях: эмоциональном (переживания), мотивационном (доминирующие стимулы поведения), когнитивном (знания об альтруизме и его влиянии на жизнь человека), поведенческом (проявления в поведении), социальном (доминирующие стереотипы и установки поведения).

Литература.

1. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. - СПб.: Москва-Харьков-Минск 2001, С.125 - 127.
2. Кондаков И.М. Психология. Иллюстрированный словарь. – СПб.: Прайм Еврознак 2007. 728 с.
3. Машраб Б. Мабдаи нур. Тадқиқ қилувчи, эски ўзбек ёзувидан нашрга тайёрланган, луғат ва изоҳларни тузувчи: Хожи Исматуллох Абдуллох. – Т.: Шарқ. 2008, - 26 б.
4. Румий Ж. Маънавий маснавий. 1-жилд иккинчи китоб. Т.: Янги аср авлоди. 2007, Б. 94-95; 270-272.
5. Хошимов К., Нишонова С. Педагогика тарихи. – Т.: А.Навоий номидаги Ўзбекистон Миллий кутубхонаси нашриёти. 2005. Б 87-89.
6. Атабаева Н.Б. Шахсда альтруизм ривожланишининг психологик хусусиятлари. – психология фанлари бўйича фалсафа доктори илмий даражасини олиш учун ёзилган диссертация (19.00.06) – Тошкент, 2020. – Б.19-33

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ СОЦИАЛЬНОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ-ПРАВОНАРУШИТЕЛЕЙ

Ахмадов Н.Р.
(г. Бухара, Узбекистан)

Аннотация. Социальная дезадаптация подростков — распространенное в обществе негативное явление. Для борьбы с ней необходимо знание ее психологических механизмов или глубинных причин. Наиболее типичные психологические механизмы подростковой дезадаптации связаны с симптомокомплексами, характерными для подросткового возраста, а именно с отношениями с товарищами, отношением к самому себе, к нравственным ценностям, идеалам, целям жизни, к миру в целом, учебной деятельности, учителям и взрослым, общественно полезной деятельности, к семье, родителям.

Ключевые слова: подростковая дезадаптация, виды дезадаптации, психологические механизмы дезадаптации, симптомокомплексы, психологические дефекты, «пусковые» механизмы.

Abstract. Social maladaptation of adolescents is a common negative phenomenon in society. To combat it, it is necessary to know its psychological mechanisms or underlying causes. The most typical psychological mechanisms of adolescent maladaptation are associated with symptom complexes characteristic of adolescence, namely, relationships with comrades, attitude towards oneself, moral values, ideals, life goals, the world as a whole, learning activities, teachers and adults, socially useful activities, family, parents.

Keywords: juvenile maladjustment, types of maladjustment, psychological mechanisms of maladjustment, complexes of symptoms, psychological defects, triggers.

В XX–XXI вв. наиболее часто в отношении несовершеннолетних, с которыми при общении и воспитании возникают сложности, используются слова:

«трудные», трудновоспитуемые, труднообучаемые, педагогически запущенные, социально или социокультурно запущенные, безнадзорные, девиантные, делинквентные, криминальные, дискомфортные и т.д. Затем, во взрослой жизни, многие из таких подростков становятся маргиналами, изгоями и преступниками. Всех их объединяет один признак — они в обществе не адаптированы, в связи с чем их называют социально дезадаптированными. Для взрослых людей факт их дезадаптированности — явление хотя и тяжелое, но нередко осознаваемое, а детей и подростков он может привести к необратимым психологическим травмам, нарушениям социальных норм, правил, законов, т.е. социальным отклонениям, правонарушениям, а иногда и преступлениям .

Чтобы успешно решать проблемы предупреждения или преодоления социальной дезадаптации подростков, нужно установить ее возможные психологические механизмы, предполагаемые истоки в целях их предупреждения и преодоления . Это и является задачей нашего исследования. Под дезадаптацией мы понимаем результат внутренней или внешней (иногда комплексной) дегармонизации взаимодействия личности с самой собой, окру- жающими людьми или обществом, проявляющийся во внутреннем дискомфорте, нарушениях поведения, взаимоотношений и деятельности. Как видно из определения, дезадаптация — это столь объемное понятие, способное охватить любые виды отклонений — от патогенных до социальных.

Для возможности борьбы с ней необходимо знание ее психологических механизмов или глубинных причин, определение которых заставляло многих ученых обращаться к классификации дезадаптации. Так, интересную классификацию предложила С.А.Беличева, выделив дезадаптацию патогенную, психосоциальную и социальную [1] . Расширив эту классификацию, мы дополнили ее другими видами, например психологической. «Психологическая дезадаптация — это фобии, различные внутренние мотивационные конфликты, а также некоторые виды акцентуации, которые еще не повлияли на социальную ситуацию развития, но которые нельзя отнести к явлениям патогенным». Она скрыта от глаз окружающих и существует нередко годами, проявляясь в фразах, рисунках, внутренней агрессии, тревожности, комплексах неполноценности и т.д. Безусловно, типологизация вносит какую-то ясность в проблему психологических механизмов дезадаптации, однако не решает ее в полной мере, так как требуется более глубинное проникновение в сущность зарождения отрицательных психологических образований, приводящих к различного рода нарушениям, что, в свою очередь, диктует обращение к структуре личности в целом.

Данной проблеме посвятили исследования, разработав теории о структуре личности или характера, такие ученые, как Б.Г.Ананьев, В.М.Мясищев, А.Ф.Лазурский, В.С.Мерлин, С.Л.Рубинштейн, К.К.Платонов, А.В.Петровский и др. Общий смысл теорий заключается в том, что психологический строй личности рассматривается как «совокупность внутренних отношений, которые связаны между собой». Как подчеркивал

Б.Г.Ананьев, «всякая черта характера есть определенное отношение личности к действительности, но это не значит, что всякое отношение есть свойства характера». В развитом виде отношения представляют индивидуальную систему избирательных сознательных связей личности с различными сторонами объективной действительности, т.е. они объективируются. Однако прежде, чем объективироваться, отношения существуют как субъективные, иногда достаточно устойчивые сложные образования, которые объединяются в так называемые симптомокомплексы. Данные симптомокомплексы, «вероятностные связи между свойствами личности», включают более узкие отношения, существующие как ситуативные мотивы, временные отношения, интересы, склонности, установки, которые впоследствии могут приобрести устойчивость, превращаясь в качества личности . В свою очередь, это уже путь к формированию и свойств характера, в том числе и отрицательных.

Современные исследователи особо выделяют психические расстройства как весьма распространенный фактор подростковой дезадаптации.

Рассматривая психологические предпосылки дезадаптации, мы, опираясь на возрастные особенности, условно выделили симптомокомплексы, в которых внутренняя психологическая дезадаптация может проявляться . Так, в подростковом возрасте это симптомокомплекс отношений в первую очередь с товарищами, к самому себе («Я-концепция»), к нравственным ценностям, идеалам, целям жизни, к миру в целом, к учебной деятельности, к учителям и взрослым, к общественно полезной деятельности, к семье, родителям и т . д .

В каждом из перечисленных симптомокомплексов подростков могут быть дефекты . Например, нарушение отношения к учению может быть связано с появлением конфликта мотивационной сферы, отрицательной учеб- ной мотивации, комплекса неполноценности; с нарушением отношений со взрослыми — психологическим барьером, фобией, тревожностью, агрессией; с измене- нием отношений с товарищами — завистью, унижением, несправедливостью и т.д. В таких случаях сначала возникает внутренняя, психологическая, а потом внешняя, психосоциальная, а иногда и социальная дезадаптация. В ситуации, если симптомокомплекс для личности является ведущим и связан с жизненными ценностями и убеждениями, речь идет о глубинной дезадаптации, если симптомокомплекс важен, нарушает какие-либо значимые установки, но в одной области, можно вести речь о дезадаптации углубленной, но узкой, если же нарушены какие-то ситуативные мотивы, привычки — о дезадаптации узкой и поверхностной Роль симптомокомплексов для любого характера неравнозначна . Это зависит от индивидуальных особенно- стей, возраста, воспитанности, уровня интеллекта и т. д. У подростков выходят на первый план симптомокомплексы, связанные с референтно-значимой деятельностью, стремлением быть с товарищами, поиском своего «Я», самоидентичностью, а затем следуют связанные с семьей и учебной деятельностью . Имеется симптомокомплекс, важный для любого возраста, — связанный с жизненны- ми планами, отношением к миру в целом, к смыслу своего существования, жизненными целями, т . е . жизненным смыслом [2]. Рассматривая этот симптомокомплекс как центральное образование личности, оказывающее влия- ние на все остальные, психолог-гуманист В.Франкл отмечал, что определяющими для человека являются жизнен- ные ценности . К ним он причислял ценности отношений, переживаний и созидательные ценности, которые могут быть как нравственно положительными, так и отрицательными . В последнем случае личность нарушает все мыслимые законы, правила, нормы, становясь

социально дезадаптированной, именуясь «правонарушителем» или преступником . При этом дезадаптация становится достаточно глубокой и устойчивой. Но смыслы и ценно- сти у человека не существуют как некая внутренняя данность, они меняются, корректируются, исчезают, появляются вновь. Представляется, можно говорить не только о смысле жизни, но и смысле любой деятельности. Понятия жизненного смысла как центрального образования характера и смыслов всех видов деятельности, которыми занимается каждый конкретный человек, тесно переплетаются, и в конечном счете каждый из смыслов деятельности может стать для человека центральным смыслом его существования .

Например, подросток, безнаказанно нарушивший какие-либо важные правила или законы, при этом получивший выгоду, удовлетворенную потребность или положительную эмоцию, может искренне посчитать, что теперь ему в жизни все доступно при такой манере поведения . Подобное может ему понравиться и постепенно так его «захватить», что станет смыслом существования, поскольку отвечает жизненным планам и целям (получать удовольствия, не трудясь, стать авторитетом, не прилагая особых усилий, иметь в распоряжении то, о чем раньше только мечтал). При этом постепенно формируется глубоко отрицательный жизненный смысл, и путь к преступлениям становится не только не случайным, а осознанным и закрепленным в мотивационно-потребностной сфере .

Причина дезадаптации в той или иной области не всегда лежит на поверхности, порой ее истоки кроются совсем в другой сфере . Симптомокомплексы часто обусловливают, а иногда и порождают друг друга.

Так, психологический барьер по отношению к учителю стимулирует отрицательное отношение к предмету, который он преподает, отсюда рассеянность, отсутствие интереса, невыполнение заданий и т.д., в результате чего возникают недисциплинированность, неуспеваемость, конфликты с родителями, классным руководителем, «погружение в себя», иногда отказ от посещения школы, склонность к противоправным действиям. Получается целая «цепочка», истоки которой нередко сложно установить. Это происходит от того, что существуют симптомокомплексы, которые традиционно зависят друг от друга и могут практически сливаться . В частности, отношение к учебной деятельности коррелируется с отношением к учителю как конкретному человеку; отношение к родителям у ученика зависит нередко от его отношения к учебе; отношение к коллективу взаимосвязано с отношением к самому себе и т.д. Не учитывать этой связи и взаимоза- висимости очень опасно для коррекционной и профилак- тической деятельности . И особенно важно устанавливать начало такой дезадаптирующей «цепочки».

Имеются и симптомокомплексы-антиподы. Весьма распространенна ситуация, когда причиной нетерпимости, лживости подростка в отношениях с родителями является то, что взгляды взрослых противоречат приня- тым в его неформальной группе . Приспосабливаться под- росток, в отличие от взрослых, обычно еще не способен, в результате возникает напряженность в семье, иногда близкая к полному разрыву, но вполне нормальные от- ношения складываются в неформальной группе, а часто и преступном подростковом сообществе. Ликвидировать это противоречие возможно только гармонизацией отношений в семье, с которой влияние отрицательной группировки на подростка будет нейтрализовано В процессе исследования было установлено, что симптомокомплексы нужно рассматривать как совокупность отношений, куда входят мотивационно-личностные образования

. Нарушения в этих образованиях проявляются в конфликтах мотивационной сферы, стрессах, искаженной мотивации, аффектах, отрицательных чертах харак- тера, нарушениях самооценки, психологических барьерах и т.п. [3]. Они часто становятся «пусковыми» механизмами дезадаптации. Систематизированные «пусковые» механизмы дезадаптации представлены в таблице.

Эмпирические исследования показали, что дезадаптация может быть незаметной для окружающих довольно длительное время, т.е. быть психологической . Иногда она не осознается и самой дезадаптированной личностью. И только воздействие «пускового» механизма (или даже нескольких) стимулирует внешние проявления дезадаптации, т.е. приводит к тому, что субъективные отношения объективируются . В силу того что дезадаптация может быть долгое время скрытой, по внешним признакам выявить ее сложно, а иногда возможно только с помощью специальных методов диагностики . Определенные труд- ности в выявлении причин дезадаптации связаны с тем, что мотивы поступков не только не лежат на поверхности, но и специально скрываются человеком.

Пример. Подросток жестоко избивает товарища. На беседе с инспектором горячо и убедительно выступает с критикой в адрес своего товарища, объясняя, что избил его за какое-то непозволительное поведение. Первое впечатление складывается, что мотивы поступка самые благородные (честность, открытость, принципиальность), но при этом скрыты такие пусковые психологические механизмы, как зависть, недоброжелательность, желание показать свою исключительность (завышенная самооценка). Исследователь-психолог должен заметить этот механизм, сопоставляя различные факты и анализируя их.

Следует отметить, что существуют и более сложные психологические механизмы дезадаптации— так называемые генерализированные психологические дефекты, т.е. дефекты, которые оказывают влияние не на один какой-то симптомокомплекс, а на личность в целом. Указанные психологические механизмы могут порождать комплексные отрицательные характерологические изменения . Например, генерализованный аффект неадекватности может быть причиной зазнайства, лицемерия, презрения к людям и т.д.

Данные дефекты весьма многозначны, что особенно ярко проявляется именно в социальной дезадаптации, которая касается не только тех, кто не нашел места в обществе, как бы «выпал из него», но и потерял связь со своим микросоциумом. Подобные нарушения поведения (напри- мер, алкоголизм или наркомания, побеги из дома и т.д.) или эмоционально-волевой сферы (пренебрежительное отношение ко взрослым, агрессия по отношению к товарищам и др.) могут быть вызваны комплексом психологических механизмов. Поэтому соотнесением проявлений и «пусковых» механизмов дезадаптации не всегда можно обойтись .

Следует назвать и такой механизм, как взаимный детерминизм, предполагающий взаимосвязь всех внутренних и внешних факторов (переживаний и ожида- ний личности, самовосприятия, успехов и неудач, влияния окружающих людей и событий и др.).

Проведенное исследование позволяет утверждать, что выделенные и систематизированные нами пусковые механизмы, которые появляются нередко благодаря различным субъективным или объективным факторам (изменение социальной роли или статуса, унижение достоинства, оскорбление чести, предательство, несправедливость, отторжение, резкая

смена жизненных обстоятельств, постоянные неудачи и т.д.), обусловливают возникновение психологической дезадаптации, которая, если ее игнорировать, может перерасти в социально- психологическую или социальную дезадаптацию. Таким образом, диагностика указанных механизмов и современная их коррекция — одна из центральных задач предупреждения социальной дезадаптации подростков .

Литература.

1. Алемаскин М.А., Т.А. Морозова. Особенности воспитательной работы с педагогически запущенными учащимися в средних ПТУ. - М., 1986. - 34с.
2. Алмазов Б.Н. Психическая средовая дезадаптация несовершеннолетних. - Свердловск, 1986. - 152с.
3. Кочетов А.И., Н.Н. Верцинская. Работа с трудными детьми. - М., 1986. - 160с.

АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ В УНИВЕРСИТЕТЕ

Ахмедова З.Ж.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. В статье автор остановился на проблеме адаптации студентов-первокурсников к условиям обучения в университете.

Ключевые слова: адаптация, проблема, учебная деятельность, общение.

Annotation. In the article, the author dwelt on the problem of adaptation of first-year students to the conditions of study at the university.

Keywords: adaptation, problem, educational activity, communication.

Эффективность и качество обучения студентов в высшей школе оценивается все более комплексно и целостно. Сегодня в качестве критериев качества профессионально-педагогической подготовки, наряду со знаниями и умениями, выступают профессиональные качества личности, черты характера, способность самостоятельно и творчески добывать и применять знания. Это обусловливает то, что образовательный процесс в педагогическом вузе должен быть направлен не только на развитие когнитивной сферы студентов, но и развивать их познавательную активность, самостоятельность, способствовать овладению методами самообразования, формирования и совершенствования личностных качеств, необходимых для успешного осуществления профессионально-педагогической деятельности.

Каждый человек за свою жизнь переживает несколько периодов адаптации. Адаптация — это процесс, при котором организм приспосабливается к условиям внешней среды. Необходимо отметить, что адаптация не только даёт возможность личности приспособиться к новым условиям, но и сформировать новые способы поведения для преодоления имеющихся трудностей и успешной деятельности, которые имеют индивидуальный характер и складываются по мере накопления и совершенствования опыта. Адаптация компенсирует недостаточность привычного поведения в новых условиях, благодаря ней создаются возможности оптимального функционирования личности в новой обстановке. Если же адаптация не наступает, личность испытывает дополнительные затруднения в освоении предмета и условий деятельности.

Первый "адаптационный опыт" он получает в группе детского сада, затем в первом классе школы. Следующий "переломный" момент — это переход от начальной школы к средней и, наконец, наступает момент профессионального самоопределения.

В контексте целей обучения в вузе, социальная адаптация первокурсника означает способность соответствовать требованиям и нормам учебного заведения, а также способность развиваться в новой для себя среде, реализовывать свои способности и потребности, не приходя с этой средой в противоречие.

Любое обучение, особенно вузовское, является делом не из легких. Одной из важнейших предпосылок успешной учебной деятельности первокурсников является их своевременная адаптация к условиям обучения в вузе, рассматриваемая как начальный этап включения их в профессиональное сообщество. Первый курс может стать точкой опоры для студента, а может привести к различным деформациям в поведении, общении и обучении. Именно на первом курсе формируется отношение молодого человека к учебе, к будущей профессиональной деятельности, продолжается "активный поиск себя". Даже отлично окончившие среднюю школу, на первом курсе не сразу обретают уверенность в своих силах. Первая неудача порой приводит к разочарованию, утрате перспективы, отчуждению, пассивности. От успешности адаптации зачастую зависит дальнейший ход профессиональной жизни человека.

Сложность адаптации при переходе от общего к профессиональному образованию заключается не только в смене социального окружения, но и в необходимости принятия решения, возникновении тревоги по поводу правильности самоопределения, которое для многих тождественно нахождению смысла жизни.

Первые трудности для студента связаны с новыми условиями жизни, с первичной социализацией в вузе. Ведь вместе с присвоением статуса студента молодые люди сталкиваются с рядом трудностей: новая система обучения, взаимоотношения с однокурсниками и преподавателями, проблемы в социально-бытовом отношении, самостоятельная жизнь в городских условиях (для иногородних студентов), недостаточное знание структур и принципов работы университета и возможностей для самореализации в творчестве, науке, спорте и общественной жизни.

При этом одновременно растут противоречия и возникают трудности в становлении самооценки, самосознания и формировании образа - "Я".

Признаками неуспешной адаптации являются снижение работоспособности, усталость, сонливость, головные боли, доминирование подавленного настроения, возрастание уровня тревожности, заторможенность или, напротив, гиперактивность, сопровождающаяся нарушениями дисциплины, систематическое невыполнение домашних заданий, пропуски занятий, отсутствие мотивации учебной деятельности. От того, как долго по времени происходит процесс адаптации, зависят текущие и предстоящие успехи студентов.

Как известно, пусковым механизмом процесса адаптации человека является смена окружающей его среды. Процесс адаптации имеет место тогда, когда обычное, привычное поведение вообще или мало эффективно и необходимо преодоление затруднений, связанных именно с новизной условий. Именно с такими затруднениями, связанными с новизной условий, сталкивается бывший школьник при поступлении в вуз. Поэтому процесс адаптации к обучению в вузе можно рассматривать как явление, имеющее множество аспектов. Адаптация студентов – сложное явление, связанное с перестройкой стереотипов поведения, а часто и личности. У некоторых этот процесс заканчивается неблагополучно, о чем свидетельствует отсев студентов в первые семестры обучения. Часто за этим явлением стоит недостаточная гибкость адаптационных систем человека.

В традиционном плане адаптация студентов первого курса рассматривается как совокупность **трех аспектов**, отражающих основные направления деятельности студентов:

— **адаптация к условиям учебной деятельности** (приспособление к новым формам преподавания, контроля и усвоения знаний, к иному режиму труда и отдыха, самостоятельному образу жизни и т.п.);

— **адаптация к группе** (включение в коллектив сокурсников, усвоение его правил, традиций);

— **адаптация к будущей профессии** (усвоение профессиональных знаний, умений и навыков, качеств).

В реальной жизни эти аспекты неразрывно связаны между собой.

Педагогическое управление процессом адаптации предполагает:

1. информирование студентов о трудностях адаптационного периода и способах их преодоления;

2. формирование у студентов стремления к оптимальной адаптации, перестройке поведения, совершенствованию своей личности в соответствии с новыми вузовскими требованиями, т.е. активизация самовоспитания;

3. помощь студентам в организации самовоспитания.

Исследование и поиск социально-педагогических и психологических требований и свойств адаптации студентов к учебно-профессиональной деятельности позволили нам сделать следующие выводы:

- структура адаптации студентов к учебно-профессиональной деятельности включает три связанных фактора: адаптивная потребность, адаптивная ситуация и адаптированность;
- динамика адаптации студентов к учебно-профессиональной деятельности последовательна, т.к. развитие идет по нарастающей от интуитивного уровня к творческому;
- адаптация студентов к учебно-профессиональной деятельности обеспечивает адекватное взаимодействие объекта с социальной средой; формирование новых качеств личности; профессиональную идентификацию и т.д.; предполагает формирование нового социального статуса, освоение новых социальных ролей, приобретение новых ценностей, осмысление значимости традиций профессиональной деятельности.
- адаптация студентов к учебно-профессиональной деятельности – начальный этап реального процесса социального, профессионального, психофизиологического врастания будущего специалиста в трудовую деятельность, где он получает возможность самореализации.

Процесс адаптации студентов вуза к учебно-профессиональной деятельности, таким образом, выступает как диалектическое единство противоположных сторон: приспособление индивида к среде и активного изменения данной среды. Причем, обе стороны не существуют друг без друга и служат в совокупности выражением единого процесса освоения человеком окружающей его адаптируемой среды. Следовательно, процесс адаптации происходит в деятельности индивида как специфическое социально-психологическое состояние личности [3, с.9].

Литература.

1. Фёдорова Е.Е. Адаптация студентов ВУЗов к учебно-профессиональной деятельности. – Магнитогорск, 20

2. Шкилев С.В. Психологический тренинг в многочисленной группе как эффективный метод адаптации студентов-первокурсников // http://www.rusnauka.com/Article/Psyhology/30.html.

ПСИХОЛИНГВИСТИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЖАРГОНИЗМОВ В НАЦИОНАЛЬНОМ ЯЗЫКЕ

Ахмедова М.Х.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. В науке о национальном языке в наши дни особый интерес вызывают вопросы развития социальных диалектов языка. В этой статье изучены лингвистические, психолингвистические особенности молодёжного жаргона, арго и сленга. И исследует жаргоны, использованные в ежедневном процессе коммуникации на Узбекском языке. Это цитируется слова жаргона более молодого поколения, кем являются главные страты общества, и объясняет важность и потребность изучения их жаргона.

Ключевые слова: язык, жаргон, сленг, лингвистика, речь, общество, изучение, общение, лексика, система, молодёжь, группа, национальный, словарь.

Resume. Nowadays it is important to study the features of speech, language, which are considered a means of communication. At present, attention is paid to the research of national language features from scientific point of view. This article explores the jargons used in in the daily process of communication in the Uzbek language. It is cited the words of the jargon of the younger generation, who are the main strata of society, and explains the importance and necessity of learning their jargon.

Keywords: language, jargon, slang, linguistics, speech, society, study, communication, vocabulary, system, young people, research, layer, group, national.

С древних времен люди признали важность языка для взаимного понимания друг друга и установления сотрудничества в различных областях. Развитие языка, расширение потребления зависит от людей, говорящих на этом языке. Цивилизационные изменения и обновления нашего общества тесно связаны с появлением языков и расширением его потребления. Следовательно, эта ситуация очевидна в отражении в языке исторических процессов, событий и в передаче его обществу через язык.

Нельзя отрицать, что каждый язык, обслуживающий социально развитое сообщество людей, формируется в разных проявлениях, особенно вторично-социальные диалекты (сленг, жаргон, сленг), профессиональные языки широко используются в устной речи. Известно, что Толковый словарь русского языка дает определение слову жаргон. (что определение слова сленг дано в толковом словаре русского языка).

«Жаргон, м. Речь какой-н. социальной или иной объединенной общими интересами группы, содержащая много слов и выражений, отличных от общего языка, в том числе искусственных, иногда условных. Ж. торговцев. Воровской ж. II прил. Жаргонный». [3.454].

На этом этапе в качестве примера приводятся жаргонные слова на национальном (узбекском) языке, которые в настоящее время используются в образовательном процессе.

Королева зала - девочка-студентка, которая не приходит на урок в школу. То есть это жаргонное слово, которое используется для описания девочек, которые не любят посещать занятия, медленно осваивают предметы, мало интересуются занятиями, не хотят подчиняться дисциплине, плохо себя ведут, иногда исключаются из занятий или по какой-то причине, опаздывают на занятия и не включены в занятия. Он состоит из двух сочетаний слов. Первое слово - "Холл" – имеет значение дом, или просторная (большая) гостиница [4.Т1. 322]. В Толковом словаре узбекского языка холл взят от слова "саал" с немецкого языка, которое указывает

значение большое помещение, не разделяемое [5.Б.З.126]. Но это жаргонное слово использовалось для выражения значения длинного коридора между школьными классами. Королева в следующем втором слове "королева" выражается в Узбекском толковом словаре в значении женщины - КОРОЛЯ [5.Б.М.533]. Согласно объяснению словарей, это жаргонное выражение в точности соответствует значению "женщина-король отеля". Но этот жаргон имеет эмоциональную окраску, он считается словом с негативной коннотацией, поэтому это жаргонное слово используется в критическом, показательном смысле. Например: *королева зала приближается. Ты хочешь снова стать королевой зала?*

Второй пахан - это школьный завуч; декан благородного зама; на этом жаргоне выражается заместитель главы учебного заведения, или лицо после главы. Этот жаргон также состоит из двух сочетаний слов. Значение слова "второй" в этом словосочетании определяется цифрой 2 в порядковой последовательности [5.Б.И.186], указанной в Толковом словаре узбекского языка. Это также означает, что «предмет определенного порядка, событие и тому подобное находятся в самом предваряющем следующем месте в ряду, сначала следующий». Пахан - в то же время очень известный в своем (воровском) обществе [1.С.44] человек, который на жаргоне показан как воровской. В. В "Русской фене" Быков представлен в значении Пахан - ведущий [2.С. 134]. Этот жаргон варьируется в зависимости от состояния приложения. То есть, имея эмоциональную окраску, оно считается словом как с положительными, так и с отрицательными коннотациями, Иногда это жаргонное слово используется в критическом, указательном смысле, иногда в таких значениях, как уважение, признание, гордость. Например: Второй пахан не в настроении, хорошо, что тебя не видно глазу. Мазанг уклоняется от второго Пахана.

Евро - означает русскую группу (т.е группу с русскоязычным обучением). Известно, что в образовательном процессе, поскольку обучение и занятия проводятся на разных языках, группы делятся в соответствии с языками, на которых осуществляется обучение. Например, такие группы, как английский, немецкий, корейский, узбекский. Одной из них считаются русские группы. Русские группы в процессе общения называются Euro group, euro potok. Только слово евро имеет свое определение в Толковом словаре узбекского языка, которое отличается от сленгового значения. Значение слова евро (от названия Европейского континента) - денежная единица членов Европейского экономического и валютного сообщества в рамках Европейского союза, выпущенная в обращение с 1 января 1999 года. Обменный курс сома по отношению к евро указан в Толковом словаре узбекского языка [5.Б.Е.5]. Этот жаргон не имеет эмоциональной окраски, считается словом с нейтральным значением. Например: *я сдал свои документы в евро поток. У вас есть урок по евро?*

Nats - узбекские группы, тип группы, в которой уроки проводятся на узбекском языке. В данном случае сленговое слово "нац" происходит от клетчатой формы русского слова "национальный". «Национальный. 1. см. нация. 2. Характерный для данной нации, свойственный именно ей. Национальная культура. Н. язык. Н. театр. Н. костюм. 3. полн. ф. Тоже, что государственный (в 1 знач.). Н. флаг. Н. доход. II сущ национальность». [3.988]. Национальный - о национальности, народности; Национальный; национальный вопрос; Национальное действие, учитывая значения, которые дает Русско-узбекский словарь Советской энциклопедии Узбекистана [4.614]. В этом жаргоне тоже нет эмоциональной окраски, это нейтральное слово. Например: *где находится Нац поток? Комната не найдена для нацистов*.

Танька - это человек, который помогает, измельчитель, надежный человек. Должностное лицо или платное лицо, которое защищает студента или студентку

при решении различных проблем, таких как поступление на учебу в образовательное учреждение, особенно в университеты, сдача экзаменов, независимое образование, курсовые работы, является органом этого защищающего лица. Танковый жаргон составлен с добавлением буквы "а" к слову "танк". Танк - это военная машина с гусеничным шасси, покрытая броней. В Толковом словаре узбекского языка, который описывается *гусенисали* как военная машина, бронированная, вооруженная пушками и пулеметами, способная передвигаться по любой дороге [5.Б.Т.365]. Этот жаргон - это слово, имеющее эмоциональную окраску, и оно имеет негативную коннотацию. Более показательный означает критику. Например: он выдается своим резервуаром в виде раствора. *Разве ты не сказал своему танку?*

Бигиз (голова бигиза) – знающий. Группа или группа с большим количеством знаний в классе, умные ученики, как говорят, "ваши собственные" на жаргоне, потому что их мышление считается сильным. Бигиз – инструмент сапожника, металлический инструмент с заостренным кончиком, с деревянной ручкой, используемый для прокалывания кожи, описан в Толковом словаре узбекского языка [5.Б.Б.252]. Этот жаргон обладает свойством эмоциональной окраски, и он считается положительным словом, которое употребляется в значении уважения и зависти (Хавас и хурмат). Например: *Назовите его Большим, каждый найдет ответ на этот вопрос. Олимпиада отправится в голову главы.*

Батаник - умный; образованный, превосходный; жаргон батаника происходит от слова ботаник, так говорят относительно знающим, отличникам в группе. В Толковом словаре узбекского языка, который описывается как ботаник – ученый, специалист в области ботанической науки [5.Б.Б.328]. Этот жаргон также считается положительным словом, обладающим свойством эмоциональной окраски. Слово "Бигиз" означает "настолько способный, насколько это возможно". Например*: в нашей группе много батаников. Ты выглядишь как батаник.*

Хвосты - помощники; последователи; Капитан группы или льстецы вокруг тех, кто занимает положение в группе, отставшие или помощники вокруг чиновников, на жаргоне называются хвостами. Дом-хвост. Хвост -в Толковом словаре узбекского языка указано, что самой задней, последней частью тела животного является [5.Б.Д.659]. Это жаргонное слово также является словом с эмоциональной окраской, что означает негатив. Оно выражает такие значения, как жестикуляция, поддразнивание, брань. Например: *у него будет капитан тейлз, будьте осторожны. Быть хвостом - это не для тебя.*

Следовательно, в социальном смысле жаргоны - это создание естественной для человека культурной (цивилизационной) среды, формирование системы статуса, ориентации и требований, определяемых рамками понятий и символов, которые часто встречаются в речи.

Таким образом, сленг в современной молодежной речи не приспосабливается к законам, правилам какого-либо языка. В нем практически нет элементов лексики, они используют словарь неграмотной толпы, что в основном связано с происхождением жаргона. В основе жаргона всегда лежит приоритет того, чтобы приоритеты конкретной группы и специфика этой лексики защищали эти ценности от влияния внешнего мира.

Итак, современные педагоги сегодня должны как можно глубже знать духовность молодых людей и, входя в их круг общения, демонстрировать свой авторитет, принимать их близко к себе, призывать к соблюдению ценностей страны. И тогда нужно будет проникать в них и обогащать их духовный мир, который для них интересен и престижен, без новых направлений, необычных инструкций и поручений.

Литература.
1. Блатной словарь, в 2-х частях. М., 2004. 165 с.
2. Быков В. Русская феня. Словарь современного интер жаргона асоциальных элементов Verlag otto sag ner • München 1992.
3. Ожигов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь русского языка. М. 2012.
4. Русско-узбекский словарь. Советская энциклопедия Узбекистана. 2х томный. Ташкент 1984.
5. Толковый словарь узбекского языка. Под редакцией А.Мадвалиева. Ташкент. Национальная энциклопедия Узбекистана. Электронная библиотека.

ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОЙ МОТИВАЦИИ У СПОРТСМЕНОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Баймурадов Р.С., Бахшуллаева М., Бобоева З.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. В настоящее время открыты возможности, попытки и право учиться, заниматься спортом, работать, принимать активное участие в различных общественных мероприятиях людям с ОВЗ - лицам, имеющим ограниченные возможности здоровья.

Ключевые слова: адаптивный спорт, ограниченные возможности здоровья, особенности спортивной мотивации, социализация спортсменов-инвалидов.

Annotation. Currently, opportunities, attempts and the right to study, play sports, work, and take an active part in various public events are open to people with disabilities - people with limited health opportunities.

Keywords: adaptive sport, limited health opportunities, features of sports motivation, socialization of disabled athletes.

Проблема инвалидности относится к числу наиболее острых и актуальных проблем, решаемых человечеством в наши дни. По статистике ВОЗ, каждый десятый человек на Земле - инвалид, что составляет 10% населения земного шара и динамика распространения инвалидности в обществе в ближайшее время в лучшую сторону не изменится. Не все люди с ограниченными возможностями смирились со своим положением. Многие из них хотят вести активный образ жизни и быть полноценными членами общества.

Состояние человека с ограниченными возможностями здоровья приводит к стойким изменениям организма, появлению физических, социальных и психологических барьеров в достижении достойного уровня и качества жизни. Современные тенденции гармонизация общественных взглядов в отношении инвалидов определили рост значимости социализирующих реабилитационных практик. Одним из ведущих направлений этой деятельности является физическая культура и спорт. Участие людей с ограниченными возможностями здоровья в занятиях физической культурой и спортом является не только средством лечения и реабилитации, но и важнейшим условием повышения самооценки собственного «Я», осознания себя потенциально полезным членом общества, а также обеспечения достойного уровня и качества жизни людей с инвалидностью в целом.

Психологическое значение занятия оздоровительной физкультурой и спортом для инвалида должно рассматривать каждую тренировку не только как победу, мышечную борьбу за восстановление силы, но и как источник радости. У спорта есть значительное преимущество перед формальными физическими упражне-

ниями — это фактор отдыха. Спорт как образец игровой деятельности восполняет потребность выражать жизненную радость и удовлетворение, заложенные в каждом человеке.

Во всем мире в последние годы делаются усилия по организации и развитию спорта для людей с ограниченными возможностями здоровья, с определенными нарушениями в двигательной или интеллектуальной функциях. Чтобы доказать себе и обществу право на активное существование в умственном и физическом плане лицам с ОВЗ нужен шанс, который ему может дать спорт.

В 30-е гг. XX в., Л.С. Выготский выдвинул принцип коррекционно-развивающей направленности личности детей с ограниченными возможностями здоровья, который был поддержан и стал ведущим отечественной дефектологии (Дульнев Л.В., 1981; Лапшин В.А., Пузанов Б.П., 1990; и т.д.). Ученые-исследователи делают акцент на том, что педагогическое влияние должны быть направлено не только на ослабление физических и психических недостатков детей с ОВЗ, но и на активное развитие психических и физических процессов, развитие их познавательной деятельности и формированию нравственных качеств.

Воспитание лиц с ОВЗ очень сложный процесс, зависящий от множества различных факторов. Для осуществления этого процесса требуется наличие специальных средств и методов. Одним из средств воспитание личности является адаптивная физическая культура, которая использует физические упражнения, соревновательную и игровую деятельность наиболее подходящие для детей с ограниченными возможностями здоровья.

Для процесса реабилитации и социальной адаптации ребёнка с ограниченными возможностями здоровья в окружающий мир являются физическая культура и спорт. У лиц с ОВЗ затруднён контакт с окружающим миром из-за его физического недостатка. Следствие этого ребёнок теряет уверенность в себе, чувство собственного достоинства и появляется чувство тревоги. С целю восстановления психического равновесия и возможности заниматься активной жизнедеятельностью ребёнку-инвалиду рекомендуют активные физкультурно-оздоровительные и спортивные занятия.

Адаптивная физическая культура – это вид физической культуры, которая, с одной стороны, адаптирована для людей с ОВЗ (с двигательными, ментальными расстройствами и пр.), а, с другой стороны, она увеличивает возможность адаптации людей с отклонениями в здоровье к жизни в обществе.

Адаптивная физическая культура развивает двигательные и физические возможности, исправляет нарушения, улучшает здоровье и продвигает инвалидов в другие слои общества. В процессе занятий адаптивной физической культурой у детей с ОВЗ появляется осознанное отношение к своим силам и уверенности в них, возникает потребность в систематических занятиях физической культурой и, вообще, в введении ЗОЖ (здорового образа жизни).

Английский нейрохирург Людвиг Гуттман считал, что инвалиды могут участвовать в некоторых видах спорта, тем самым, разрушил стереотипы по отношению к людям с физическими недостатками. Им на практике было доказано, что для лиц в ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья) спорт является средством для активной жизнедеятельности, восстановления психическое равновесия, что в свою очередь, дает возможность инвалиду приобщиться к полноценной жизни.

Если студенты с ОВЗ (*ограниченные возможности здоровья*) смогут развивать свои двигательные способности, занимаясь физкультурой, их здоровье будет улучшаться, они смогут изучить потенциал своего организма, у них появится желание постоянно выполнять физические упражнения, вести здоровый образ жизни, подготовиться к дальнейшей жизни. [1]

Одно из направлений развития физкультурно-спортивной среды для спортсменов с ОВЗ — это занятия спортом. Спортивные упражнения повышают функциональные возможности организма, имеют развивающую, усиливающую направленность, укрепляют сердечно-сосудистую, дыхательную пищеварительную системы организма, хорошо воздействуют на психику, мобилизуют волю, несут большое эмоциональное воздействие, увеличивают круг общения. Тем самым повышают мотивацию. [2]

Исследование мотивации спортивной деятельности спортсменов с ОВЗ используется в качестве способа формирования мотивации в спортивной подготовке, в определении дальнейшей корректировки двигательной сферы спортсменов и их адаптации к спортивной деятельности. Установлено, что наиболее важными мотивами для всех спортсменов с ОВЗ являются мотивы, направленные на самосовершенствование и на процесс спортивной деятельности.

Важными факторами для спортсменов-инвалидов являются потребность жить в обычном обществе, быть полезным людям и добиваться успехов в своем виде спорта. Отмечено их желание поддерживать спортивную форму постоянно, раскрывать свои способности, быть востребованными в обществе.

Занятия спортом у спортсменов с ограниченными возможностями здоровья больше способствуют укреплению здоровья, формированию разнообразных двигательных компенсаций, становлению навыков самообслуживания, восстановлению забытых связей с людьми, появлению возможностей для налаживания новых контактов в социуме, чем новые спортивные успехи. Так же спортивные соревнования являются для спортсменов с ограниченными возможностями здоровья способом очень нужного им общения, возвращают гармонию в психике, создают чувство полезности для общества, укрепляют чувство уверенности и уважения к себе, дают возможность вернуться к активной жизни.

Если у спортсменов без ОВЗ более ведущими мотивами являются самоутверждение, самовыражение, то у спортсменов с ОВЗ проявляются такие мотивы, как: накопление специальных знаний и навыков, отсутствие болевых ощущений, социальная значимость. Соревнования приводят их к осознанию важности адаптивного спорта и стремлению к передаче своего опыта.

Адаптивный спорт для лиц с ОВЗ является практически единственной и самой совершенной формой восстановления их психики, физического тела, социальных контактов.

Человек становится человеком благодаря социуму. Объединяясь в группу, он преобразует свою психику и ее деятельность в целом. Спортсмены вообще не могут быть изолированы от социума, так как спорт — это командный вид деятельности, даже если это одиночный вид. Речь идет о постоянном общении с тренером, психологом, членами команды. В спорте межличностное общение занимает важное место.

Спортсмены-инвалиды стремятся выразить через спорт себя, принимают успехи в нем как свою успешность в жизни общества, как популярность среди окружающих людей.

Итак, благодаря спорту человек удовлетворяет важнейшие потребности в общении, развитии личности, своего статуса в обществе.

Адаптивный спорт в последние годы стал настоящей формой возвращения спортсменов с ОВЗ в общество и их самореализации в жизни.

Он обеспечивает некоторым образом условия для исполнения человеком стремлений самораскрыться, стать лучше, добрее, общительнее, полезнее для окружающего мира. Спортсмен с ОВЗ становится активным членом общества.

Развитию и закреплению различных форм заболеваний способствуют определенные условия, которые не дают возможности человеку успешно бороться за

признание собственной личности окружающими и которые не предоставляют ему возможность испытать чувство удовлетворения от процесса самоутверждения и самореализации. Следовательно, укрепление и сохранение здоровья во многом обуславливаются активностью и устойчивостью человека к воздействию отрицательных факторов психической нагрузки.

Адаптивная физическая культура открывает резервные возможности организма ребёнка с ОВЗ и помогает ему заниматься спортивной деятельностью, что является важным средством компенсации нарушений в области социальной адаптации. Даже маленькие победы принесут положительные результаты и придадут ребёнку с ОВЗ уверенность в себе.

Литература.

1. Адырхаев, С. Г. К проблеме физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья. // Молодой ученый. - 2014. - №1. - С. 459-465.
2. Германов, Г. Н. Развитие спортивной мотивации и интереса к парусному спорту у детей с ограниченными возможностями здоровья. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2015. - №5 (123).
3. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы. – СПб.: Издательство Питер. - 2011.
4. Родионов, А. В. Психология физического воспитания и спорта. - М., 2010.

РОЛЬ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ В РАЗВИТИИ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА

Баймурадов Р.С.
(г.Бухара, Узбекистан)

В последние годы в психологии значительно возрос интерес к вопросам диагностики и формирования творческого потенциала и креативности личности.

Творческая деятельность проявляется в единстве познавательного, эмоционального, волевого, мотивационного, коммуникативного, рефлексивного и духовно-нравственного компонентов структуры личности человека и представляет собой вид специализированной деятельности, обусловленный органическим слиянием познавательной, ценностно-ориентационной и преобразовательной, обеспечивающей интенсивное развитие воображения, эмоциональной сферы, образной памяти, речи и мышления и других сторон целостной личности [7, 8, 10].

Творческий потенциал личности - системная характеристика (или система свойств личности), которая дает ей возможность созидать, творить находить новое, принимать решения и действовать оригинально и нестандартно. Эта система включает в себя следующие структурные компоненты:

— мотивационный компонент выражает уровень и своеобразие интересов и увлечений личности, заинтересованность и активность его участия в творческой деятельности, доминирующую роль познавательной мотивации;

— интеллектуальный компонент выражается в оригинальности, гибкости, адаптивности, беглости и оперативности мышления; легкости ассоциаций; в уровне развития творческого воображения и в использовании его приемов; в уровне развития специальных способностей;

— эмоциональный компонент характеризует эмоциональное отношение личности к процессу и результату творческой деятельности, эмоциональный настрой на нее, эмоционально-образные характеристики психики;

— волевой компонент, характеризует способность личности к необходимой саморегуляции и самоконтролю; качества внимания; самостоятельность к волевому напряжению, устремленность к цели творческой деятельности, требовательность к результату собственного творчества;

— духовно-нравственный компонент, характеризующий способность личности различить и избрать истинные нравственные ценности и следовать им в своей жизни. Последний компонент является интегрирующим в структуре творческого потенциала личности;

— рефлексивный компонент характеризует способность личности отражать результаты собственной деятельности, оценивать свои достижения и недостатки, вносить коррективы в процесс дальнейшей деятельности. Все названные компоненты образуют единую целостную структуру и составляют ядро личностного потенциала человека [4, 10].

Двигательная активность в жизни человека является фактором активной биологической стимуляции, фактором совершенствования механизмов адаптации, фактором не только физического, но и интеллектуального развития.

Двигательная активность благоприятно воздействуют на перцептивные, мнемические и интеллектуальные процессы. Современная физическая культура выполняет важные социальные функции по оптимизации физического состояния населения, организации здорового образа жизни, подготовке к жизненной практике. Она, как и любая сфера культуры, предполагает, прежде всего, работу с духовным миром человека – его взглядами, знаниями и умениями, его эмоциональным отношением, ценностными ориентациями, его мировоззрением и мировоззрением применительно к его телесной организации.

Возможности различных видов спорта в укреплении здоровья, коррекции телосложения и осанки, повышении общей работоспособности, психической устойчивости, наконец, в самоутверждении очень велики. При этом здоровье выступает как ведущий фактор, который определяет не только гармоническое развитие молодого человека, но и успешность освоения профессии, плодотворность его будущей профессиональной деятельности.

Физическое развитие, которое тесно связано со здоровьем, -- это процесс изменения и становления естественных морфологических и функциональных свойств организма человека в течение его жизни (рост, масса тела, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких и др.)

Общее физическое состояние человека зависит от многих факторов как естественных, гак и социальных, но главное - оно управляемо. С помощью соответствующим образом подобранных и организованных мероприятий с использованием физических упражнений, различных видов спорта, рационального питания, режима труда и отдыха и др. можно в широком диапазоне изменять в необходимом направлении показатели физического развития и функциональной подготовленности организма.

Именно поэтому физическая культура и спорт широко используются для укрепления здоровья, физического развития и подготовленности человека в современном обществе. Фактически физическая культура и спорт необходимы для социального становления молодого человека, являясь важным средством его всестороннего и гармонического развития.

Физическая культура и ее составная часть - студенческий спорт - в структуре образовательной и профессиональной подготовки будущих бакалавров и специалистов выступают не только в роли учебной гуманитарной дисциплины, но и как средство направленного развития целостной личности.

Современный труд специалиста, требующий в основном интеллектуальных усилий, длительных нервных напряжений, связанных с переработкой большого

потока разнообразной информации, существенно отличается от труда чисто физического. В последнем, мышечное утомление является нормальным физиологическим состоянием, выработанным в ходе эволюции как биологическое приспособление, предохраняющее организм от перегрузки.

Умственная же работа - достижение природы на более высоких ступенях ее развития, и организм человека, естественно, еще не успел адаптироваться к ней. Эволюция пока не выработала реакций, надежно предохраняющих центральную нервную систему от перенапряжений. Поэтому наступление нервного (умственного) утомления в отличие от физического (мышечного) не приводит к автоматическому прекращению работы, а лишь вызывает перевозбуждение, невротические сдвиги, которые, накапливаясь и углубляясь, приводят к заболеванию человека.

Не случайно ныне уделяется значительное внимание различным активным мерам профилактики, направленным на преодоление тех отрицательных последствий, которые связаны в жизнедеятельности человека с отдельными сторонами технического прогресса. В этом процессе не последняя роль отводится физической культуре и спорту, через которые можно укрепить здоровье, значительно поднять функциональные возможности, использовать резервы повышения общей дееспособности в различных условиях производства и быта - ведь адаптационные возможности организма человека чрезвычайно велики. Примером тому может служить высокий уровень специальной психофизической подготовленности космонавтов к совершенно необычным условиям жизнедеятельности в космосе. Об этом же говорят и выдающиеся достижения спортсменов в различных вилах спорта, зачастую превышающие сложившиеся представления о возможностях человеческого организма.

Повседневная учебная работа, зачетно-экзаменационные сессии с их интенсивной нагрузкой дважды в течение года, учебные и производственные практики -- все это требует от учащихся и студентов не только усердия, но и хорошего здоровья, хорошей психофизической подготовленности. Изучение многими исследователями бюджета времени студентов специальных заведений показало, что общая нагрузка учебной работой, включая и самоподготовку, в различных вузах, по факультетам (отделениям) и курсам в учебном году значительно колеблется. Она определяется конкретными условиями, трудоемкостью и сложностью изучаемых дисциплин, уровнем предварительной подготовленности и, конечно, отношением самого студента к учебе.

Одна из главных причин того, что физическая культура не всегда является основной потребностью человека — это смещение акцента при е. формировании на двигательные компоненты в ущерб интеллектуальному и социально-психологическому.

Следовательно, необходимо по-иному взглянуть на проблему формирования физической культуры человека, на е. теоретические основы, потому что этого требуют современные условия развития нашего общества. Ведь ценность физической культуры для личности и всего общества в целом, е. образовательное, воспитательное, оздоровительное и общекультурное значение заключается именно в формировании здорового образа жизни, развитии телесных и духовных сил. В современном обществе востребован здоровый, социально адаптированный человек.

Одним из эффективных средств оздоровления и физического развития человека являются физические упражнения аэробного характера. Среди их различных видов ведущее место занимает плавание. Исследователи Института Здоровья выделили пять видов спорта, которые обладают наилучшим оздоровительным потенциалом. Вторым по эффективности было отмечено плавание. [3]

Анализ отечественной и зарубежной литературы по проблеме психического и психологического здоровья показывает, что в применяемом ранее (а в некоторых источниках и до настоящего времени) понятии «психическое здоровье» отражается чаще всего как альтернатива состоянию психического нездоровья, нарушений психики. Изучение опыта работы различных специалистов позволяет утверждать, что во многих случаях в основе психологической практики лежит все та же парадигма «нездоровья», «дефекта». Однако следует отметить, что сегодня представления о психическом и психологическом здоровье в мировой практике в значительной степени основаны на данных о том, что практически в каждом человеке и уж наверняка в каждом новорожденном ребенке заложено активное стремление к здоровью, заложена тяга к развитию, к актуализации человеческого потенциала. Успешное становление ребенка как личности определяет не только его включение в общественную жизнь, нахождение своей ниши, но, в конечном счете, и прогресс развития общества в целом.

Психическое здоровье - важная составляющая общего здоровья человека. Это обусловлено тем фактом, что все элементы организма взаимосвязаны друг с другом и находятся под постоянным контролем нервной системы. Именно по этой причине состояние психики человека оказывает влияние на деятельность всех систем организма, а их состояние сказывается на психике человека.

Психическое здоровье – это состояние психологического и социального благополучия, при котором человек реализует свои возможности, эффективно противостоит жизненным трудностям и стрессу, осуществляет продуктивную осознанную деятельность и вносит свой вклад в развитие социума. В первую очередь это реализуется за счет стабильного, адекватного функционирования психики, а также основных психических познавательных процессов: памяти, внимания, мышления.

Бесспорным фактом является то, что психическое здоровье - индивидуальное явление. У разных людей при выполнении одной и той же деятельности может происходить разный уровень напряжения, особенно заметно это у детей. Например, учебный процесс может вызвать у одного ребенка очень высокое напряжение, а другой практически не прилагает усилий. Соответственно, одному ребенку будет требоваться восстановительный период, а другому - нет.

Они являются приоритетной группой, так как степень образованности, социализированные масштабы и уровень культуры, здоровья детей завтра материализуются в здоровье нации, в качество жизни народа, в новые технологии и безопасность социальной жизни, в авторитет страны в мире. Проблема психологического здоровья является актуальной и разрабатывается рядом исследователей (В.А. Ананьев, Б.С. Братусь, И.Н. Гурвич, Н.Г. Гаранян, В.Э. Пахальян, В.И. Слободчиков, А.М. Степанов, А.Б. Холмогорова и др.). Проблеме психологического здоровья детей посвящены труды И.В. Дубровиной, В.В. Давыдова, О.В. Хухлаевой, Г.С. Никифорова, Д.Б. Эльконина и др.). Научная категория «психологическое здоровье» была введена и наиболее детально разработана И.В.Дубровиной. Психологическое здоровье — это психологические аспекты психического здоровья, то есть совокупность личностных характеристик, являющихся предпосылками стрессоустойчивости, социальной адаптации, успешной самореализации.

Сохранение психологического здоровья учащихся является необходимой предпосылкой физического здоровья, школьной успешности и социальной адаптированности. [2]

Чем характеризуется психическое здоровье?

1. Умение выстраивать отношения с окружающими. Эти отношения в основном позитивные, доверительные (с узким кругом людей). В эту же категорию относят способность любить – принимать человека таким, какой он есть, избегать иде-

ализации и необоснованных претензий, эффективно решать конфликтные ситуации, способность не только брать, но и давать. Это относится не только к супружеским отношениям, но и детско-родительским.

2. Желание и способность работать. Это - не только профессиональная деятельность, но и творчество, вклад в общество. Создавать то, что ценно для самой личности, его семьи, общества – важно для психически здорового человека.

3. Автономия. Здоровый человек не делает того, чего ему не хочется. Он самостоятельно делает выбор и несет за него ответственность, не страдает зависимостью, не пытается компенсировать отсутствие контроля за одной из сфер жизни гиперконтролем в другой.

4. Понимание этических норм. В первую очередь, здоровый человек осознает смысл и необходимость следования им, однако является гибким в этом отношении - в определенных обстоятельствах он может позволить себе изменить линию поведения (в пределах разумного).

5. Эмоциональная устойчивость. Она выражается в способности вынести накал эмоций - чувствовать их, не позволяя им управлять собой. В любых обстоятельствах находиться в контакте с разумом.

6. Гибкость применения защитных механизмов. Каждый человек сталкивается с неблагоприятными жизненными обстоятельствами, и, будучи носителем такого нежного конструкта, как психика, применяет средства ее защиты. Здоровая личность выбирает эффективные методы и в разных ситуациях осуществляет выбор в пользу наиболее подходящего.

7. Способность к рефлексии. Вовремя обратиться к самому себе, проанализировать причины тех или иных событий в собственной жизни, понять, как поступить дальше и что это повлечет – эти умения также отличают здоровую личность.

8. Адекватная самооценка. Одна из составляющих психического здоровья - реалистичная самооценка, самовосприятие себя согласно действительным чертам характера и особенностям, отношение к себе с теплом, реальное понимание слабых и сильных сторон характера.

Психическое и физическое здоровье - явления взаимосвязанные. Сохраняя свою психику, мы заботимся об организме в целом. Нужно внимательно относиться к своему состоянию и при малейших подозрениях на психический дискомфорт обратится к специалисту для помощи и консультации.

Теоретический анализ литературы по проблеме психологического здоровья дает возможность сделать вывод, что оно зависит от социальных, экологических, культурных, психологических и других факторов и условий и требует дальнейшего исследования. Психологическое здоровье следует целенаправленно формировать. При этом особое внимание необходимо уделять занятиям физической культуры в развитии творческой составляющей психологического здоровья личности младших школьников.

Литература.

1. Большой психологический словарь/Сост. и общ. ред. Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко, – СПб: прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 672 с.

2. Пахальян В.Э. Проблемы качества психолого-педагогической помощи в условиях реформ. // Образование и психологическое здоровье: сборник материалов научно-практической конференции - Самара: Региональный социопсихологический центр, 2015, с. 9-18.

3. Переверзин И.И. Менеджмент спортивной организации. — М.: Физкультура и спорт, 2007.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА В ОБРАЗОВАНИИ УЗБЕКИСТАНА И ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ УЧАЩИХСЯ

Баратов Ш.Р
(г. Бухара, Узбекистан)

Важность службы психологического воспитания – психического здоровья детей – в первую очередь связана с перспективным направлением ее деятельности, направленной на своевременное и полноценное умственное и личностное развитие каждого ребенка. Эта цель может быть достигнута только в том случае, если психологическая служба обеспечивает непрерывность психологической помощи детям на разных возрастных этапах работы с детьми, когда сочетаются идеи, понимание, навыки взрослых, работающих с детьми одного возраста, и взрослых, работающих с детьми разного возраста. К основным задачам службы психологического воспитания относятся: 1) реализация возможностей развития и резервов развития во всех возрастных группах в работе с детьми; 2) развитие индивидуальных особенностей ребенка – интересов, способностей, наклонностей, чувств, отношений, увлечений, жизненных планов и т.д.; 3) создание психологического климата, способствующего развитию ребенка (в детском саду, интернате, школе и др.). Который в первую очередь определяется организацией продуктивного общения детей со взрослыми и сверстниками; 4) оказание своевременной психологической помощи и поддержки детям и их родителям, воспитателям и учителям. Основным средством достижения этой цели является создание благоприятных психолого-педагогических условий для полноценной жизни ребенка каждого возраста, для реализации возможностей развития индивидуальности, присущих соответствующему этапу онтогенеза. Поэтому деятельность службы психологического воспитания направлена на создание психологических и образовательных условий, обеспечивающих духовное развитие каждого ребенка, его душевный комфорт, что является основой психологического здоровья. Но, конечно, психолог создает необходимые условия с учителями и родителями учеников.

Служба психического здоровья – это организационная структура, и все ее подразделения должны работать четко и слаженно. Это возможно при четком понимании ваших целей. Психологическая служба обеспечивает психологическую составляющую обучения – его развивающий характер. Психолог не может и не должен заменять учителя, но может дать объективную информацию о том, как определенные образовательные программы отражаются на развитии детей в данном образовательном учреждении. Психолог и педагог могут совместно выбрать оптимальные способы решения образовательных задач с учетом особенностей педагогического коллектива, разработать технологии реализации профилактических программ и работы с родителями. Для проектирования, психологического сопровождения, рецензирования учебников, программ образовательной среды и других видов работ по основным направлениям деятельности требуется специальная подготовка, психологи различных специальностей. необходимы.

Обобщая вышесказанное, можно утверждать, что личность — это системное качество, которое приобретает индивид во взаимодействии с социальным окружением. Это взаимодействие протекает в трех ведущих формах: общении, познании и совместной деятельности.

Основными сферами личности являются:

– потребностно-мотивационная. Она включает различные потребности (испытываемые человеком нужды в определенных условиях жизнедеятельности и развития), мотивы (связанные с удовлетворением определенных потребностей побуждения к деятельности) и направленности;

– эмоционально-волевая. Сюда обычно включают субъективно окрашенные реакции, отношения к окружающему миру, усилия и их переживания. Обобщенно сюда следует относить эмоционально-волевые состояния, процессы и свойства личности;

– когнитивно-познавательная. Эта сфера обычно представляется как получение, хранение, узнавание, воспроизведение, забывание и преобразование информации. Обобщенно сюда следует относить когнитивно-познавательные состояния, процессы и свойства личности;

– морально-нравственная. Эта сфера включает личностные репрезентации основных нормативных регуляций действий человека, закрепленных в привычках, обычаях, традициях, принципах социальной жизни людей. Формально эта сфера проявляется в морально -нравственных состояниях, действиях, поступках и свойствах личности;

– экзистенционально-бытийная. К этой сфере следует относить субъективные самопрезентации существования личности. Эта сфера проявляется в состояниях самоуглубления, переживаниях своей самости, свойствах личности, обусловленных сопричастностью своему бытию в мире (например, экзистенциональная уверенность/ неуверенность);

– действенно-практическая. Сюда обычно относят проявления человека как деятеля, практически реализующего себя в окружающем мире. К ним могут быть отнесены демонстрации его способностей, навыков, умений, достижений; прагматические аспекты личности;

– межличностно-социальная. К этой сфере следует относить межличностные обмены информацией, взаимодействия, отношения. [1]

Методология и методика:

Теоретические и научно-методологические основы становления науки психологической службы восходят к давним историческим корням, связанным с формированием науки общей психологии. Конечно, наука о психологической службе непосредственно связана с периодами возникновения и развития исходных психологических понятий.

Принципы, лежащие в основе деятельности психологической службы.

Работа психолога в системе образования основана на определенной системе принципов. Главный принцип – принцип индивидуального подхода. Работа психолога направлена на выявление индивидуальных особенностей личности развивающегося человека, поиск путей его индивидуального развития и коррекции, решение индивидуальных проблем и трудностей в обучении и поведении. Второй важный принцип – это принцип взаимодействия психолога с учителями и родителями. Психолог входит в состав педагогического коллектива и вместе с родителями заинтересован в достижении общей педагогической цели – формировании полноценного члена общества. Третий основополагающий принцип – это принцип соблюдения прав и обязанностей психолога, которые регулируются соответствующими документами. Помимо общих принципов, выделяются также некоторые организационные принципы работы психолога. Это принцип разнообразия форм и методов работы, позволяющий избежать, с одной стороны, ограничений и узкой специализации профессионала, а с другой – хаоса,

1. Н.И.Шевандрин. Психодиагностика, Коррекция и Развитие личности. – М., Владос, 1998. – С 3-8.

бессистемности, приверженности моде и поверхностного отношения к своим обязанностям.

Важно соблюдать принцип морали, который позволяет психологу находить золотую середину между морализаторством и игнорированием моральных вопросов. Принцип преемственности, ведущий специалиста к усвоению современного уровня науки, предостерегающий от чрезмерного консерватизма и близости к инновациям и способствующий бережному подходу к опыту, накопленному предшественниками. Следующим важным принципом является принцип самореализации, поиска внутренних источников развития, позволяющих психологу активно противостоять как внутренней пассивности, так и самовозгоранию на работе. Реализация принципа профессионального сообщества – включение в профессиональное сообщество – осуществляется как напрямую через профессиональные организации психологов (например, ассоциации, общества и т. д.). Так и через чтение профессиональной литературы,журналов и т.д. Реализация этого принципа позволяет преодолеть склонность к самоизоляции и утрате профессионального самосознания.

Разделяя главную идею И.В. Дубровиной о сохранении психологического здоровья как цели психологической службы, оригинальную модель в сфере дополнительного образования детей разработал московский психолог А.В. Шувалов (2001). Он предлагает создать на базе образовательных учреждений кабинеты психологической помощи, так называемые камерные психологические поликлиники. Оказание психологической помощи происходит в два этапа: психологическое консультирование сменяется психотерапевтической работой.

Иную концепцию школьной психологической службы предлагает Л.М. Фридман, по мнению которого, ее цели должны соответствовать главной цели школы на современном этапе (1992).

- Концепция Л. М. Фридмана предполагает следующие виды работы школьного психолога:

- организацию приема детей в школу и комплектование ученических классов;

- налаживание дружеских, партнерских взаимоотношений учителей и родителей;

- изучение процесса личностного развития учащихся;

- оценку воспитанности учащихся.

М.Р. Битянова (автор оригинальной концепции психологического сопровождения) определяет сопровождение как систему профессиональной деятельности психолога в образовательной среде, направленную на создание эмоционального благополучия ребенка, его успешного развития и обучения. Она видит задачу педагога-психолога при взаимодействии с ребенком в создании условий для «продуктивного продвижения по тем путям, которые он выбрал сам в соответствии с требованиями педагога и семьи». Другими словами, автор считает, что психолого-педагогическое сопровождение - это научное психолого-педагогическое обеспечение образовательного процесса.

М.Р. Битянова выделяет три взаимосвязанных компонента сопровождающей деятельности педагога-психолога в школе:

• систематическое отслеживание психолого-педагогического статуса ребенка и динамики его развития в процессе школьного обучения;

• создание социально-психологических условий для развития личности учащихся и их успешного обучения;

• создание специальных социально-психологических условий детям, имеющим проблемы в развитии.

Мы считаем, что наиболе полно понятие “психологическая служба” представляет собой, во-первых, психологическая служба представляет собой

психологическое обеспечение различных социальных сфер: здравоохранения, образования, производства и других, — создавая особую сферу психологических услуг. Это система практического использования психологии для решения комплексных задач психологической экспертизы, диагностики, консультации в сферах производства, транспорта, образования, здравоохранения, охраны правопорядка и т. д. Иными словами, термином «психологическая служба» обозначают всю сферу практической психологии.

Во-вторых, психологическая служба обозначает и систему специальных учреждений, создаваемых в различных социальных институтах и организациях, призванных оказывать квалифицированную психологическую помощь нуждающимся в ней людям.

Заключение: Психологическая служба необходима для обеспечения социально-психологического развития человека и его деятельности в обществе. Человеческая деятельность оказывается более эффективной при соответствующей организации психологической службы, при которой чаще всего создаётся комплекс социально-психологических условий, благоприятно влияющих на развитие успешной деятельности и формирование иерархических систем социально-психологической защиты, обеспечивающих гармоническое соотношение между личностью и деятельностью. Изучение и анализ научной литературы по социальной психологии свидетельствует о недостаточности специальных исследований, в которых бы определялись и разрабатывались критерии психологической защиты, оптимально влияющие на социальный процесс деятельности человека. По итогам проведенной нами научно-исследовательской работы было установлено, что о проявлениях социально-психологической защиты в процессе деятельности можно судить по следующим показателям: а) по сформированности успешного индивидуального стиля деятельности человека; б) по проявлению успешного отношения, раскрывающего определенные социально-психологические параметры отношения к саморазвитию, совместному труду, в целом к социальному процессу деятельности; в) по нормально - эмоциональной активности (успешная саморегуляция, приспособление самого себя к деятельности, удовлетворение самим собой).

1. Анализ социально-психологических показателей деятельности учащихся и рабочих показывает, что в настоящее время в ряде учебных и трудовых организаций при зачислении на учёбу или работу у людей часто проявляются: ниже среднего уровня активно- положительное отношение к самой деятельности, неудовлетворенность совместной деятельностью в системе ученик-учитель, рабочий-руководитель, высокий уровень тревожности, усталости, подавленности, чувство беспомощности, неадекватности требований между потенциальными возможностями личности и выполняемой деятельностью. Эти и другие негативные явления можно устранить путём создания психологической службы в Узбекистане в разных сферах жизни общества, прежде всего учебных и трудовых организациях.

2. Значимость полученных в ходе нашего исследования данных обусловлена тем, что на основе предложенных нами критериев психологической защиты человеческой деятельности, во-первых, можно определить специфические показатели эффективности психологической службы в системе образования (причём в разных типах образовательных учреждений), в системе производства и во многих других сферах общественной практики; во-вторых, в дальнейшем разработать критерии психологической реабилитации для отдельных учащихся и рабочих; в третьих, определить специфические критерии эффективности психологической службы в области психологии обучения и психологии труда.

Литература.
1. Абрамова Г.С. Практическая психология / Абрамова Г.С. – Екатеринбург, 1998.
2. Детская практическая психология / Под ред. Т.Д. Марцинковской. – М., 2000.
3. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: вопросы теории и практики / И.В. Дубровина. – М., 1991.
4. Задачи и функции психолога в дошкольном учреждении / Под общ. ред. Л.А. Венгера. – М., 1993.
5. Нормативные правовые документы для педагогов-психологов образования / Сост. И.М. Каманов. – М., 2003. – №1. 6. Психологическая служба в образовании [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://forpsy.ru/works/ psihologicheskaya-slujba-v-obrazovanii/ (дата обращения: 28.12.2020).

ИЗУЧЕНИЕ ФЕНОМЕНА НАЦИОНАЛЬНОЙ ТОЛЕРАНТНОСТИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ

Бафаев М.М.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Из мирового опыта известно, что стабильность государства во многом зависит от его способности решать различные проблемы в межнациональных отношениях. В этом плане межнациональное согласие становится решающим фактором для любого многонационального государства.

В последние годы, с генерализацией культур по всему миру, миграционный процесс стал глобальным, с образованием диаспор с разными культурами, стилями жизни и языками в каждой стране, этнокультурами, этническими, миграционными и демографическими процессами разных наций и народов, проживающих на ее территории, и это утверждает, что изучение этнодинамики населения важно для поддержания мира и стабильности и является одной из наиболее актуальных проблем в исследованиях в этой области.

Известно, что толерантность – это личное или социальное качество, что означает признание того, что мир и социальная среда многогранны, и, следовательно, взгляды на этот мир также разные (В. Тишков). Национальная толерантность – это многогранная концепция, которую можно рассматривать в психологии с точки зрения личности и его или её отношения, системы ценностей, образования и развития.

Следует отметить, что национальная толерантность – это, с одной стороны, цель и результат воспитания, наряду с формированием определённых социальных отношений, а с другой стороны, достоинство и качества личности, проявляющиеся в человеческом поведении и отношениях. Вопросы толерантности, человечности, взаимного уважения, признательности, национальной толерантности находят своё отражение в работах энциклопедических ученых Востока Абу Наср Фараби, Абу Али ибн Сины, Абу Райхан Беруни, Алишера Навои, Джалолиддина Давани, Абдурахмона Джами, Унсурулмаали Кейкавус, также было научно изучено в наследиях Амира Тимура, Захириддина Мухаммада Бабура и других. Учёные дальнего и ближнего зарубежья Г. Олпорт, Т. Мендельберг, Дж. Милль, Дж. Локк, Дж. Олпорт, А. Тешфель, А. Вальцер, Г.Солдатова, А.Асмолов, И.Юсупов, В.Хотинец, Г.Бардиер, В.Петренко, Г.Стефаненко, П.Степанов, Н.Лебедева, В.Золотухина, Г.Андреева, Э.Богардус, В.Криско, Э.Шлягина научно проанализировали различные аспекты толерантности. На основании изученной литературы и

аналитических материалов можно сказать, что толерантность – характерная черта многогранных человеческих отношений, черта личности, связанная с чувством собственного достоинства, уважением к другим.

Вопросы толерантности у личности всесторонне проанализированы узбекскими учёными, в том числе П.Кабуловым, З.Кадыровой, А.Шариповым, В.Алиевой, О.Атамирзаевой, Р.Муртазаевой, С.Шермухамедовым, К.Хоназаровым, М.Хажиевой, М.Вахидовой, в научных исследованиях узбекских психологов М.Давлетшиным, В.Токаревой, Э.Газиевым, В.Каримовой, Г.Шаумаровым, Н.Сафаевым, А.Жабборовым, М.Маматовым, И.Махмудовым, Б.Ботировым, Ф.Татибаевой, З.Абидовой, Х.Жабборовым, Г.Саломовой, А.Рузиевым. Они рассматривали толерантность в гармонизации национальных интересов, технологии формирования толерантных качеств у приемных детей, толерантное мышление у детей в семье, толерантность в национальном сознании, социально-нравственное развитие молодежи посредством толерантности, этническое и национальное самосознание у учащихся начальных классов, ценности в формировании национального характера, этнические стереотипы в процессе социализации, толерантность у медицинских работников, этническая и национальная идентичность, социальные представления, духовные воспитание, этнические ценности, стереотипы, с точки зрения духовного становления личности в общественной жизни [3].

Толерантность – это терпимость к образу жизни, поведению, привычкам, чувствам, мнениям, идеям и убеждениям других. Толерантность – это осознанный, осмысленный и ответственный выбор человека, сложное, многогранное и составное явление, которое проявляется через позицию и действия человека по установлению определенных отношений.

Категория толерантности существует во всех языках народов, живущих на земле, но смысл ее разный. Например, в английском языке – это «способность восприятия без протеста», во французском – «уважение инакомыслия», в китайском – «проявление великодушия», в арабском – «снисходительность», в персидском – «терпимость, готовность к примирению и т.д.». В узбекском языке суть понятия толерантности не столь категорична и означает «широту души». В Узбекистане происходят коренные социально-экономические и исторические преобразования, которые интенсифицируют становление новой национально-государственной идентичности в менталитете узбекистанцев. Более того, толерантность, как один из основополагающих демократических принципов, предполагающий проявление великодушия и терпимости к образу жизни, поведению, чувствам, мнению, идеям и верованиям людей различных этнических групп, все более утверждается не только на государственном, но и на личностном, межгрупповом уровне [3, с. 35; 4]

Воспитание толерантности – это лишь начало, первая ступень в более длительном процессе развития культуры мира. *Толерантность* – это минимальное требование к общественным отношениям о недопустимости насилия и принуждения. В условиях толерантного общества может быть осуществлено полное раскрытие действительных возможностей человека и общества, включая эволюцию культуры мира и развития дружественных сообществ, которые ее принимают. *Толерантность* – это «активная нравственная позиция и психологическая готовность к терпимости во имя взаимопонимания между народами, социальными группами для позитивного взаимодействия с людьми иной культурной, национальной, религиозной или социальной среды» [1; 3]. Важнейшая цель воспитания толерантности состоит в утверждении ценности человеческого достоинства и неприкосновенности каждой человеческой личности. Это – главная и основополагающая ценность во всех теориях прав человека и во всех международных стан-

дартах прав человека; это – главный мотив для осуществления усилий по достижению мира и главный стимул для установления демократических форм правления. [3]

Отметим, что избранная в Узбекистане государственная стратегия, направленная на обеспечение мира и стабильности в Узбекистане, является верной и дальновидной и находит поддержку у большинства его граждан. Годы независимости страны убедительно подтверждают это [2; 3, с.26]. Нами осуществлен теоретико-методологический анализ исследуемой проблемы в процессе научного исследования «социально-психологические детерминанты формирования межнациональной толерантности в условиях глобализации». Это позволило расширить терминологический аппарат, сформулировать рабочее определение понятия *«толерантного сознания»,* под которым следует понимать систему установок, ценностных ориентаций, создающих предпосылки для установления межличностных отношений, характеризующихся открытостью, позитивным эмоциональным восприятием партнёра по взаимодействию, проявлением эмпатии по отношению к поведенческим реакциям и ценностям, мировоззрению других людей. Воздействуя на все эти факторы, можно оказывать целенаправленное влияние на формирование толерантного поведения в молодежной среде.

Литература.

1. Бафаев М.М. Психологические основы толерантности / М.М. Бафаев // Замонавий психология фанининг амалий имкониятлари: мавзусида хорижлик мутахассисликлар иштирокидаги илмий-амалий конференция материаллари. Ташкент, 2018. – Б. 128–131.
2. Бафаев М.М. Роль феномена толерантности в развитии современного общества. – Вестник НУУз. – Ташкент, 2017. – №1/3. – Б. 9-11.
3. Бафаев М. М. Глобаллашув жараёнида миллий бағрикенгликни шакллантиришнинг ижтимоий-психологик детерминантлари. – Психология фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD) илмий даражасини олиш учун ёзилган диссетация автореферати. – Тошкент, 2021. – 45 б.
4. Солдатова Г.У. Межэтническая напряженность / Г.У. Солдатова. Москва: Смысл, 1998. – 196 с.

ПСИХОЛОГИЯ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ КОНФЛИКТОВ В НАУЧНОЙ ЛИТЕРАТУРЕ

Бафаева З.Т.
(г. Бухара,Узбекистан)

Аннотация. В статье подробно рассматриваются возможные причины возникновения конфликтов, описывается система компонентов конфликта. Автор исследует различные уровни изучения конфликтов.

Ключевые слова**:** конфликт, противоречие, компоненты конфликта, межличностное взаимодействие.

Annotation. The possible reasons of occurrence of conflicts are in detail considered in article, the system ofcomponents of the conflict is described. Author investigates various levels of studying of conflicts.

Key words: (the conflict, the contradiction, conflict components, interpersonal interaction).

В настоящее время происходит глубокая и многоплановая перестройка психологии конкретного человека и жизни общества в целом. В этом процессе выявляются противоречия, конфликтные ситуации, обнажаются различные позиции. Конструктивно раскрывая и оценивая реальные столкновения и коллизии, возникающие в процессе этой перестройки, необходимо утверждать подлинный смысл демократии, ее ценности. Значимым условием решения поставленных проблем здесь выступают теоретические исследования содержания и динамики общественных отношений, их детерминирующей роли и соотнесенности с реальным общением и конкретными видами деятельности людей. В связи с этим возрастают потребность в развитии юридической и социальной психологии и их роль в повышении ряда важных управленческих про блем в сфере правопорядка. Одна из них – проблема конфликта.

По своей социально психологической природе конфликт есть следствие и проявление острых противоречий в сопряженных видах деятельности и общении людей. Сущность конфликта – столкновение противоречивых позиций, интересов, взглядов, целей; противоборство сторон в процессе межличностного (межгруппового) взаимодействия.

Сегодня одной констатации противоречивости общественной жизни недостаточно. Важно иметь систему знаний о причинах обострения существующих противоречий, о возможностях их предупреждения и разрешения, если они развиваются на негативной основе, об условиях допустимости конструирования конфликтов с положительной направленностью и определить пути реализации этих знаний каждым работником в той или иной сфере государственного управления.

Совершенствование деятельности органов внутренних дел также осуществляется через преодоление трудностей и противоречий, которые нередко достигают значительного психологического накала. В рамках демократического процесса обостряется борьба нового со старым за новый облик нашего общества. На различных управленческих уровнях происходит столкновение позиций по поводу административно нажимного стиля управления, организации работы сотрудников по борьбе с преступностью, профилактики, охраны общественного порядка, профессионального роста и расстановки кадров, соблюдения дисциплины и законности, материально технического оснащения, мер воспитания и применение критериев оценки результатов труда отдельных работников или подразделений в целом.

Деятельность и взаимоотношения людей в конфликтных ситуациях как в сфере внутреннего управления, так и во внешнем контуре управления органов внутренних дел до настоящего времени не были в обобщенном виде исследованы с позиций юридической и социальной психологии, хотя потребность в таких исследованиях давно назрела. Научный подход позволяет не только предвидеть возможность возникновения отдельных острых проблем в деятельности органов внутренних дел, но и заблаговременно разра батывать меры по их разрешению.

Понимание сущности современных общественных процессов, стратегии и тактики управления неразрывно связано с исследованием присущих им противоречий. Как объективная категория *противоречие* – это такое динамическое отношение между сторонами, свойствами, тенденциями предмета или явления, когда они взаимно предполагают, проникают друг в друга, одновременно отрицая друг друга. *Конфликт* как объективная философская категория – это существенный элемент диалектического противоречия, высшая фаза развития и крайне острая форма его выражения и разрешения.

Философский и исторический подходы к проблеме конфликта выделяют

его объективное содержание и механизм. Как и любое противоречие, конфликты в своей массе, будучи социальными явлениями, развиваются и регулируются в соответствии с объективными законами бытия. Объективные противоречия, преломленные в сознании людей, играют роль одного из субъективных факторов в общественной практике и в сфере управления.

Большой объем фактов и явлений, которые в общественной жизни именуются как конфликты, нуждается в выделении следующих уровней их изучения: философского или методологического, социально-психологического; индивидуально психологического.

Философский или методологический уровень рассмотрения изучаемой проблемы позволяет избежать произвольности толкования упрощенного понимания конфликта как сугубо психологической категории.

Категория межличностного (межгруппового) конфликта не распространяется на макроструктуру общества и не затрагивает качественных характеристик проблемы противоречий на уровне общественно экономических формаций, классов, наций и государств. Это объясняется принципиальной несводимостью понимания социально экономических и политических процессов к их исключительно социально психологической трактовке.

Вместе с тем методологический подход к психологическому пониманию конфликтов предполагает взаимную представленность в них некоторых положений, характеризующих острые противоречия в социальных процессах, и наоборот, присутствие элементов развития противоречий на уровне микросреды в общей картине социальных противоречий.

Социально психологический уровень позволяет ограничить круг острых противоречий, охватываемых понятием конфликта в рамках данной отрасли психологии.

Вопрос об использовании данных и возможностей психологии – в повышении эффективности управления органами внутренних дел и деятельности по укреплению правопорядка в стране.

Вооруженность знаниями психологии помогает руководителю глубже понимать противоречия, возникающие в процессе руководства людьми, в том числе и обостренную форму этих противоречий; конфликты, природа которых еще недостаточно изучена. Особое значение приобретают знания психологических закономерностей конфликтов для сотрудников органов внутренних дел. Их повседневная деятельность и общение во внешней среде функционирования требуют психологически оправданной активности и инициативы в решении конкретных вопросов борьбы с преступностью и охраны общественного порядка, межличностных взаимоотношений сотрудников ОВД в коллективе.

Индивидуально психологический уровень конфликтов связан с анализом личностных параметров противодействующих сторон. Эти индивидуальные особенности оказывают влияние на осознание причин конфликта, окраску форм его проявления, динамику развития, тактику поведения его участников и исход противоборства. Абстрагируясь от условий реального взаимодействия людей, можно, конечно, говорить об индивидуальном «психологическом портрете» личности «на входе» в конфликт и «на выходе» из него. Однако личностные параметры носят в реальном конфликте лишь относительно автономный характер, поскольку человек, его деятельность и общение социальны в своей основе.

Конфликт как психологическое явление, связанное с взаимодействием, носящим характер противоборства, на межличностном или межгрупповом уровнях характеризуется системой познавательных, эмоциональных, волевых

и мотивационных параметров или компонентов.

Познавательные компоненты конфликта выступают как существенные детерминанты поведения.

Характерными познавательными или когнитивными явлениями у противодействующих в конфликте сторон служат: противоречивость взаимного восприятия; искаженность представлений об индивидуальных особенностях друг друга; акцентирование внимания не на целостной картине происходящих событий, а на ее отдельных фрагментах, заостренность памяти на негативных обстоятельствах, связанных с контактами конфликтующих сторон в прошлом; взаимное недопонимание; навязчивость и постоянное возвращение мыслей в русло противоборства; поиск аргументов.

К интеллектуальным компонентам в психологической структуре конфликта относится и так называемый эффект сужения сознания как явление, вызван-ноекрайне обостренным противоборством.

Эмоциональные компоненты конфликта представляют собой совокупность переживаний его участников. Соответствие этих переживаний реальному противодействию людей в конфликте связано с эмоциональной чувствительностью, особенностями эмоционального склада и степенью воспитанности чувств у конфликтующих сторон, эмоциональной самооценкой, способностями к сопереживанию, к пониманию эмоций и чувств другой стороны. К наиболее типичным явлениям в конфликте относятся: эмоциональная невосприимчивость или, наоборот, легкая ранимость; состояние потрясения; взаимная антипатия или обоюдная возбудимость и раздражительность и т.д.

Волевые компоненты конфликта проявляются как совокупность усилий, направленных на преодоление разногласий и иных трудностей, возникающих в результате противоборства сторон, и на достижение целей, преследуемых участниками конфликта.

К ним, в частности, относятся: взаимная демонстрация противоречивости позиций, взглядов, устремлений, протеста, внутреннего сопротивления; упрямство, негативизм, грубость; неисполнительность; недисциплинированность и т.д.

В конфликте могут проявляться и положительные волевые акты. Им способствуют такие волевые особенности, как выдержка и самообладание, стойкость и мужество, смелость и энергичность, инициативность, дисциплинированность и целеустремленность. Проявление указанных волевых качеств позволяет локализовать конфликт, пресечь его разрастание, если он носит разрушительный характер, и достигнуть, несмотря на противодействие, общественно полезных целей.

Мотивационные компоненты конфликта образуют его ядро, характеризуют сущность несовпадения позиций участников противоборства. Объективно мотивы открываются в результате анализа поступков предметной деятельности каждой из конфликтующих сторон. Субъективно они выступают в форме осознания переживаний, желаний, стремлений к достижению взаимоисключающих целей общего либо частного порядка.

Наиболее характерными мотивационными компонентами конфликта выступают: осознанная острая несовместимость потребностей людей в ситуации противоборства; обоюдные корыстные или эгоистические ориентации; резкий контраст в отношениях к обществу, коллективу, к самому себе и к вещам; взаимные негативные предубеждения, проявления профессиональной деформации в интересах, отношениях и установках конфликтующих сторон.

К положительным мотивационным параметрам конфликта относятся: проявление потребности в борьбе за утверждение социально полезных целей;

высокий уровень правосознания и нетерпимое отношение к нарушению моральных и правовых норм; добросовестное отношение к труду; установка на разрешение конфликтов в интересах дела.

Такова психологическая структура конфликта в ее развернутом виде. Тем не менее на уровне обыденного сознания психологические компоненты структуры конфликта выступают в более обобщенном, свернутом виде.

Таким образом, каждый человек обладает личностными качествами, своими привычками и предубеждениями, которые с неизбежностью влияют на характер контактов с другими людьми. Следовательно, общение в форме столкновений – есть результат индивидуальных различий между людьми. Они возникают тогда, когда поступки участников одной ситуации имеют антагонистическую направленность.

Литература.

1. Платонов К.К., Глоточкин А.Д. Воинские коллективы // Коллектив и личность. - М., 1975.
2. Конфликты в деятельности и общении работни ков органов внутренних дел (психолого-управленческий аспект). - М.: Академия МВД СССР, 1988.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ЭФФЕКТИВНОГО СОТРУДНИЧЕСТВА УЧИТЕЛЯ И УЧАЩИХСЯ В ПРОЦЕССЕ РАЗВИВАЮЩЕГО ОБУЧЕНИЯ

Бекназарова Л.С.
(г.Карши, Узбекистан)

Аннотация. В данной статье отражены психологические теории о том, что педагогическое сотрудничество студентов в современной системе образования выступает как социально-психологический фактор обеспечения эффективности самостоятельного обучения и дальнейшего повышения качества образования в результате их взаимодействия.

Ключевые слова: человеческих взаимодействий, социально-ценностный комплекс идей, сотрудничества, учащихся вузе, развивающее обучение, общеучебными, формирования, функционирования.

Abstract. This article reflects the psychological theories about the fact that pedagogical student cooperation in the modern educational system is as a social psychological factor in ensuring the effectiveness of independent training and further improving the quality of education as a result of their interaction.

Key words: human interactions, socio-value complex of ideas, cooperation, university students, developmental learning, general educational, formation, functioning.

Актуальность исследования определяется растущей потребностью общественной практики в знании психолого-педагогических механизмов формирования и функционирования условий эффективного сотрудничества учителя и учащихся как фактора успешности реализации развивающего обучения, а также недостаточной разработанностью этой проблемы в педагогической науке.

Постоянные динамические процессы, происходящие в обществе, влекущие изменения социально-экономических условий оказывают существенное влияние на процессы развития и воспитания подрастающего поколения, в этой связи актуальность проблемы эффективного сотрудничества непреходяща, поскольку мно-

жественность и динамичность факторов ее определяющие создают все новые и новые условия.

В ситуации радикальных социально-экономических преобразований в Узбекистане высшим гуманистическим смыслом отечественного образования является утверждение отношения к человеку как к самоценности, создание условий для свободного развития каждого человека.

В конце 80-х - начале 90-х гг. XX в. изменения, происшедшие в нашей стране, неизбежно повлекли за собой пересмотр педагогических подходов. Повсеместно возникло движение педагогов-новаторов. Но опыт педагогов-новаторов не стал оформившейся системой. Не были представлены конкретные педагогические технологии, сотрудничество не могло быть реализовано в силу того, что это - сложный вид человеческих взаимодействий.

Системное знание о педагогических условиях эффективного сотрудничества в развивающем образовательном процессе может быть получено при комплексном использовании потенциала развивающего обучения в разностороннем студентов. Перевод учебного процесса на уровень личностного взаимодействия означает переход на качественно другой уровень, уровень сотрудничества. Значимость отношений сотрудничества в учебной деятельности была исследована Ш.А. Амонашвили, А.С. Белкиным, А.А. Бодалевым, И.П. Волковым, Л.С. Выготским, Е.Н. Ильиным, Я.Л. Коломенским, А.А. Леонтьевым, С.Н. Лысенковой, А.В. Мудриком, В.Д. Семеновым и мн. Др. Е.А.Козыревой, Е.В. Коротаевой, Б.Г. Матюнина, В.Д. Семенова, Г.А. Цукерман, ДБ. Эльконина и В.В.Давыдова, др.

В настоящее время в науке накоплен богатый материал, который позволяет по-новому взглянуть на потенциалы построения эффективного сотрудничества учителя и учащихся в условиях развивающего обучения в вузе.

Влиянию психологических особенностей студентов на взаимодействие с окружающим миром и учителем посвящены работы Г.Э. Азимова, Н.Б.Андриановой, Н.Л. Джавадова, ИМ. Данилина, В.Ф. Ивановой, Т.М. Красневской, А.И. Савенкова, Т.И. Юферевой и др. Исследовались также особенности общения студентов со взрослыми и учителем (Е.А. Козырева, В.И. Максакова, Н.М. Неупокоева, Е.С. Сухарева).

Обобщенной системой взглядов и убеждений учителя XXI века становится гуманизм как социально-ценностный комплекс идей, утверждающих отношение к человеку как к высшей ценности, в этой связи выдвигаются требования к педагогу создавать условия для полноценного взаимодействия субъектов, условия для самопознания и саморегулирования личности ученика, для социально приемлемой самореализации и самоутверждения ученика. Условием активного развития личности является благоприятный социально-психологический климат в группе учащихся, «атмосфера обращенности к человеку» (В.А. Сластенин), «положительный климат» (Н.П. Аникеева), «атмосфера оптимистической уверенности» (НЕ, Щуркова).

Несмотря на богатейший материал по проблемам эффективного сотрудничества учителя и учащихся вузе остаются потенциалы совершенствования педагогического труда в виде уточняющих условий и технологий.

Было выявлено противоречие между имеющимися наработками в области сотрудничества и растущей потребностью общественной практики в знании психолого-педагогических механизмов формирования и функционирования условий эффективного сотрудничества учителя и учащихся вузы с учетом изменяющихся социально-экономических условий воспитания и развития подрастающего поколения.

Термин «развивающее обучение» обязан своим происхождением В.В.Давыдову. Сегодня его употребление столь разносторонне, что необходимо специальное исследование для уяснения его современного значения.

Под развивающим обучением следует понимать: - новый активно-деятельностный способ (тип) обучения, идущий на смену объяснительно-иллюстративному способу (типу).

Развивающее обучение учитывает закономерности развития студента, приспосабливается к уровню и особенностям индивидума. В развивающем обучении ребенок является полноценным субъектом деятельности. Оно направлено на развитие целостной совокупности качеств личности (современный этап педпрактики - это переход от информационно-объяснительной технологии обучения к деятельностно-развивающей, формирующей широкий спектр личностных качеств ребенка. Важными становятся не только усвоенные знания, но и сами способы усвоения и переработки учебной информации, условия развития творческого потенциала учащихся). Г.К.Селевко [1] классифицирует личностные качества следующим образом:

ЗУН - знания, умения и навыки; СУД - способы умственных действий; СУМ - самоуправляющие механизмы личности; СЭН - эмоционально-нравственная сфера; СДП - деятельностно-практическая сфера. ЗУНы определяют так называемую «обученность» личности, то есть объем сведений, информации, имеющихся в памяти, и элементарных умений и навыков по их воспроизведению. Интеллектуальные умения по применению и творческому преобразованию информации относятся к другой группе качеств личности - СУД (способом умственной деятельности). Важнейшими способами работы («общеучебными» умениями и навыками) являются:

1. Умения и навыки планирования учебной деятельности; осознание учебной задачи; постановка целей; выбор рационального и оптимального пути их достижения; определение последовательности и продолжительности этапов деятельности; построение модели (алгоритма) деятельности; планирование самостоятельной работы на уроке и дома, планирование работы на день, неделю, месяц.

2. Умения и навыки организации своей учебной деятельности: организация своего рабочего места в классе; организация режима работы; определение порядка и способов умственных действий.

3. Умения и навыки оценки и осмысливания результатов деятельности; оценка различных сторон явлений; рефлексивный анализ и т.д.

В научной литературе нередко понятие «становление» синонимично «формированию» и «развитию». Мы же придерживаемся точки зрения, согласно которой категория «становления» характери з ир у ет существование нового, как еще незавершенного, но уже реально действующего и дающего положительные результаты в учебном процессе.

«Новое» как одна из реализуемых возможностей уже начало и частично осуществило свой переход в действительное в рамках обучения в вузе, но его превращение в «ставшее» проходит за её пределами. Это довольно длительный период, который состоит из нескольких этапов и базируется на идее утверждения «субъект - субъектных» отношений, а эта система носит развивающийся характер.

Сотрудничество возникает как встречные усилия учителя и учеников и превращается в сущее в первые годы обучения студента в вузе, в процессе его взаимодействия и общения с ведущим учителем и переносятся на отношения с другими учителями вузе, родителями и одноклассниками.

Существует ряд причин субъективного и объективного характера, мешающих осуществлению этого процесса: укоренившиеся стереотипы построения взаимоотношений между стедентом и преподавателем, репродуктивный характер пере-

дачи и усвоения знаний, нежелание и неумение участников образовательного процесса менять свое отношение к обучению, их недостаточная заинтересованность в процессе освоения знаний и т.д. В связи с этим и возникает необходимость в исследованиях становления сотрудничества учителя и ученика в процессе развивающего обучения в современных социально-педагогических условиях, как сонаправленных их эмоциональных, интеллектуальных, волевых усилий.

Моментом «становления» эффективного сотрудничества будет проявление учеником себя как субъекта учебно-воспитательной деятельности. Индивидуально-психологические личностные особенности которого будут выражаться в эмоциональной устойчивости, уверенности в себе, доброжелательности в отношениях с другими субъектами учебного процесса, в отсутствии демонстративности в поведении, способности к рефлексии и наличия у него потребности в сотворчестве, сотрудничестве, помощи и т.п.

Сотрудничество учителя с учащимися вузе чаще всего рассматривается через взаимодействие, взаимоотношения, отношение, деятельность и общение субъектов. Особое место занимают в этом ряду общественные и психологические отношения человека.

Отношение как универсальная философская категория характеризует взаимозависимость элементов определенной системы. Отношения вещей и явлений друг к другу бесконечно многообразно: пространственные, временные, причинно-следственные, отношения части и целого, формы и содержания, внешнего и внутреннего и т.д

Литература.

1. Психология развивающейся личности /Под ред. А.В. Петровского. - М., 2007. - 234 с.
2. Мудрик А.В.Социология воспитания.- М., 2007,- 144 с.
3. Макаренко А.С. Избранные педагогические сочинения в 2-х т. Т.1.- М., 2001,- 220 с.
4. Леонтьев А.А. Психология общения.- М.: Смысл, 2010.- 250 с.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОБЩЕНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Бекова Ш.
(г. Карши, Узбекистан)

Аннотация. В данной статье рассматриваются индивидуально-психологические особенности детей дошкольного возраста и общение, которое определяется как основа межличностных отношений в процессе их социализации.

Ключевые слова: дошкольный возраст, ситуативно-личностное; ситуативно-деловое; внеситуативно-познавательное; внеситуативно – личностное, общения, игровые отношения.

Abstract. This article discusses individual-psychological characteristics of children of preschool age and communication, which is defined as the basis of interpersonal relations in the process of their socialization.

Key words: preschool age, situational-personal; situational-business; non-situational–cognitive; non-situational - personal, communication, play relationships.

Несомненно, система современного дошкольного образования очень важна и актуальна. В тоже время существуют проблемы современного образования. Все знают, что именно в дошкольном возрасте у ребенка закладываются особенности личности и определяется качество его физического и психического развития. Если проигнорировать особенности развития ребенка в этом возрасте, то это может неблагополучно сказаться на его дальнейшей жизни.

Обратим внимание на общение ребенка. В настоящее время, как в нашей стране, так и за рубежом наблюдается усиление интересов к проблеме общения. Преобразования, происходящие в российском образовании, требуют изменений в процессе воспитания, активизируют поиск новых подходов к воспитанию дошкольников, способствующих развитию детей. общение — это умение слышать и слушать, умения входить в контакт со сверстниками и взрослыми, умение выражать свои мысли, понимать речь.

Дошкольный возраст — главный период в воспитании ребенка. Он является возрастом первоначального становления личности ребенка. Но в это же время в общении ребенка со сверстниками возникают довольно сложные взаимоотношения. Потребность в общении становится основной потребностью ребенка. Общение со сверстниками играет важнейшую роль в жизни дошкольника.

К проблеме детского межличностного отношения в дошкольном возрасте обращались многие отечественные и зарубежные исследователи: Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин, А. В. Запорожец, Я. Л. Коломинский, В. Н. Мясищев, А. П. Усова, А. С. Спиваковская, В. С. Мухина, Н. Я. Михайленко, М. И. Лисина, Т. А. Репина, А. Маслов, А. Бандура, И. И. Томпсон, Д. Е. Мэй и др.

Общение - основное условие развития ребенка, важнейший фактор формирования личности, один из главных видов деятельности человека, устремленный на познание и оценку самого себя посредством других людей. С первых дней жизни ребенка общение является одним из важнейших факторов его психического развития. В дошкольном возрасте последовательно сменяют друг друга четыре формы общения ребенка с взрослыми:

-ситуативно-личностное;

-ситуативно-деловое;

-внеситуативно-познавательное;

-внеситуативно - личностное. (по М.И.Лисиной)

Изменяется содержание общения, его мотивы, коммуникативные навыки и умения. Формируется один из компонентов психологической готовности ребенка к школе - коммуникативный. Ребенок избирательно относится к взрослым, постепенно начинает осознавать свои отношения с ними: как они к нему относятся и что от него ждут, как он к ним относится и что от них ожидает.

Первая форма – ситуативно-личностная форма общения – характерна для младенчества. Общение в это время зависит от особенностей сиюминутного взаимодействия ребенка и взрослого, оно ограничено узкими рамками ситуации, в которой удовлетворяются потребности ребенка. Непосредственно-эмоциональные контакты являются основным содержанием общения, поскольку главное, что привлекает ребенка, - это личность взрослого, а все остальное, включая игрушки и прочие интересные предметы, остается на втором плане. В раннем возрасте ребенок осваивает мир предметов. Ему по-прежнему необходимы теплые эмоциональные контакты с мамой, но этого уже не достаточно. У него появляется потребность в сотрудничестве, которая, вместе с потребностями в новых впечатлениях и активности, может быть реализована в совместных действиях со взрослым. Ребенок и взрослый, выступающий как организатор и помощник, вместе манипулирует предметами, выполняют все более сложные действия с ними. Взрослый показывает, что можно делать с разными вещами, как их использо-

вать, раскрывая перед ребенком те их качества, которые тот сам не в состоянии обнаружить. С появлением первых вопросов ребенка: “почему?”, “зачем?”, “откуда?”, “как?”- начинается новый этап в развитии общения ребенка и взрослого.

Ситуативно-деловое общение. В конце первого года жизни социальная ситуация слитности ребенка и взрослого взрывается изнутри. В ней появляются два противоположных, но взаимосвязанных полюса - ребенок и взрослый. К началу раннего возраста ребенок, приобретая стремление к самостоятельности и независимости от взрослого, остается связанным с ним и объективно (поскольку ему необходима практическая помощь взрослого), и субъективно (поскольку нуждается в оценке взрослого, его внимании и отношении). Это противоречие находит свое разрешение в новой социальной ситуации развития ребенка, которая представляет собой сотрудничество, или совместную деятельность ребенка и взрослого.

Общение ребенка с взрослым теряет свою непосредственность уже во 2-й половине младенчества: оно начинает опосредоваться предметами. На втором году жизни содержание предметного сотрудничества ребенка с взрослым становится особенным. Содержанием их совместной деятельности становится усвоение общественно-выработанных способов употребления предметов. Своеобразие новой социальной ситуации развития, по словам Д. Б. Эльконина, заключается в том, что теперь ребенок «...живет не вместе с взрослым, а через взрослого, с его помощью. Взрослый делает не вместо него, а совместно с ним». Взрослый становится для ребенка не только источником внимания и доброжелательности, не только «поставщиком» самих предметов, но и образцом человеческих, специфических предметных действий. И хотя на протяжении всего раннего возраста форма общения с взрослым по-прежнему остается ситуативно-деловой, характер делового общения существенно меняется. Такое сотрудничество уже не сводится к прямой помощи или к демонстрации предметов. Теперь необходимо соучастие взрослого, одновременная практическая деятельность вместе с ним, выполнение одного и того же дела. В ходе такого сотрудничества ребенок одновременно получает и внимание взрослого, и его участие в действиях ребенка, и главное — новые, адекватные способы действия с предметами. Взрослый теперь не только дает ребенку в руки предметы, но вместе с предметом передает способ действия с ним.

Центром внимания становятся исследования внутренних конфликтов, приводящих к изоляции от сверстников, к выпадению ребенка из совместной жизни и деятельности дошкольной группы. Поэтому своевременная диагностика детских взаимоотношений становится актуальной на современном этапе развития детского коллектива. Но полноценное общение не может быть без коммуникативных умений, которые необходимо развивать с самого детства, например, в процессе сюжетно-ролевой игры. Но не все воспитатели уделяют должное время этому виду деятельности. В основном это случается потому что воспитатель проводит сюжетно-ролевую игру только по просьбе детей.

Условия жизни в период дошкольного детства расширяются: рамки семьи раздвигаются до пределов улицы, города, страны. Ребенок открывает для себя мир отношений, разных видов деятельности. Он испытывает сильное желание включиться во взрослую жизнь, активно в ней участвовать, что, конечно, ему еще недоступно. Ребенок стремится к самостоятельности. Из этого противоречия рождается ролевая игра — как самостоятельная деятельность детей, моделирующая жизнь взрослых. Ведущая деятельность в дошкольном возрасте — игра. В игре дети учатся общению друг с другом. Ролевая игра появляется в дошкольном возрасте. Это — деятельность, в которой дети берут на себя роли взрослых людей и

в игровых условиях воспроизводят деятельность взрослых и отношения между ними.

Ребенок, исполняющий определенную роль, имеет соответствующий образ — мамы, доктора, водителя, пирата — и образцы его действий. Образный план игры важен, без него игра просто не может существовать. Но хотя жизнь в игре протекает в форме представлений, она эмоционально насыщена и становится для ребенка его действительной жизнью. В игре ребенок познает смысл человеческой деятельности, начинает понимать и ориентироваться в причинах поступков людей. Познавая систему человеческих отношений, он начинает осознавать свое место в ней. Игра стимулирует развитие познавательной сферы ребенка. Разыгрывая фрагменты реальной взрослой жизни, ребенок открывает новые грани действительности. Отражение ребенком окружающей действительности происходит в процессе его активной жизнедеятельности, путем принятия на себя определенной роли. Выполняя взятую на себя роль, дошкольник многократно возвращается к тому первообразцу, каким является для него окружающий мир, осваивается в нем, познает его. Произвольность действий детей является характерной особенностью сюжетно-ролевых творческих игр.

Воображение, фантазия помогают ребенку восполнить пробелы в знаниях об окружающем и замещать необходимые для игры предметы. Поэтому ролевая игра — это как своеобразный мостик, дающий возможность ребенку переходить от действительности в область фантазии и наоборот, при этом каждый раз отталкиваясь от реальной жизни. Мотивом является внутренняя потребность ребенка в активном участии в жизни взрослых. В ролевой игре дети отражают свой окружающий мир, они могут воспроизводить сцены из семейной жизни, из взаимоотношений взрослых, трудовой деятельности и так далее. В игре осуществляются два вида взаимоотношений — игровые и реальные. Игровые отношения — это отношения по сюжету и роли, реальные взаимоотношения — это отношения детей как партнеров, товарищей, которые выполняют общее дело. В совместной игре дети учатся языку общения, взаимопониманию, взаимопомощи, учатся подчинять свои действия действию других игроков. Игра — одно из средств сплочения детского коллектива. Кроме того, игра помогает не только копировать сценки из жизни, но и учит детей коммуникабельности и установлению общения друг с другом. Любая игра подчиняется правилам — поэтому игровая деятельность еще и помогает детям учиться придерживаться каких-то правил. Игровая деятельность влияет на формирование психических процессов. Так как, в игре начинают развиваться произвольное поведение, произвольное внимание и память. В условиях игры дети лучше сосредоточиваются и больше запоминают, чем по прямому заданию взрослого. В играх проявляется творческое воображение ребенка, который учится пользоваться предметами и игрушками как символами явления окружающей жизни, придумывает разнообразные комбинации превращения, через взятую на себя роль выходит из круга привычной повседневности и ощущает себя активным «участником жизни взрослых» (Д. Б. Эльконин).

В играх ребенок не только отражает окружающую жизнь, но и перестраивает ее, создает будущее. Как писал Л. С. Выготский в своих работах, «игра ребенка не есть простое воспоминание о пережитом, но творческая переработка пережитых впечатлений, комбинирование их и построение из них новой действительности, отвечающей запросам и влечениям самого ребенка». Помимо этого, в игре, выполняя различные роли, ребенок становится на разные точки зрения и начинает видеть предмет с разных сторон, это способствует развитию мыслительной способности человека, позволяющей представить другой взгляд и другую точку зрения. Игра оказывает большое влияние на умственное развитие дошкольника. Действуя с предметами-заместителями, ребенок начинает понимать в условном

пространстве. Предмет-заместитель становится опорой для мышления. Часто игра служит поводом для сообщения дошкольникам новых знаний, для расширения их кругозора.

С развитием интереса к труду взрослых, к общественной жизни, к героическим подвигам людей у детей появляются первые мечты о будущей профессии, стремление подражать любимым героям. Все это делает игру важным средством создания направленности личности ребенка, которая начинает складываться в дошкольном детстве. Внутри игры начинает складываться и учебная деятельность. Учение вводит воспитатель, оно не появляется непосредственно из игры. Дошкольник начинает учиться, играя. К учению он относится как к своеобразной игре с определенными ролями и правилами. Выполняя эти правила, он овладевает элементарными учебными действиями. На что нужно обратить внимание современному педагогу? Во-первых, на то, что игра — любимый вид деятельности дошкольников. И как бы ни были важны занятия, подготовка к школьному обучению, природа ребенка требует реализации потребности в игре. Во-вторых, на то, что иными стали любимые роли и сюжеты. Отсюда следует что игровую культуру детей надо изучать и учитывать её особенности в педагогическом процессе. В игре, как во всякой деятельности детей, воспитателю принадлежит ведущая роль. В игре взрослые многому учат детей, формируют их моральные качества. Советы и предложения воспитателя поддерживают интерес детей к игре, помогают довести ее до конца. Это важно для воспитания у дошкольников настойчивости, целенаправленности, умению общаться.

Особенно нуждаются в такой поддержке дети с неустойчивыми интересами, нетерпеливые, слишком подвижные. Влияя на содержание игры, воспитатель тем самым влияет и на отношения между детьми. Участие в игре взрослого способствует зарождению первых проявлений ролевого поведения и общения. Девочку, молча кормящую куклу, воспитатель побуждает к высказываниям вопросами: «Это твоя дочка? Как ее зовут? Она любит кашу?" и т. д. Общение при этом как бы вплетается в новую для ребенка предметную деятельность. Непосредственный контакт между ребенком и взрослым осуществляется посредством предмета и действиями с ним. Все это выражается в предметная деятельность, подготовке к овладению речью и начало первого этапа становления активной речи ребенка. Как научить ребенка играть в сюжетно-ролевые игры? Недаром игру называют «ведущей деятельностью ребенка» — именно благодаря игре ребенок постигает окружающий мир предметов и людей.

Ребенок должен овладеть этой деятельностью и насытиться ею, чтобы к школьному возрасту он уже не путал учебную мотивацию с игровой, различал, когда нужно выполнять требования, а когда только имитировать их понимание. Существует несколько стадий игры: Первая — это игра ролевая, когда ребенок просто уподобляет себя кому-то, называя мамой, папой, медведем, зайцем, Бабой Ягой и т. д. Вторая — игра сюжетная, при которой он разыгрывает истории, имеющие начало, развитие и конец, истории, которые могут не оканчиваться в один день и продолжаться на следующий. И, наконец, третья стадия — игра с правилами, когда ребенок не просто действует согласно логике сюжета, но в состоянии выработать и принять систему ограничений (норм и правил), которые действуют для всех. Первые две стадии способствуют раскрытию творческих возможностей ребенка, его артистизма, непосредственности, последняя служит продуктивному и легкому для ребенка общению, его социализации. Склонность к игровой деятельности присуща не всем людям и зависит от особенностей темперамента. Дети застенчивые, излишне зажатые иногда предпочитают интеллектуальную деятельность, спортивные или компьютерные игры. Как приучить их к играм традиционным? Во-первых, начать играть с ребенком самим. Во-вторых, придумать или при-

гласить посредника — куклу, другого ребенка, которые охотно принимают участие в игре. Следите только за тем, чтобы этот посредник не оказался излишне активным и не «забил» вашего малыша. В-третьих, попутно поощряйте в ребенке все возможные проявления инициативы и фантазии — пусть он придумывает новые слова, образы, ассоциации, новые игры и новые роли. Если он стесняется и не обладает должным артистизмом, предоставьте ему придумать сюжет игры самому. Очень полезны театрализованные представления, сочетающие элементы кукольного театра или шоу масок — для застенчивых детей особую важность имеет тот факт, что никто не видит их лица, не узнает их.

Выводы

Воспитателям необходимо не занимать время, отведенное для игры, другими видами деятельности.

Создать игровую среду в соответствии с возрастными особенностями, учитывать уровень развития детей, игровая среда должна быть динамичной. Атрибуты сюжетно-ролевой игры должны быть расположены в легко доступном для детей месте.

Эффективным приемом руководства играми детей младшего дошкольного возраста является прямое участие педагога в игре детей на главных ролях, причем первоначально рекомендуется использовать индивидуальную игру с данным ребенком, а в конце четвертого года жизни рекомендуется применять игру педагога с подгруппой детей.

В руководстве детей большое место занимает косвенные приемы руководства, чтобы не мешать ребенку, самостоятельно играть, т. к. только самостоятельная сюжетно-ролевая игра в наибольшей степени способствует развитию ребенка и учит его общаться со сверстниками.

Руководство игрой должно строиться на основе результатов наблюдения за самостоятельной сюжетно-ролевой игрой детей и их общению во время игры.

Педагог должен как можно чаще ставить ребенка в позицию «взрослого». Это способствует развитию самостоятельности у детей, умению общаться.

Литература.

1.Диденко, И. В. Проблема общения у дошкольников / И. В. Диденко. — Текст: непосредственный //Аспекты и тенденции педагогической науки: материалы III Междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, декабрь 2017 г.). — Санкт-Петербург: Свое издательство, 2017. — С. 39-42.
2. Венгер Л.А., Мухина В.С. «Психология». - М.,1998.
3.Лисина М.И. «Проблемы онтогенеза общения». – М.,1996.
4.Немов Р.С. «Психология. Книга 2». - М.,1995.
5. «Психическое развитие воспитанников детского дома». //Под ред. И.В. Дубровиной, А.Г. Рузской. - М.,1990.

ДИНАМИКА ПРЕДСТАВЛЕНИЙ РОДИТЕЛЕЙ И ПЕДАГОГОВ ОБ АДАПТАЦИИ ШКОЛЬНИКОВ В НАЧАЛЬНЫЙ ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ

Булатова Д.Ю., Карпова Е.В.
(Россия)

Аннотация. Представлены результаты изучения представлений родителей и педагога об адаптации младших школьников. Установлено, что представления и родителей, и педагога об адаптации младших школьников имеют определенную динамику к концу обучения в начальной школе. Представления педагогов об адаптации первоклассников являются более точными и объективными по сравнению с представлениями родителей.

Ключевые слова: адаптация, дезадаптация, младший школьный возраст, педагог, родители.

Annotation. The results of studying the ideas of parents and teachers about the adaptation of younger schoolchildren are presented. It is established that the ideas of both parents and teachers about the adaptation of younger schoolchildren have a certain dynamics by the end of primary school. Teachers' ideas about the adaptation of first-graders are more accurate and objective than those of parents.

Keywords: adaptation, maladaptation, primary school age, teacher, parents.

Проблема адаптации исследовалась в психолого-педагогических работах достаточно широко и интенсивно. Особое внимание уделялось и уделяется адаптации детей к условиям школьной жизни в начальный период обучения. Поскольку поступление в школу – это переломный период в жизни ребенка, требующий совместные действия и учителей, и родителей, чтобы этот период адаптации сделать как можно более безболезненным [Заика, 2014, с. 335]. И очень важно, по нашему мнению, рассматривать совпадения или несовпадения представлений педагога и родителей об адаптации первоклассников в качестве важного фактора их адаптации. Знание о совпадении или несовпадении их представлений может выступить в качестве фактора, который может оптимизировать усилия и педагогов, и родителей в направлении обеспечения успешной адаптации первоклассников.

Исходя из актуальности данной проблемы, нами было проведено исследование представлений педагога и родителей об адаптации их детей в начале обучения в начальной школе и в конце. Мы предположили, что: во-первых, представления и родителей, и педагога об адаптации младших школьников меняются на протяжении обучения в начальной школе; во-вторых, динамика представлений об уровне адаптации школьников учителем является более точной, чем родителей.

В качестве испытуемых выступили младшие школьники 1 «Б» класса Гайнской СОШ. Всего в исследовании принял участие 21 ученик. Использовались следующие методики: Опросник для изучения особенностей адаптации первоклассников к школе (Л.М. Ковалева), его заполнял педагог; методика «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе» (В.И. Чирков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина), её выполняли родители.

Были получены следующие результаты. По мнению учителя на момент обучения в первом классе 62% детей имеют серьезную степень дезадаптации. Причинами ее являются такие показатели как гиперактивность и импульсивность; низкая мотивация учебной деятельности; нарушения интеллектуальной деятельности. Меньше всего первоклассников со средней степенью

дезадаптации. И только у 28% учащихся педагог отметил нормальный уровень адаптации.

Согласно представлениям родителей, 59% детей характеризуются как нормально-адаптированные к школе. Эта категория детей положительно относится к школе, знания и навыки усваивает быстро. 39% детей - с неполной адаптацией, это дети, у которых в выполнении домашних заданий встречаются ошибки, требуется контроль со стороны взрослых к ребенку. Лишь 2% детей, по мнению родителей, имеют серьезную степень дезадаптации. Это проявляется в плохом усвоении школьной программы, в отказе выполнять домашнее задание, агрессии. Налицо весьма существенное несовпадение представлений педагога и родителей об адаптации детей. Их мнения носят противоположный характер. Родители в отличие от педагога высоко оценивают уровень адаптации детей.

Далее нами был подсчитан коэффициент ранговой корреляции по Спирмену между показателями этих двух методик. Он является значимым, отрицательным (-0.88, p=0.001). Следовательно, чем выше оценивают уровень адаптации детей родители, тем ниже дает оценку уровня их адаптации педагог. Налицо подтверждение факта резко противоположного характера представлений об адаптации первоклассников педагога и родителей.

Данные методики также были проведены и в начале обучения в четвертом классе. Нами были получены следующие результаты. По мнению учителя, 19 % детей имеют серьезную степень дезадаптации. У 33% детей педагог отметил среднюю степень дезадаптации. И у 48% учащихся уровень адаптации достигает нормы. Согласно представлениям родителей 90% детей являются нормально адаптированными. И лишь 10 % учащихся входят в зону неполной адаптации.

Далее был подсчитан коэффициент ранговой корреляции по Спирмену между показателями этих двух методик. Он является сильным и обратным (-0,852, p=0.001). Другими словами, коэффициент ранговой корреляции статистически значим и ранговая корреляционная связь между оценками по двум тестам значимая. Таким образом, также как и в первом классе представления родителей и педагогов об адаптации детей в 4-ом классе остаются несовпадающими и даже носят противоположный характер.

Педагог отмечает рост уровня адаптации, дает более точные, дифференцированные оценки уровня адаптации детей к моменту окончания ими начальной школы. По мнению родителей, изначально хороший уровень адаптации детей в начале обучения в начальной школе становится еще лучше и на момент ее окончания. Родители демонстрируют некритичную оценку адаптации детей, что может иметь негативные последствия.

Следовательно, представления об адаптации первоклассников у их родителей и педагога имеют определенную динамику к концу обучения в начальной школе. А именно: представления родителей становятся еще более некритичными (высоко оценивают уровень адаптации детей как в 1, так и в 4 классе, что не соответствует объективным данным). Представления педагогов об адаптации первоклассников являются более точными и объективными по сравнению с представлениями родителей. Эти результаты позволяют утверждать, что совпадения представлений, правильное понимание и родителями, и педагогом того, как именно адаптируется ребенок, выступают важнейшим фактором, который необходимо учитывать при оценке адаптации первоклассников.

Литература.

1. Анфалова Д.Ю. Сравнительный анализ представлений педагогов и родителей об адаптации первоклассников. // Современные тенденции развития начального образования: материалы IV Междунар. студ. науч.-прак. конф. БГПУ, 2020.

2. Гасилина М.А. Исследование проявлений дезадаптации у детей 6-7 лет к образовательной среде дошкольной организации // Вестник ЮУрГУ. Серия «Образование. Педагогические науки. 2017. Т.9. №3. С. 51-60.
3. Заика Д.А. Адаптация первоклассников к школе // Молодой ученый. 2014. №12. С. 333–335.
4. Карпова Е. В. Социально-психологическая адаптация первоклассников // Вестник ЯГПУ. 1996. № 2. С. 15-17.
5. Шилова Т.А. Диагностика психологической дезадаптации детей и подростков// Аврис ПРЕСС. 2004. С.3–14.

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ В ЭПОХУ ЦИФРОВИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Володина Е.И.
(г. Ярославль, Россия)

Аннотация. В статье приведены программы и центры развития для одаренных детей. Рассматриваются проблемы, возникающие у современных детей в эпоху цифровизации образования. Показано, какие положительные аспекты могут быть у указанных проблем.

Ключевые слова: одаренность, образование, цифровизация, ИКТ, социальные сети.

Annotation. The article presents programs and development centers for gifted children. The problems arising in modern children in the era of digitalization of education are considered. It is shown what positive aspects these problems may have.

Keywords: giftedness, education, digitalization, ICT, social networks.

Правительство Российской Федерации все большее внимание уделяет развитию одаренных детей. В последние десятилетия разрабатываются различные акты и программы, направленные на развитие системы поддержки одаренных детей. Среди них можно выделить:

- Постановление Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2015 года №1239, в котором утверждены правила выявления детей, проявивших свои способности и сопровождения их дальнейшего развития.
- Образовательный фонд «Талант и успех», который осуществляет организацию выявления и сопровождения дальнейшего развития одаренных детей.

Поддержкой талантливых ребят также выступают различные материальные награды: именные стипендии, премии и гранты президента РФ, а также финансовое обеспечение фондов и детских центров (Сириус, Артек, Орленок и др.)

В Ярославской области существует Ярославский региональный инновационно-образовательный центр «Новая школа», на базе которого, в частности, проводятся программы повышения квалификации педагогов по работе с одаренными детьми, проходят занятия для школьников, а также при поддержке центра проводятся различные конкурсы и олимпиады.

Возникновение термина «цифровизация» связано с быстрым развитием, прежде всего, информационно-коммуникационных технологий. Цифровизацию в данном случае можно рассматривать как использование возможностей онлайн и инновационных технологий всеми участниками образовательного процесса [1].

Казалось бы, как цифровизация может помешать развитию технически одаренных детей, ведь одаренность в физике и технике можно описать как «сформи-

рованность такой мыслительной операции, как моделирование, преобладание в мышлении теоретического над эмпирическим, рационального над эмоциональным, логического над интуитивным» [2], а Вадим Андреевич Крутецкий выделяет в математической одаренности такие компоненты как способность формализовать материал и оперировать формальными структурами; способность сокращать процесс рассуждения, мыслить свернутыми структурами [3].

1. В ходе работы в школе и общения с педагогами, работающими с одаренными в технической сфере детьми, выявилось несколько проблем, с которыми дети могут столкнуться в эпоху развития информационно-коммуникационных технологий. С развитием социальных сетей, дети видят других одаренных ребят не только по всей стране, но и по всему миру. Из-за этого у них может снизиться чувство индивидуальности. Они больше не будут считать, что в них есть что-то особенное, а поэтому могут перестать даже пытаться развивать свои способности. С другой стороны, понимание того, что есть такие же способные как он, или даже более одаренные дети, не дает уровню его самооценки становиться чрезмерно высоким.

2. Снижение концентрации внимания за счет большого количества времени, проведенного в социальных сетях. Когда перед ребенком постоянно мелькает разнообразный контент и быстро сменяющиеся картинки, ребенку может быть сложнее сосредоточиться на выполнении больших и сложных задач в последствии. Будет возникать сложность даже с тем, чтобы прочитать условие задачи, не говоря уже об ее решении.

3. Использование калькуляторов позволяет избежать вычислений в уме. Это плохо, потому что счет в уме – это постоянная зарядка для мозга, а также тренировка памяти. С другой стороны, особенно это касается старших школьников или даже студентов, счет на калькуляторе позволяет больше времени уделить продумыванию решения, а не промежуточным вычислениям.

4. На этапе, когда информационные технологии были менее развиты, чем сейчас, технически одаренным детям было проще и интереснее познавать что-то новое. Например, если сравнить технически одаренных детей 20 и 21 века, которые увлекаются робототехникой. И если в двадцатом веке ребенок, занимающийся робототехникой, должен был приложить усилия, чтобы найти нужный материал, провести большую исследовательскую работу, то сейчас практически все есть в сети Интернет. Все это не способствует развитию познавательных способностей ребенка, а также его таланта. С другой стороны, когда ИКТ более развиты, то информация более доступна, легче найти что-то интересное. Получается своеобразный парадокс, что, чем больше информации, тем, с одной стороны, сложнее найти что-то нужное из-за большого потока, но с другой стороны, найти легче опять-таки из-за большого количества информации.

На самом деле важно то, как именно общество применяет современные технологии для развития детей, ведь при правильном использовании ИКТ возможно в должной мере обеспечить развитие будущего поколения, а также поддержать интерес и мотивацию у детей с большим потенциалом.

Литература.

1. Бим-Бад, Б. М. Информатизация образования / Б. М. Бим-Бад. - Текст : электронный // Педагогический энциклопедический словарь. - М., 2002. - С. 109-110. - URL:
https://pedagogical_dictionary.academic.ru/1312/Информатизация_образования (дата обращения: 14.08.2022).
2. Шомполов, И.Г. Система выявления, поддержки и развития молодежи, одаренной в области физики [Текст]: автореф. дис. д п н И.Г. Шомполов – М – 36С.

3. Крутецкий, В.А. Психология математических способностей школьников [Текст] / В.А. Крутецкий. – М. Институт практической психологии; Воронеж: НПО «МОДЭК» - 416С.

КИБЕРПРОСТРАНСТВО СОВРЕМЕННОГО ДЕТСТВА

Волченкова А.А., Рябинина А.М.
(г. Ярославль, Россия)

Аннотация. В статье представлен теоретический анализ виртуальной реальности современного ребенка. Обсуждается влияние факторов киберпространства Интернет-среды на развитие эмоционально-волевой сферы, на процесс социализации личности. Анализируются преимущества и недостатки компьютерных игр, социальных сетей в контексте принципиально нового культурного пространства. Обсуждаются возможные способы усиления социальных компетентностей современных детей.

Ключевые слова: цифровизация, виртуальная реальность, Интернет-среда, современный ребенок.

Abstract. The article presents a theoretical analysis of the virtual reality of a modern child. The influence of cyberspace factors of the Internet environment on the process of personality socialization is discussed. The advantages and disadvantages of computer games and social networks are analyzed in the context of a fundamentally new cultural space. Possible ways of strengthening the social competences of modern children are discussed.

Key words: digitalization, virtual reality, Internet environment, modern child.

Введение. Современная реальность такова, что дети с раннего возраста играют в виртуальном мире. Реальная игра утрачивается, и возникают негативные последствия: постепенно жизнь в реальном мире вещей заменяется жизнью в мире символов, образов, симуляций: «Перспектива того, что отношения между людьми примут форму отношений между образами, и есть перспектива виртуализации общества. В этой перспективе появляется возможность трактовать общественные изменения, различая старый и новый типы социальной организации с помощью дихотомии «реальное/виртуальное» [Иванов, 2004, с.375].

Мы, вслед за Г.У. Солдатовой, рассматриваем Интернет как культурное орудие, способствующее порождению не только новых значений, смыслов, феноменов, но и новых форм деятельности, новых культурных и жизненных практик детей и подростков в современном мире [Солдатова Г.У., Рассказова Е.И., 2017].

Цель: теоретический анализ влияния компьютерных игр и социальных сетей на процесс социализации современного ребенка.

Исследовательские задачи. Как показывает социальный анализ современной образовательной реальности, существует высокая необходимость в теоретическом и эмпирическом изучении проблем, которые возникают вследствие влияния Интернет-среды на школьников.

Во-первых, современная социокультурная ситуация характеризуется всплеском интереса к взаимодействию в Интернет-пространстве, возрастающей ролью Интернета и социальных сетей в жизни современных детей. Данная ситуация приводит к снижению социальных навыков, которые являются

необходимым этапом личностного развития, что, в свою очередь, является важнейшей проблемой для изучения.

Во-вторых, проблема, которая связана с особенностями развития воображения современных детей. Все больший игровой интерес современных детей лежит в виртуальном пространстве, а не в среде социальной. Отметим, что игра с компьютером — это всегда действие по заранее прописанным алгоритмам. Играющий приходит в компьютерную игру на все готовое, он не творит игру. Тогда компьютерная игра сходна с квазиигрушкой (акробат на турнике), описанной А.Н. Леонтьевым [Леонтьев А.Н., 1983]. Таким образом, развитие воображения находится в затрудненных условиях, поскольку не рождается настоящая игра, которая так необходима для развития воображения, мышления и личности ребёнка в целом. Поскольку игра детей не возникает стихийно, она складывается под руководством взрослого и в совместной деятельности с ним.

Дискуссия. Усиление вовлеченности подростков в виртуальное киберпространство и влияния деятельности в нем на их социальные и психологические характеристики ведет к снижению эффективности социального интеллекта в реальности. Это проявляется в том, что все сложнее поддерживать межличностные отношения в реальности, поскольку все сложнее понимать и держать под контролем свои эмоции и проявлять эмпатию по отношению к другим. Как следствие, это ведет сначала к ухудшению социальной адаптации, а затем к «цифровому аутизму» - состоянию, при котором молодые люди не могут поддерживать длительный психологический контакт друг с другом, не интересуются внутренним миром другого человека, а люди вообще для них становятся заменяемыми, потому что подростки не видят ценности каждого из них в отдельности.

Далее отметим негативные последствия для развития личности современных детей.

Многие дети не могут сопротивляться влиянию виртуальной реальности, не умеют отличать положительные воздействия от отрицательных. Кроме того, для них виртуальный мир ничем не отличается от настоящего.

Со стороны физиологических функций появляются такие нарушения, как проблемы со сном, синдром «сухих глаз», нарушения осанки, боли в спине, головные боли [Камбулова Т.Г., 2021, с.36; Карпов А.В., 2022].

Со стороны когнитивной сферы у современных детей и подростков негативным последствиям подвержены все психические процессы – ухудшается ощущение и восприятие, снижаются внимание и память, определенным образом работает мышление, речь также претерпевает качественные изменения.

Так, например, из-за того что в социальных сетях много разной информации, время, проведенное в Интернете, увеличивается в несколько раз. Все это негативно сказывается на самочувствии, физическом и психологическом здоровье. Большой объем информации отрицательно влияет на нервную систему: появляется раздражительность и агрессивность. Внимание быстро истощается, оперативная память быстро заполняется – все это ведет к утомлению и снижению показателей когнитивной деятельности.

Онлайн-общение отрицательно влияет на речь и правописание. Скудный словарный запас, орфографические и грамматические ошибки — все это результат коммуникаций в Интернете.

Со стороны эмоционально-волевой сферы нельзя не отметить следующие негативные последствия. Эмоциональная неустойчивость (возбудимость, импульсивность, тревожность, апатия, быстрая смена настроения), демонстративное поведение, нарушения сна практически всегда проявляются у детей и подростков. Жестокость, которая присутствует в играх, провоцирует

развитие агрессивности, неспособности сопереживать. Сюжеты игр могут переноситься в реальную жизнь. Детский и подростковый возраст – время становления ценностных ориентаций личности. Многие игры препятствуют формированию гуманистической системы ценностей.

Со стороны социальной сферы все чаще отмечается неумение современных детей и подростков устанавливать и поддерживать контакты с людьми в реальном мире, как следствие возникают трудности с социализацией, а именно снижение навыков социального общения. Подмена взаимодействия в жизни ведет к потере чувства реальности. В живом разговоре нельзя поставить смайл. Понятия «добавить в друзья», «удалить из друзей» создают ощущение, что в реальной жизни также просто строятся отношения, а это не так.

Все выше становятся риски натолкнуться на вредную информацию, призывающую к употреблению наркотиков, суициду, информацию о псевдорелигиозных и мистических действиях, сектах и т.д. [Челышева И.В., 2014, с.124-125].

Наряду с негативными последствиями, отметим преимущества высокой виртуальной адаптации современных детей.

Одно из них – стратегическое планирование. Игроку требуется применять множество хитростей и уловок, чтобы получить наилучший результат. Для победы в игре участнику необходимо досконально изучить особенности используемого оружия и различных приспособлений, которые он получает в процессе прохождения заданий. На это требуется большое количество времени и множество попыток. Таким образом, игрок обретает необходимый для прохождения заданий опыт. Ведь современные компьютерные игры не поддаются новичкам, а требуют от игрока внимательности, ловкости и смекалки. В течение игры приходится решать массу задач: с какой стороны лучше зайти на тот или иной объект, как применить оружие, какие комбинации наиболее успешные для прохождения уровня.

Многие игры рассчитаны на участие нескольких игроков. От успехов и неудач одного человека зависит общий результат целой команды. И именно поэтому игрокам стоит научиться быть частью целого, а не просто играть за себя. Интересы команды в этом случае должны быть выше своих. Не подвести друзей, выполнить свою задачу – такие навыки человеку пригодятся не только в компьютерной игре, но и в реальном мире.

Компьютерные игры имеют практическую направленность. В настоящее время активно используются различного рода симуляторы, которые позволяют тренировать определенные навыки, находясь при этом у себя дома или в специальных учебных классах, не подвергаясь никакой излишней опасности. Например, существует серия игр America`s Army, которая финансируется правительством США и служит отличным полигоном для обучения реальных солдат. А в симуляторе автомобильных гонок Assetto Corsa Competizione время от времени практикуются и принимают участие в турнирах профессиональные гонщики.

Виртуальное киберпространство способствует изучению истории и культуры. Далеко не все компьютерные игры основаны на фэнтезийных мирах. Разработчики из некоторых игровых студий при создании своих проектов вдохновляются реальными историческими событиями и временами в целом. Таким образом, оказывается и образовательное воздействие определенных участков киберпространства: можно смотреть познавательные фильмы и узнавать информацию о режиссерах, слушать классическую музыку и узнавать больше о композиторах, музыкальных инструментах; читать редкие книги, изучать иностранные языки.

Выводы. Значение проведенного теоретического исследования имеет научную ценность: доказывается, что когнитивное и личностное развитие цифрового поколения происходит в качественно иной форме, подчиняется иной логике, в отличие от традиционно принятых положений в возрастной психологии. Как результат, при сложном взаимодействии традиционной деятельности с деятельностью в Интернет-среде возникает совершенно новый образ жизни современного ребёнка, изучение которого необходимо продолжать.

Отметим практическую ценность проведенного анализа: с помощью практикующих психологов, педагогов и родителей у детей должно формироваться понимание того, что такое современные цифровые технологии, для чего они нужны. В связи с этим на плечи родителей и педагогов должно ложиться воспитание правильного отношения к техническим устройствам.

Важно рассматривать «цифрового ребёнка» не отдельно от нас, а рядом с нами, в отношениях с нами, без отрыва от ситуации, в которой он воспитывается и обучается. Выстраивать отношения с ребенком через себя – педагогов, родителей – путем применения современных образовательных технологий в рамках образовательного процесса и внеурочной деятельности. Реализовывать такие образовательные технологии, как здоровьсберегающие, технологию мастерских, которые позволяют создать безопасную социальную среду и возможность реализовать максимально индивидуализированный подход к каждому ребенку.

Литература.

1. Иванов Д. В. Общество как виртуальная реальность // Информационное общество: сб. М.: АСТ, 2004. С. 375.
2. Камбулова Т.Г., Першонкова Е.А., Негативное влияние компьютерных игр на психику ребенка // Вестник Таганрогского института имени А.П. Чехова, 2021. №1. С. 33-38.
3. Карпов А.В., Методологические основы психологического анализа информационной деятельности: монография / А.В. Карпов. – Ярославль: Филигрань, 2021. С. 616.
4. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения: В 2-х т. Т. I —М.: Педагогика, 1983.
5. Солдатова Г.У., Рассказова Е.И. Мотивация в структуре цифровой компетентности российских подростков // Национальный психологический журнал, 2017. №1(25). С. 3–14.
6. Челышева И.В. Социальные сети в жизни современных школьников // Российский журнал истории, теории и практики медиапедагогики, 2014. №2. С. 121-126.

КУЛЬТУРНАЯ СПЕЦИФИКА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ

Гамзаева М.И., Арестова О.Н.
(Россия)

Аннотация. В современной России насчитывается более 180 национальностей, каждая из которых отличается своей культурой. В статье обсуждается необходимость внимательного отношения к культурному контексту жизни клиента, служащего инструментом для продуктивного взаимодействия с

ним, а также рассматриваются культурные детерминанты консультативного процесса.

Ключевые слова: кросс-культурные исследования, мультикультурное консультирование, культурная специфика, кросс-культурные различия.

Annotation. There are more than 180 nationalities in modern Russia, each with its own culture. The article discusses the necessity of paying attention to the cultural context of client's life as a tool for productive interaction with him, and also considers the cultural determinants of the counseling process.

Keywords: cross-cultural studies, multicultural counseling, cultural specificity, cross-cultural differences.

Введение. Кросс-культурное, мультикультурное или культурно-специфическое консультирование содержит в себе цель обращения к сложностям культуры в контексте психологической помощи. Так, в кросс-культурном консультировании двое или более людей, имеющие разную культурную принадлежность, ценности и жизненный стиль, пытаются работать вместе [Sue и др., 1982]. В контексте индивидуального консультирования культурная специфика учитывает этнические, религиозные и расовые ценности [Ганиева, 2020], гендерно-ролевые и социально-бытовые особенности, являющиеся основой для понимания клиента, а именно его потребностей, мотивов и ценностно-смысловой иерархии личностной структуры [Леонтьев, 1971].

Кросс-культурные исследования когнитивных процессов у представителей восточных и западных культур показывают, что при наличии универсальных свойств мышления, памяти, внимания и восприятия, существуют также культурно-специфические. Современный этап исследований направлен на разработку методологии, позволяющей построить модель, которая описывает связь данных факторов с психологическими особенностями. В настоящее время одной из них является многоуровневая модель культурных детерминант познания Ю. Миямото [Miyamoto, 2013; Самойленко и др., 2015]. В модели представлены следующие уровни факторов (детерминант):

1) дистальные (религия, экология, социальная среда, ведущая деятельность общества);

2) проксимальные (предметная среда, язык, коммуникативные практики, образовательные стили и ценности, игры);

3) индивидуальные (Я-концепция, мотивация, когнитивные стили, категоризация и атрибуция).

В ряде исследований показано, что значение детерминант третьего уровня, такие как, например, мотивация, категоризация, преобладает у представителей индивидуалистических культур, в то время как у коллективистских культуры в большей степени имеют значение детерминанты первого и второго уровней [Арестова и др., 2018; 2022]. Данные кросс-культурных исследований позволяют полагать, что в консультативной практике стратегии взаимодействия с клиентом могут обладать разной эффективностью в зависимости от культурной принадлежности. Важным является понимание того, как принято себя вести в культуре клиента, что требует от консультанта выхода из “культурной инкапсуляции”, развитие толерантности и внимания к культуре с преодолением стереотипного представления об их представителе [Арпентьева, 2016].

Целью исследования было определение культурной специфики при интерпретации сюжетной истории и обсуждение культурно-специфических детерминант, способствующих взаимодействию между представителями разных культур.

Методы исследования. Применялась специально разработанная методи-

ка вербального пересказа видеосюжета, предъявляемого без речевого и звукового сопровождения, что позволило применять идентичный стимульный материал для различных культур. В исследовании участвовало 60 человек, по 30 человек в каждой культурной подвыборке (русские и азербайджанцы).

Результаты и их обсуждение. Полученные результаты указывают на наличие культурной специфики в запоминании и воспроизведении сюжетного материал: 1. Представители азербайджанской культуры более склонны включать в сюжет моральный вывод, а русской — более склонны к анализу мотивации героев. Правила и нормы, будучи средствами достижения морали, являются значимыми для восточных культур социальными переменными и, следовательно, ценностными ориентирами при поиске решения в ситуации консультирования. В то же время мотивация, приписываемая русскими испытуемыми, является личностно-обоснованной и определяемой индивидуальными факторами.

2. Русские в большей степени пропускают узловые события сюжета и искажают их с привнесением собственной фантазии в противоположность азербайджанцем, склонным к формальному пересказу событий сюжетной истории. Это соотносится с данными исследователей, показывающими, что в консультировании представителей кавказской культуры ситуация раскрывается клиентом в качестве “сказки о своей жизни” без привнесения собственных эмоций [Шавеко, 2005].

Выводы. Значимость социальных и индивидуально-психологических факторов при создании сюжетного рассказа меняется в зависимости от принадлежности человека к коллективистической или индивидуалистической культуре. Для наибольшего раскрытия клиента необходимо учитывать культурную специфику клиента. Предполагается, что во взаимодействии с представителем коллективистской культуры можно ожидать, что имплицитно консультационная беседа будет определяться дистальными и проксимальными факторами, а именно - достижением взаимопонимания через раскрытие традиционных, религиозных, этнических ценностей и социальных норм. В то же время в консультациях с представителями индивидуалистической культуры предполагается большая ориентация клиента на индивидуальные факторы, а именно на удовлетворение запроса через личностные ресурсы - представления о себе, собственную мотивацию, когнитивный стиль и др. Данная гипотеза нуждается в дальнейшем изучении.

Литература.

1. Арестова О.Н., Гамзаева М.И., Блинникова И.В. Культурная специфика в запоминании и воспроизведении сюжетного материала (на примере азербайджанской и русской культуры) // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. - 2022. - №1. - С. 181–200. doi: 10.11621/vsp.2022.01.08
2. Арестова О.Н., Муслимзаде П.З. Культурное своеобразие процессов обобщения (на примере азербайджаноязыных и русскоязычных жителей г.Баку) // Вопросы психологии - 2018. - №3. - С. 87-94.
3. Арпентьева М.Р. Мультикультурное психологическое консультирование: особенности взаимопонимания // Наука і освіта. Психологія. - 2016. - №2-3. - С. 16-24.
4. Ганиева Р.Х. Психологическое консультирование в культурном и духовном контексте клиента. Minbar. Islamic Studies.2020. - Т.13, вып. 1. - С. 196–216 doi: 10.31162/2618-9569-2020-13-1-196-216
5. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – Москва: Политиздат, 1975. – 130 с. Текст: непосредственный.

6. ных различий в когнитивных процессах // Экспериментальная психология. - 2015. - № 1, вып. 8. - С. 39–59.
7. Роджерс К. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической психологии / Роджерс К. Москва: Институт общегуманитарных исследований, 2006. - 512 с. Текст: непосредственный.
8. Самойленко Е.С., Галаничев П.А., Носуленко С.В. К проблеме межкультур-
9. Шавеко О.Ю. Психолог или гость? Психологическое консультирование с учетом культурного контекста // Журнал практической психологии и психоанализа, №1, 2005. URL: https://psyjournal.ru/articles/psiholog-ili-gost-psihologicheskoe-konsultirovanie-s-uchetom-kulturnogo-konteksta (дата обращения: 10.09.2022).
10. Miyamoto, Y. (2013). Culture and analytic versus holistic cognition: Toward multi-level analyses of cultural infl uences. Advances in Experimental Social Psychology, 47, 131–188.
11. Sue D. W., Bernier J. E., Durran A., Feinberg L., Pedersen P., Smith E. J., Vasquez-Nuttal E. (1982). Position Paper: Cross-Cultural Competencies // The Counseling Psychologist, 10 (2), 47.

ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФАКТОРОВ КОМПЕТЕНТНОСТИ ОСНОВЫ

Ганжиев Ф.Ф.
(г. Бухара, Узбекистан)

Усиливающаяся тенденция социальной интеграции, глобализации и информатизации в глобальном масштабе диктует необходимость более серьезного внимания педагогов всех типов образовательных учреждений к вопросам социально-психологической компетентности с учетом современных требований.

Ход глобализационных процессов в мире показывает, что потребность воспитателей в воспитании человека в соответствии с принципами специфического социального развития и в оказании на него социально-психологического воздействия все более возрастает. Поэтому важная научно-исследовательская работа проводится по таким приоритетным вопросам, как изучение факторов социально-психологической компетентности, формирование и развитие компетенций у воспитателей дошкольного образовательного учреждения. Также одной из актуальных проблем является формирование личности, полностью отвечающей требованиям проводимых масштабных реформ, обладающей высоким интеллектуальным потенциалом, способной быстро адаптироваться к кардинальным изменениям, способной выдерживать конкуренцию, способной эффективно функционировать на уровне требований к квалификации специалистов на рынке труда.

В частности, для определения специфических аспектов коммуникативной адаптивности (конформизма) из коммуникативных факторов, влияющих на проявление социально-психологической компетентности у воспитателей, была применена методика «Социально-коммуникативная компетентность» Н.П.Фетискин, В.В.Козлова.

Теперь перейдем непосредственно к анализу чисел, представленных в таблице. В данной таблице отражены специфические дифференциальные особенности проявления коммуникативных факторов социально-психологической

компетентности в профессиональной деятельности воспитателей. В частности, у 71,2% воспитателей, наблюдался «коммуникативный конформизм (адаптивность)», у 60,8% - высокий уровень «ориентации на повышение своего положения», у 58,3% - низкий уровень «ориентации на преодоление коммуникативной фрустрации» и у 54,9% - «ориентации на преодоление коммуникативной пассивности». По остальным показателям коммуникативных факторов, т. е. «согласования коммуникативной абстрактности», «ориентации на преодоление коммуникативного дисбаланса», значимых результатов не наблюдалось.

Таблица 1.

Особенности проявления факторов социально-психологической компетентности у воспитателей (n=576)

№	Факторы	Выше среднего (в %)	Ниже среднего (в %)
1	Ориентация на преодоление коммуникативной пассивности	45.1	**54.9**
2	Ориентация на согласование коммуникативной абстрактности	52.1	47.9
3	Ориентация на коммуникативный конформизм	**71.2**	28.8
4	Ориентация на повышение своего положения	**60.8**	39.2
5	Ориентация на преодоление коммуникативного дисбаланса	51.4	48.6
6	Ориентация на преодоление коммуникативной фрустрации	41.7	**58.3**

Фактор «ориентации на коммуникативный конформизм (гибкость)», показавший значительный результат в рамках нашего диссертационного исследования, фактически предполагает полное согласие личности с мнениями других. Как нам известно, коммуникативная адаптация личности к межличностным отношениям происходит на основе уступки собеседнику или его искренней социальной поддержки. Это можно объяснить адаптацией к социальным ожиданиям в системе отношений человек – человек», а также свойством признания групповых ценностей преобладающими. Рассматривая данный фактор как критерий, влияющий на проявление социально-психологической компетентности для развития навыков предупреждения профессиональных конфликтов, нельзя не обратить внимание на специфику деятельности воспитателей. Социально-психологическая компетентность воспитателей, работающих в дошкольной образовательной организации, проявляется в своеобразии их общения с коллективом детей, родителей, коллег. Важное место в профессиональной деятельности воспитателей занимает соблюдение ориентации на коммуникативную адаптивность, умение выбирать оптимальные способы воспитательного воздействия на детей, избегать профессиональных конфликтов, согласовывть противоречия в межличностных отношениях. Однако влияние коммуникативной адаптивности на деятельность воспитателя в абсолютно доминирующей форме может иметь и обратное влияние на формирование социально-психологической компетентности. Поэтому важно повышать уровень психологической грамотности воспитателей, развивать коммуникативные навыки и, самое главное, добиваться адекватной самооценки и признания социального положения каждого специалиста в педагогическом сообществе.

Следующий показатель, значительно высокий уровень которого был определен выше – это «ориентация на повышение своего положения». Данное

«ориентации на преодоление коммуникативной пассивности». Обстоятельство свидетельствует о том, что наши воспитатели сегодня прилагают все усилия для повышения своих положений в процессе успешного межличностного общения. Кроме того, стремление к признанию «Я» личности побуждает их эффективно использовать методы «интеллектуального перцептивного воздействия» в общении с окружающими. Если учесть, что высокий результат отмечается и по фактору «ориентации на коммуникативный конформизм (адаптивность)», то можно увидеть, что стремление к лидерству, связанное с утверждением своего «Я» у воспитателей, определенным образом проявляется в основе создания образа доброго, вежливого специалиста.

Среди коммуникативных факторов имеются также критерии, степень влияния которых на проявление социально-психологической компетентности у воспитателей весьма слабая. Одним из них является «ориентация на преодоление коммуникативной фрустрации». По сути, коммуникативная фрустрация – это эмоциональное состояние, вызванное неспособностью достичь намеченной цели в межличностных отношениях, а также психологическими препятствиями в общении. Тот факт, что своеобразные ситуативные (одна ситуация анализируется обеими сторонами на основе собственного мировоззрения и реагирует на нее), так и мотивационные (одна ситуация анализируется обеими сторонами с позиции собственной системы ценностей) психологические барьеры, возникающие в связке с правильным выбором коммуникативных стратегий и тактик коммуникативного процесса в триаде отношений «воспитатель–ребенок–родители» и «воспитатель-педагогический коллектив–руководитель» вызывают состояние низкой коммуникативной фрустрации у специалистов с низкой профессиональной компетентностью является естественным состоянием. Поэтому мотивация преодоления фрустрационного состояния в общении считается несколько трудным и сложным процессом для воспитателей. Для усиления у воспитателей ориентации на преодоление коммуникативной фрустрации должна быть создана возможность формирования импунитивного типа реакции, сочетающего в себе саморегуляцию, контроль над своими эмоциями. Только тогда у воспитателей развивается коммуникативная толерантность по отношению к собеседнику.

Еще одним критерием, имеющим значительно более низкий показатель среди коммуникативных факторов, является «ориентация на преодоление коммуникативной пассивности». Преодоление коммуникативной пассивности определяется умением эффективно использовать общение в сложных ситуациях, проявлением в деятельности особенностей адекватного умения примененять способы поддержания взаимного диалога в коммуникативных ситуациях. Как нам известно, общение в кругу профессиональной деятельности воспитателей отличается своей многогранностью. Тот факт, что результаты, к сожалению, проявляются ниже среднего, свидетельствует о том, что у большинства наших респондентов не хватает навыков конструктивного общения с различными категориями людей. Это состояние может быть определено силой эмоциональной тревожности, противоречивыми реакциями у воспитателей. Потому что у лиц, предпочитающих пассивное состояние влиянию на собеседника в процессе общения, уровень тревожности в межличностных отношениях выше за счет низкой самооценки. В результате человек превращается в абсолютно «пассивного слушателя» в общении.

Если произвести сравнительный анализ результатов, полученных по каждому фактору, то, тот факт, что у лиц с высокой «ориентацией на коммуникативный конформизм (адаптивность)» наблюдается низкий уровень «ориентации на преодоление коммуникативной пассивности», а у лиц с высокой

«ориентацией на повышение своего положения» - низкий уровень «ориентации на преодоление коммуникативной фрустрации» является естественным состоянием. Однако цель нашего диссертационного исследования состоит в толковании закономерностей развития умения избегать профессиональных конфликтов путем выявления влияния коммуникативных факторов на проявление социально-психологической компетентности. Для этого требуется, чтобы данный коммуникативный конформизм проявлялся в рациональной форме, то есть синтоническом диалоге, построенном на основе конструктивно-критического мышления, с целью сохранения позиции сотрудничества в межличностных отношениях. Синтоническое (совместное дружеское) общение, построенное на основе конструктивно-критического мышления у воспитателей, преодолевая коммуникативную пассивность, обеспечивает доминантность осознанности, целенаправленности, инициативности, эмпатии, эмоционального застоя, фрустрационной толерантности в проявлении активности в межличностных отношениях. В результате проведенных нами научных исследований выявлены специфические аспекты приоритизации эмоционально-познавательного аспекта ориентации на преодоление коммуникативной фрустрации для формирования совместного дружеского общения. В частности, эмоционально-познавательный аспект ориентации на преодоление коммуникативной фрустрации определяется эмоциональным восприятием человеком себя, конструктивным восприятием, анализом и сравнением реальности с «Я», дивергентным мышлением. Таким образом, достижение формирования позиции сотрудничества в общении посредством приоритизации именно этих аспектов повышает тенденцию проявления социально-психологической компетентности, усиливая осознанный механизм ролевой идентификации коммуникативной адаптивности, позволяющий прогнозировать профессиональные конфликты и предотвращать их.

Таблица 2.

Аспекты связи социально-психологической компетентности воспитателей с факторами коммуникативной и социальной компетентности (n=576)

Примечание: * p≤ 0,05, ** p≤ 0,01

№	Факторы	Социально-психологическая компетентность			
		Социально-перцептивная компетентность	***Коммуникативная компетентность***	***Когнитивная компетентность***	***Аутопсихологическая компетентность***
Коммуникатив ва социал компетентлилик омиллари	Понимание людей	**0,348***	0,113	0,022	0,059
	Понимание ситуации	**0,305***	-0,028	**0,418***	-0,124
	Эмоциональная стабильность	**0,216***	-0,052	**0,385***	**0,368***
	Имидж	-0,020	-0,077	0,086	**0,287***
	Вербальная компетентность	**0,318***	**0,463****	0,039	**0,383***
	Коммуникативные особенности личности	**0,401***	0,090	-0,106	0,079

В целом, в ходе анализа результатов, полученных в ходе нашего диссертационного исследования, были выявлены дифференциальные различия между проявлением и уровнем развитости факторов социально-психологической компетентности у воспитателей, а также влиянием социальных ожиданий в отношениях «воспитатель – родители», «воспитатель-воспитатель» на проявление этих факторов.

На следующем этапе мы выявили влияние факторов коммуникативной и социальной компетентности на формирование социально-психологической компетентности в результате обратной пропорциональной зависимости эмоциональной устойчивости у воспитателей, от снижения уровня тревожности.

Как видно из вышеприведенной таблицы 2.5, имеются корреляционные связи между критериями социально-психологической компетентности и факторами коммуникативной и социальной компетентности. В частности, была выявлена положительно значимая корреляционная связь социально-перцептивной компетентности с пониманием людей (r=0,348; r≤ 0,05), пониманием ситуации (r=0,305; r≤ 0,05), эмоциональной стабильностью (r=0,216; r≤ 0,05), вербальной компетентностью (r=0,318; r≤ 0,05), коммуникативными особенностями личности (r=0,05).0,401; r≤ 0,05), коммуникативной компетентности с вербальной компетентностью (r=0,463; r≤ 0,01), когнитивной компетентности с пониманием ситуации (r=0,418; R≤ 0,05) с эмоциональной стабильностью (r=0,385; r≤ 0,05), и аутопсихологической компетентности с эмоциональной стабильностью (r=0,368; r≤ 0,05), имиджом (r=0,287; r≤ 0,05), вербальной компетентностью (r=0,383; r≤ 0,05 (1999). Значительной связи с остальными факторами не наблюдалось.

Внутренний механизм социально-психологической компетентности, показывающий развитость критерия социально-перцептивной компетентности, связан с пониманием воспитателем людей и ситуации. В системе отношений «воспитатель – ребенок – родители», «воспитатель-воспитатель» наблюдается своеобразная социальная трансформация. Это состояние возникает в результате эмпатической реакции. Для возникновения же эмпатической реакции в воспитателях должна преобладать эмоциональная стабильность. Эмоциональная стабильность у воспитателей обеспечивает предотвращение эмоционального напряжения за счет успешной адаптации к стрессогенным ситуациям, возникающим с родителями, коллегами.

Кроме того, коммуникативность, то есть процесс обмена информацией, происходит вербально и невербально. Поэтому вполне естественно, что коммуникативная компетентность имеет значительную положительную корреляцию с вербальной компетентностью. Потому как при поиске, получении, обработке и передаче информации адресанту роль слова, речи, которые являются второй системой сигналов значительна. В то время как наш разум получает словесные сигналы, привитие в слово, речь положительной эмоциональности, основанной на моральных установках, для передачи его слушателю, обеспечит успех в общении. Эффективное использование воспитателями своих вербальных возможностей закладывает основу для конструктивного, совместного общения.

Большое значение в проявлении социально-психологической компетентности воспитателей имеет и компонент когнитивной компетентности, наличие положительной корреляции с пониманием ситуации можно объяснить следующими обстоятельствами: наблюдается преобладание ориентации на общение, чувства взаимоуважения, рационализации интропунитивных реакций на ситуацию, самоконтроля, интеллектуализации альтруистических ценностей, широты кругозора и толерантности в межличностных отношениях.

Проявление социально-психологической компетентности воспитателей в профессиональной позиции неразрывно связано с тем, что аутопсихологическая компетентность имеет доминирующий характер. Таким образом, аутопсихологическая компетентность также имела положительную корреляцию с эмоциональной стабильностью. Потому как, если аутопсихологическая компетентность необходима для того, чтобы воспитатель работал над собой, занимался самообразованием, самоанализом, давал себе конструктивную мотивацию, то эмоциональная стабильность необходима для того, чтобы воспитатель воспринимал себя на эмоционально-рефлексивном уровне как социальное, так и профессиональное «Я», анализировал профессиональные ситуации по отношению к себе импунитивным способом, проявлял интерес к себе при обострении внутренних конфликтов.

Таким образом, оказывается, что в результате обратной пропорциональной зависмости эмоциональной стабильности у воспитателей от снижения уровня тревожности может заложить основу для ориентации на социальную ситуацию, развития умения целенаправленно использовать невербальные воздействия в общении, формирования социально-психологической компетентности.

Итак, на основании результатов нашего диссертационного исследования, можно сказать, что на проявление и развитие факторов социально-психологической компетентности у воспитателей значительное влияние оказывает экстравертность, который является одним из типов личности. Было обнаружено, что интровертный тип вызывает повышенную аутоидентификацию в деятельности воспитателей.

Литература.

1. Андреева, Г.М. Социальная психология [Текст] / Г.М.Андреева. - М.: Наука, 1994.-324 с.
2. Батаршев, А.В. Психология личности и общения [Текст]: учеб. пособие. - Хабаровск: Изд-воДВГУПС, 2003.-115 с.
3.Ганжиев Ф.Ф., Қодирова М.Д. Maktabgacha ta’lim muassasasi tarbiyalanuvchilari ijtimoiy-psixologik moslashuvining o`ziga xos xususiyatlari. //Педагогик маҳорат. Илмий журнал. – Бухоро. 2020.№2. – Б. 109-111. (19.00.00. №7).
4.Ганжиев Ф.Ф., Тўлаев Ҳ.О. Researching the scope of the professional competence within activities. //International Scientific Journal Theoretical & Applied Science. Impact Factor ICV = 6. 630 Philadelphia, USA. 2019. –Б. 388-391.
5.Ганжиев Ф.Ф., Қосимова С.Б. Heads Of Competence In Psychologically School Education. International journal of scientific & Technology research volume 9, issue. 2020. -Б. 2787-2789.
6. F.F. Ganjiev. The basis of social and psychological adaptation of children in the conditions of preschool education. Bulletin of integrative psychology. Journal for psychologists, 59-64.
7.Ф.Ф. Ганжиев. ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ ЧЕЛОВЕКА В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ. Лазаревские чтения Лики традиционной культуры в, 2018. С. 117-118.

СОЦИАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД ФОРМИРОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ЛИЧНОСТИ

Гафоров Ш.У.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. В статье рассказывается о проблемах здорового образа жизни. Сейчас в мире существуют установленные проработанные подходы к проведению профилактики с целью развития здорового образа жизни, основанные на классификации, принятой Всемирной Организацией Здравоохранения, в рамках которой профилактика подразделяется на первичную, вторичную и третичную. В статью рассказывается по этому направление.

Ключевые слова: здорового образа жизни, профилактика, подходы к профилактике, формирование мотивации, проблемы внедрения.

В социальном жизне мы довольно часто сталкиваемся с противоречиями, например, между биологической составляющей личности и множественными влияющими на нее общественными факторами, либо же между необходимости общества в социально активных здоровых людях и значительно ухудшающимся уровнем здоровья детского населения. А общенародный уровень здоровья уже значительно упал, многие ученые бьют тревогу и ставят под сомнение дальнейшую судьбу нации. Таким образом, здоровый образ жизни личности и его поддержка сейчас для общества находятся в приоритете.

Многие современные исследователи, соглашаясь во мнениях, выделяют четыре компонента, определяющих формирование и развитие здорового образа жизни:

1. Формирование информационно-пропагандистской системы, которая будет оснащать население реальной, соответствующей его интересам каждодневной информацией о пагубном воздействии факторов риска на здоровье и возможных путях его ухудшения.

2. «Обучение здоровью» как общая просветительская, воспитательная и обучающая деятельность, способствующая увеличению информированности по вопросам здоровья, выработке навыков по его укреплению и мотивации для поддержки здорового образа жизни как для отдельных личностей, так и для всего социума вместе взятого. Так школа становится центром закладки основ мировоззрения и умственного уровня развития молодёжи, находящейся сейчас в зоне риска, где в период обучения дети и их родители получают всю необходимую информацию.

3. Применение мер по уменьшению объёмов курения и употребления табачных изделий, алкогольной продукции, предотвращению потребления наркотических и остальных запрещенных средств и препаратов.

Заметим, что от того, насколько заинтересован человек в своём здоровье, напрямую зависит успешность всего этого направления в работе по формированию и дальнейшему развитию здорового образа жизни.

4. Мотивирование подростков к активному физическому образу жизни, занятиям спортом, туризмом, предоставление широкого доступа этих способов оздоровления.

Из-за преимущественной коммерциализации спорта и инертности органов муниципального самоуправления сейчас трудно формировать и развивать здорового образа жизни личности на уровне масс. Однако проблема не в доступе к спортивным сооружениям, а в преодолении общей гиподинамии всеми доступными способами. Это и поддержание физической культуры в общеобразовательных

учреждениях и в производственных структурах, и утренняя гимнастика, и пешие прогулки, и походы, а также другие формы, доступные для использования каждым.

Однако в воспитательной теории упор делается, прежде всего, на пропаганду здорового образа жизни. И исследование ценностных ориентаций детей показало, что их уровень в поддержке здорового образа жизни низок, оно получает всего 4-5 место и стоит после ценностей, как «свобода», «наличие верных друзей», «любовь». По статистике: для 56,2 % подростков наиболее приоритетными стали рекреационно-функциональные ценности, для 23,8 % - эстетически-духовные, для 20 % - учебно-ценностные, связанные с здорового образа жизни и физическим здоровьем личности.

При анализе собранных данных ученые сделали вывод: очень важно регулярно собирать данные о нуждах детей и подростков в занятиях по созданию здорового образа жизни, находить и изучать предложения работников по улучшению внеклассной воспитательной работы; максимально индивидуализировать программы занятий в зависимости от пожеланий ребёнка, уровня подготовки и желаемого уровня достижений занимающихся; привлекать к внеклассной работе по этим направлениям специалистов различных служб и ведомств; оказывать значительное внимание внесению нестандартности и многообразия применяемых упражнений и условий их выполнения; вводить в занятия творческую часть, тем самым тренируя ученика, как субъекта здоровьетворения, выбирать для себя способы здорового образа жизни в соответствии с состоянием здоровья и окружающими его обстоятельствами; занятия составлять с опорой на реальную жизнь человека, использование субъектного опыта выстраивания «Я - реального» и определение путей движения к «Я - идеальному»; использовать в процессе формирования и развития здорового образа жизни эмоциональные стимулы, которые создают положительную основу при изучении сложных вопросов здоровья.

Сейчас в мире существуют установленные проработанные подходы к проведению профилактики с целью развития здорового образа жизни, основанные на классификации, принятой Всемирной Организацией Здравоохранения, в рамках которой профилактика подразделяется на первичную, вторичную и третичную. Первичная профилактика зависимости от психоактивных веществ имеет целью предупредить начало их употребления лицами, ранее не употреблявшими. Вторичная профилактика ориентирована на лица, имеющие признаки формирующейся зависимости в ее начальной стадии. Третичная профилактика является преимущественно медицинской, индивидуальной и ориентирована на контингенты больных, зависимых от психоактивных веществ [16].

Существует большое количество концептуальных профилактических проектов, в том числе антинаркотических программ. Так Э.Чарлтон выделяет 5 концептуальных моделей, на их основе создаются профилактические программы: образовательную, медицинскую, политическую модели, модель «действия на благо здоровья» и модель «самоусиления».

Врачебная (медицинская) модель ограничивается информированием школьников, предполагает, что, если индивид знает об опасности для своего здоровья, то он станет относиться к причинному явлению отрицательно и будет от него воздерживаться, что считается зарубежными специалистами крайне малоэффективным. Ведь, во-первых, в понятии поведения человека участвует слишком много факторов, во-вторых, даже важная информация после начального эффекта уже не имеет весомой роли.

Решение должно быть принято на основе достоверной информации лично подростком: такой принцип характеризует модель образования как наследницу

врачебной. Здесь упор делается на обучении навыкам принятия осмысленных решений молодёжью с помощью следующего плана:

1. Оценка проблемы: является ли предлагаемая альтернатива приемлемой, все ли пути решения проанализированы?

2. Взвешивание альтернатив: которая из данных альтернатив может быть наиболее результативной?

3. Обдумывание решения: нужно ли уже начинать применять на практике этот образ действий?

4. Твердость в реализации принятого решения, несмотря на негативное мнение окружающих: Большой ли это риск для меня, если я не буду изменять свое поведение? А если буду?

Отрицательная часть в том, что решения не всегда принимаются лично человеком, часто причинами несоблюдения здорового образа жизни оказываются социальные обстоятельства, экологические загрязнения, низкий материальный статус.

Политическая модель имеет содействие становлению здорового образа жизни и делает шаг дальше в сравнении моделью образования, меняя внешние обстоятельства, оказывающие влияние, на принятые в итоге решения.

Модель самоусиления возникает, как объединение достоверной информации из врачебной модели, навыков принятия решений из образовательной и поддержки окружением здорового образа жизни из политической модели. Существует ещё модель, учитывающая факторы, оказывающие влияние на поведение человека в отношении здоровья, - это модель «действий на благо здоровья» авторства английского ученого К.Тоунса.

В нашей стране есть своя особенность введения профилактических, в том числе антинаркотических программ для подростков и ведётся работа в двух в целом общих направлениях: 1) улучшение распространенной ранее антиалкогольной пропаганды и отражение ее принципов на новый предмет - предупреждение наркомании; 2) приспособление к отечественным условиям иностранных антинаркотических программ, работа по усвоению которых замедленна, в силу разных причин. Самая основная причина - это несовпадение демократической и тоталитарной идеологий и сформировавшихся под их влиянием культур, различия в понимании роли и места человека в мире [18].

Заграничные антинаркотические проекты предполагают воспитание детей вольными по отношению к внешним обстоятельствам жизни и себе самим, то есть они могут занять определенную лояльную или противническую личностную позицию относительно психоактивных веществ.

Воспитание личности считалось не имеющим к профилактике наркомании прямого отношения, непредвзятость информации о наркотиках в ожиданиях могла вызвать нездоровый интерес, а способом его предотвращения были запугивание и запреты.

Сейчас остаточные явления этой традиции ещё очень сильны. У российских учителей, а иногда и у учащихся, возникает неприятие многих заложенных в зарубежных программах идей, часто противоречащих нашим устоявшимся ожиданиям. Отечественные учителя часто сообщают жалобы, что из-за нестандартной формы занятий и требуемого недирективного стиля общения с учениками, часто портится дисциплина в классе. Это означает, что на пути освоения зарубежного опыта антинаркотического воспитания появляется проблема культурологического несовпадения, и это на данный момент это является главным препятствием на пути введения действенных социальных технологий.

Литература.

1. Апанасенко Г.Л., Попова Л.А. Медицинская валеология. Ростов н/Д. : Феникс, 2010.
2. Григоренко Г.Д. Без «Выбора» могло бы не быть выбора // Время и Деньги, 2015. 7 апреля. 59 (2020).
3. Григорьев Ю.И., Григорьев И.Ю., Истомина Л.Б. Некоторые аспекты правового обеспечения формирования валеологического пространства в образовании // Формирование валеологического пространства в образовательной системе Российской Федерации. Тезисы науч.-практ. конф. Липецк, 2016.
4. За здоровый образ жизни. Программа для учащихся общеобразовательных школ, учителей, родителей / под ред. Н.Х.Амирова. Казанск. ун-т. Казань, 2014.
5. Зиновьев В.А. Правоведы осознают необходимость возврата к строгому контролю // Наркомат. 2004. № 9. С. 22-23.

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ В ГРУППОВЫХ ВИДАХ СПОРТА
(на примере гандбола)

Гафуров Н.
(г.Бухара, Узбекистан)

На современном этапе развития научной мысли можно встретить большое количество разнообразных подходов к решению проблем, касающихся факторов, влияющих на успешность спортивной деятельности. Следует отметить, что по данному вопросу не существует какой-либо определенной, адекватной схемы или структуры. Использование результатов психологических исследований в теории и практике спорта носит закономерный характер, и понимание спортивной деятельности во многом основывается на достижениях именно психологической науки.

Объективные причины повышения успешности в спортивной деятельности потребовали изменения отдельных положений теорий спортивных тренировок, их планирования, внедрения новых, нетрадиционных технологий спортивной тренировки, использование математического моделирования для построения теории подготовки спортсменов. [1]

Современный спорт высших достижений характеризуется высокими физическими и психическими нагрузками, ориентацией на достижение максимально высоких результатов, жесткой конкуренцией соперников. Поэтому вполне закономерно то внимание, которое уделяется изучению влияния психологических факторов на достижения спортсменов.

Интеллектуальная подготовка — это процесс осмысления самой спортивной деятельности и непосредственно связанных с ней явлений.

Игровая деятельность многообразна. Однако анализ содержания этой деятельности позволяет выявить ряд психических функций, которые являются ведущими для успешного ее осуществления. Особое место отводится формированию и совершенствованию тех психических функций, которые обеспечивают процессы приема, переработки, хранения и передачи информации.

Для правильного решения технико-тактических задач игроки должны располагать оптимальной информацией о расположении партнеров на площадке, месте нахождения мяча, возможном противодействии противника, сигналах тренера и партнеров и др. Особое значение при этом имеют характеристики зрительного восприятия, и прежде всего глубинного зрения (глазомера) и объема поля зрения (периферического зрения). Если первое связано с дистанционно-динамическими

особенностями восприятия движущегося объекта, со способностью оценить расстояние до летящего мяча, до движущегося партнера, то второе с местонахождением их в игровом пространстве. В нападение надо видеть партнеров, с которыми игрок взаимодействует, а также защитника и вратаря, соперников. При выполнении защитных действий спортсмен обязан держать в поле зрения своего подопечного игрока, игрока, владеющего мячом, не забывать о страховке партнера. Как правило, сосредоточив внимание на основном в данный момент объекте, гандболист контролирует другие периферическим зрением. [2]

Специфические особенности деятельности формируют у гандболиста комплексное восприятие, в основе которого лежит тонкая дифференцировка раздражителей, поступающих от различных анализаторов: мышечно-двигательного, вестибулярного, зрительного, слухового, тактильного. К таким специализированным восприятиям относятся «чувство мяча», «чувство ворот», «чувство площадки» и др. Такое специализированное восприятие доступно игрокам высокого класса. Формирование высокого уровня восприятия деятельности в игре - одна из главных задач интеллектуальной подготовки.

Для успешного совершенствования, технико-тактического мастерства огромное значение имеют мнемонические свойства памяти спортсмена. К ним относятся объем памяти, скорость запоминания, прочность сохранения полученной информации и точность ее воспроизводства в нужный момент. Мнемонические умения гандболиста связаны с функционированием двух типов памяти: долгосрочной и краткосрочной или оперативной. В деятельности гандболиста особое значение придается последней. Оперативная память используется непосредственно для сохранения воспринятой информации в течение очень короткого времени или для того, чтобы вызвать в сознании некоторую часть информации из долгосрочной памяти. Гандболисту приходится запоминать множество схем тактических действий в учебно-тренировочном процессе. Кроме того, во время соревнований он может находить оригинальные решения игровых задач, которые его память обязана сохранить и точно воспроизвести в нужный момент. [3]

При возросшей интенсификации игровых действий и необходимости взаимодействовать в условиях острейшего дефицита времени особое место занимают психические функции, которые обеспечивают переработку информации, прогнозирование дальнейшего хода игровой ситуации. В первую очередь существенное значение приобретает оперативное мышление, которое имеет непосредственное отношение к переработке полученной информации. Оперативное мышление осуществляется непосредственно в деятельности, состоящей из операций, протекающих быстро, имеющих отношение не к символам, а к реальным объектам и процессам с жестким лимитом времени, не оставляющим возможности для выдвижения многих гипотез. Чаще всего гандболисту приходится делать выбор наиболее эффективного решения в условиях активного сопротивления соперников. Тактические решения — это плод оперативной мыслительной деятельности. В ситуации выбора игрок мгновенно перебирает несколько вариантов и применяет тот, который более всего, по его мнению, согласуется с данной обстановкой. В основном гандболисты выбирают наиболее подходящий вариант из числа известных и ранее разученных. Однако оперативное мышление включает в себя и элементы творческого мышления. Условия каждой новой игры гандболиста не идентичны условиям, в которых протекала его тренировочная работа или прошедшие соревнования. Ситуации не повторяются, и это исключает постоянное применение автоматизированных действий. В некоторых случаях оперативное мышление гандболиста приводит к новым результатам, рождает совершенно неожиданное решение, поэтому его мышление можно назвать продуктивным, а не только репродуктивным.

К профессионально-значимым свойствам личности гандболиста относятся интенсивность и концентрация внимания, его устойчивость и быстрота переключения. Ни одно из свойств не зависит от внешних факторов в такой мере, как свойство внимания. Например, монотонная игра приводит к снижению концентрации и устойчивости внимания, даже, несмотря на волевые усилия играющих, это незамедлительно сказывается на бдительности игроков, увеличивает количество ошибок в игре. Противоположный характер развивающихся событий на площадке резко улучшает показатели этих свойств. [4]

Современный гандбол характерен высокими скоростями. Быстрая смена ситуаций требует высокой устойчивости внимания, сохранения его мобилизации на протяжении всей игры, мгновенного переключения и широкого распределения. Особенно большие требования гандбол предъявляет к качествам внимания вратаря. Броски мастеров этой игры отличаются неожиданностью и стремительной (до 100 км/ч) скоростью полета мяча. Мяч, по данным Е. И. Ивахина, летит до ворот с расстояния б м всего 0, 31 сек. чтобы среагировать на бросок нападающего, вратарь должен следить за мячом неотрывно на протяжении всей атаки, противника. Но время для задержания мяча вратарем составляет примерно 0,8 сек. Сравнение времени полета мяча до ворот и времени выполнения приема вратарем показывает необходимость прогнозирования им направления полета мяча. Иначе вратарь просто не успеет преградить ему путь. [4]

Свойства личности, обеспечивающие воссоздающее воображение, играют не последнюю роль в успешном выполнении игровых действий гандболистом. На основе поступающей информации о положении мяча, расстановке игроков спортсмен в своем воображении строит пространственно-зрительный образ последующей ситуации. Этот образ не только пространственный, но и динамический, так как гандболист предвосхищает пространственное расположение движущихся объектов через определенный промежуток времени. На основе этого образа игрок и принимает решение. При оптимально складывающейся обстановке на игровом поле принятие решения осуществляется в соответствии с наигранными комбинациями. Однако игровая обстановка всегда полна неожиданностей. Поэтому в экстремальных условиях элементы воссоздающего воображения, помогающие предвидеть дальнейший ход событий, становятся весьма значимыми.

В коде интеллектуальной подготовки решаются две основные задачи: воспитание интеллектуальных способностей и интеллектуальное образование гандболиста.

Воспитание интеллектуальных способностей, отвечающих специфическим требованиям гандбола, обусловлено практической деятельностью, требующей творческих проявлений на основе полученных знаний. К примеру, мало изучить схемы тактических взаимодействий и добросовестно им следовать для развития оперативного тактического мышления гандболисту необходимо активно осуществлять: поиск новых решений в каждой конкретной ситуации.

Практической основой развития психических функций гандболиста является изучение и совершенствование приемов техники, тактических действий, решение творческих задач физической, теоретической подготовки. По какому бы разделу ни велась спортивная подготовка, всегда имеют дело со спортсменом, с человеком, с личностью.

Достижение высокой физической, технической и тактической подготовленности гандболиста теснейшим образом связано с развитием у него психических функций и качеств личности. Так, например, нельзя добиться совершенства в выполнении тех или иных приемов техники без высокого и специального развития двигательной чувствительности, двигательной памяти, внимания и т.п.

Для совершенствования интеллектуальных особенностей нужна система специальных заданий, которые бы побуждали гандболиста к возрастающим творческим проявлениям. Эти задания могут быть упражнениями на распределение внимания, на распределение и одновременное сосредоточение внимания. Например, упражнения в парах с несколькими мячами; сложные перемещения игроков относительно друг друга с одновременной передачей мячей совершенно по другим направлениям; упражнения со сложной реакцией выбора и др. [5]

Интеллектуальное образование, или теоретическая подготовка, включает в себя знания о путях к высоким достижениям в спорте. Возросшая конкуренция на мировой арене, предельная интенсификация тренировочного Процесса, признание успехов спортсменов государственно важным делом, успехи спортивной науки и другие факторы требуют от спортсмена солидной научно-теоретической подготовленности.

Гандболисту необходимы:

1. Знания мировоззренческого, мотивационного и спортивно-этического характера, которые содействуют формированию правильного взгляда на мир, позволяют осмыслить общественное и личное значение спортивной деятельности, сформировать основы устойчивых принципов поведения.

2. Знания, составляющие общую научную основу подготовки спортсмена (общие принципы спортивной подготовки, естественнонаучные и психологические основы спортивной деятельности и пр.).

3. Спортивно-прикладные знания, включающие конкретные сведения о гандболе.

Гандболист должен знать правила соревнований; структуру игры; характеристику воздействия занятий гандболом на организм человека: взаимосвязь технической, тактической и физической подготовленности спортсмена, значение волевых качеств.

Стратегически правильное поведение гандболиста предполагает знание тенденций развития игры, применяемых в настоящее время игровых систем и их вариантов, а также средств и методов борьбы с игровой системой противника.

Морально-волевая и специальная психическая подготовка. Гандбол требует от спортсмена высокой психической устойчивости, собранности, выдержки, самообладания, способности соревноваться продолжительное время при исключительном напряжении сил. Стремление к победе способствует острой и бескомпромиссной спортивной конкуренции. Неожиданные результаты матчей, когда вопреки всем предсказаниям, основанным на физической, технической и тактической подготовленности состязающихся команд, победительницей оказывается относительно слабая команда, объясняется преимуществом в психологической подготовленности, где в первую очередь учитываются личностные особенности спортсменов.

Спортивная деятельность гандболистов не может рассматриваться без учета законов социальной психологии. Тренер в своей работе имеет дело с личностью, сведения, об отдельных качествах которой необходимы ему для правильного представления о человеке, о его возможностях. Перед тренером стоят задачи обеспечения стабильных результатов в соревнованиях. Однако случается, что он порой теряет управление командой, и неудачное выступление сводит на нет многолетнюю работу. Чтобы такого не произошло, ему необходимо овладеть теоретическими знаниями педагогических и психологических средств и методов воздействия на спортсмена и научиться применять их в условиях специфической деятельности гандболиста.

Моральная волевая подготовка осуществляется в процессе всей спортивной деятельности, а специальная психическая вступает в силу на более поздних эта-

пах совершенствования, когда гандболист начинает участвовать в ответственных соревнованиях.

Подготовка к конкретному соревнованию. Очень важным является период непосредственной подготовки команды к соревнованиям. В этот период устанавливается определенный режим тренировок и отдыха, даются специфические нагрузки, моделируются условия предстоящих соревнований на тренировке. Непосредственно перед соревнованием (накануне или за несколько часов до игры) проводится собрание команды. Установка на игру включает сообщение о значении предстоящей встречи. Дается характеристика команды противника и отдельных игроков.

Успешность спортивной деятельности в значительной степени обусловлена тем, насколько выбранный субъектам вид спорта соответствует его склонностям, мотивам, интересам, способностям и психофизиологической структуре личности. Связано это с тем, что достижение выдающегося результата в спорте возможно людьми с самым различным сочетанием особенностей индивидуальности, но непременным условием является то, чтобы эти особенности соответствовали специфике выбранного вида спортивной деятельности.

Рост спортивных достижений в гандболе зависит от рационального построения эффективной системы подготовки спортсменов, которую можно определить как рационально организованный процесс обучения, воспитания и тренировки на основе учета закономерностей формирования двигательных возможностей спортсменов, особенностей их адаптации к физическим и психическим нагрузкам, и учета психологических свойств и качеств их личности.

Литература.

1. Акимова, Л. Н. Психология спорта. Курс лекций / Л.Н. Акимова. - Одесса: Студия «Негоциант». - 2004. - 127 с.
2. Гогунов, Е. Н., Мартьянов, Б. И. Психология физического воспитания и спорта / Е.Н.Гогунов, Б.И. Мартьянов. - М.: Академия. - 2000. - 288 с.
3. Игнатьева В.Я., Тхорев В.И., Петрачева И.В. Подготовка гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства. учеб. пособие. М.: Физическая культура, 2005.
4. Латышкевич Л.А. Маневич Л.Р. Техническая и тактическая подготовка гандболистов. – Киев: Здоровье, 1991.
5. Павлов Ш.К. Абдурахманов Ф.А. Подготовка гандболиста. учеб. пособие. - Т.: УзГИФК, 2006

К ПРОБЛЕМЕ ВЗАИМОСВЯЗИ РЕФЛЕКСИИ И МЫШЛЕНИЯ

Григорьев С.Ю.
(г.Москва, Россия)

Аннотация. В статье поставлена проблема взаимосвязи рефлексии и мышления и сделан обзор представлений в психологии.

Ключевые слова: Рефлексия, личность, сознание, мышление, процесс, метасистема, регуляция

Annotation. The article raises the problem of the relationship between reflection and thinking and provides an overview of representations in psychology.

Keywords: Reflection, personality, consciousness, thinking, process, metasystem, regulation

Размышляя о соотношении рефлексии с мышлением, как о наиболее близких между собой понятиях, мы, будучи согласными с А.В. Карповым в том, что рефлексия есть *«процессуальное средство феноменологии сознания»* [1], относим регулятивные функции к процессу мышления, осуществляемому Самостью или высшим Я, которое осознается посредством рефлексии, но не является рефлексией.

В этом аспекте, нам близко высказывания Г.П. Щедровицкого, который определяя соотношение рефлексии и мышления, писал: *«Чтобы отделить мышление как особый процесс, выполняющий рефлексивные функции, от рефлексии как таковой, я применяю особый прием, особое идеальное полагание. Я говорю: предположим, что коммуникант осуществил рефлексивный выход и обратился к своей прежней деятельности как к предмету анализа - фиксации этого момента достаточно, чтобы мы могли говорить о рефлексии как таковой. А все дальнейшее зависит от того, что именно сделает этот коммуникант. Если ему приходится отвечать на поставленные перед ним вопросы, и, следовательно, строить некоторый общезначимый текст, то это будет уже мышление. В предельных случаях мышление может терять рефлексивную функцию и осуществляться чисто конструктивно или даже оперативно – в таком случае мы говорим о формализованном мышлении…Самым "высоким" и объемлющим все другие, оказывается процесс мыслительной работы, а понимание и рефлексия - лишь частичными процессами внутри него*» [3].

Мы рассматриваем рефлексию не только в коммуникативном аспекте, но и в личностном, так как субъект может отвечать на поставленные им самим вопросы, обращаясь к себе.

Рефлексия некоторыми авторами определяется как особый способ мышления. Мы же предлагаем, вторя Г.П. Щедровицкому, считать рефлексию частным процессом, а именно − начальной стадией мышления, сутью которого является различение субъектом воспринятого. Под различением мы понимаем узнавание и называние воспринятого − сознающим. Рефлексия таким образом, характеризуется возникновением дихотомии: рефлексирующий – рефлексируемое. Все, что происходит до формирования образа воспринятого в сознании, мы предлагаем отнести к восприятию, а все что после различения этого образа – к собственно мышлению.

Под сознанием здесь мы понимаем метасистему отражения реальности, рефлексия выступает как способ репрезентации этой системы.

Благодаря такому описанию мы низводим рефлексию до акта различения, относя все иные операции к мышлению. Таким образом, многообразие форм, видов и категорий рефлексии в нашем аспекте есть лишь отражение тех категорий, которые рефлексируются. «*Рефлексия означает осознание не только предмета мысли, но и форм и методов осуществления мышления, его природы и отличности от других возможных способов представления»* [2]. Таким образом, объектом рефлексии могут быть как данные интроспекции, представления о других, события прошлого или настоящего. По нашему представлению рефлексия может идти параллельно с текущеми мыслительными процессами, без остановки последних.

Литература.

1. Карпов А.В. Рефлексия в метакогнитивных процессах регуляции деятельности [Журнал] // Вопросы интегративной психологии. - 2009 г..

2. Хачатрян А.А. Рефлексия, как принцип философского мышления [Журнал] // Вестник ВолГУ.- 2003 г..- 3: Т. 7.- стр. 13-21.

3. Щедровицкий Г.П. Мышление-Понимание-Рефлексия - Москва : Наследие ММК, 2005 368 с. .

КРОСС-КУЛЬТУРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ СТЕРЕОТИПНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЛИЧНОСТИ ГОССЛУЖАЩЕГО

Дмитриева Л.Г., Ахмедшина А.Н.
(г.Уфа, Россия)

Аннотация. В данной статье анализируются исследования зарубежных авторов, в которых рассматриваются различные стереотипные представления о личности госслужащего. Подчеркивается, стереотипные представления о личности госслужащих зависят от национальных и культурных традиций той или иной страны.

Ключевые слова:стереотипные представления, личность госслужащего, национальные и культурные традиции.

Annotation. This article analyzes the studies of foreign authors, which examine various stereotypical ideas about the personality of a civil servant. It is emphasized that stereotypical ideas about the personality of civil servants depend on the national and cultural traditions of a particular country.

Key words: stereotypes, the personality of a civil servant, national and cultural traditions.

В современных условиях, когда процессы глобализации охватывают самые разные сферы жизнедеятельности личности, в результате чего наблюдаются тенденции нивелирования национальных особенностей в большинстве стран мира, проблема национальных культурных особенностей приобретает новые характеристики. Национальная культура включает в себя нормы поведения, традиции, ценностные ориентиры, мировоззренческие установки. Все это проявляется и в особенностях национальной деловой культуры. По мнению Ю.П. Платонова, «национальная деловая культура определяет важнейшие параметры системы управления: стиль руководства, систему мотивации, манеру ведения переговоров, отношение к законам и нормативным актам, коммуникации и межличностные отношения в организации, стереотипы профессиональной деятельности» [Платонов, 2007, с. 159].

Понятие "стереотип", как считает Э.Шейн, используется в научной и публицистической литературе, изучается в психологии, социологии, физиологии, политологии. Автор считает, что этот термин отражает «привычный способ выполнения каких-то действий» [Шейн, 2007, с. 287].

Понятие «социально-психологический стереотип» Т.Шибутани определяет как «группу людей с точки зрения какого-то легко распознаваемого признака» [Шейн, 2007, с. 34]. С точки Р. Таджури социальный стереотип – это "склонность воспринимающего субъекта легко и быстро заключать воспринимаемого человека в определенные категории в зависимости от его возраста, пола, этнической принадлежности, национальности и профессии и тем самым приписывать ему качества, которые считаются типичными для людей этой категории"[Tagiuri, 1969, с. 217].По мнению В. Дуаза, «стереотипизация представляет собой процесс приписывания сходных характеристик различным членам одной и той же группы»[Шибатуни, 1969, с. 38].

В данной статье нас интересуют исследования, в которых анализируются особенности стереотипных представлений о личности государственного служащего в различных культурах и странах.

Человек – это винтик в бюрократической структуре. – так полагает М.Вебер. Немецкий социолог Макс Вебер, например, считает, что «человек становится «винтиком» в механизме бюрократии и этот «винтик» как нельзя лучше подходит к бюрократической структуре». Кстати, во многих других странах стереотипное представление о личности государственного чиновника примерно такое же. Не является исключением и наша страна. В чем суть бюрократической система. А в том, что большое внимание уделяется организационному началу в этой профессии, что провоцирует часто постоянное включение контроля и различных требований и правил. Однако, по мнению У.Чертилля, такие рамк5и удобны самой системе. И понятно, что они не удобны тем, кто находится вне этой бюрократии [Bozeman, 2000, с.10]. В научных источниках имеется также и понятие бюрократической культуры. Надо сказать, что это особый феномен, в котором отражены прежде всего преверженность правилам и порядку. Отдается предпочтение формальным отношениям, созависимости, послушности, готовности выполнять приказы [Merton, 1987, с. 110].

Между тем, наряду с устоявшимися стереотипами восприятия другими личности государственного служащего в современных исследованиях можно наблюдать ростки других, почти прямо противоположных. Однако, по результатам исследований последних десятилетий, в странах ЕС стереотип бюрократического, негибкого, жестокого служащего устарел. А государственнаяслужба перестает быть четко выделенной отраслью, рамки особого предназначения этой профессии размываются, что ведет к глобализации представления о работе на благо общества. Подтверждение этому – известное высказывание Нормана Болдуина(1984 г.) о том, что нет никаких различий между сотрудниками государственного и частного секторов [Baldwin, 1990, с. 15]. Исследование С. Франка и Г. Льюиса (2004 г.) показало, что, несмотря на сложившееся мнение о том, что государственные служащие ленивее, чем работники в частном секторе, почти две трети государственных служащих делали работу настолько хорошо, как только могли, даже если это наносило ущерб их частной жизни. «В отличие от частных работников они усердно работают, несмотря на более низкую заработную плату, меньшие возможности продвижения по службе, т.к. ценят стабильную занятость. Стабильная занятость для них является единственной статистически значимой внешней мотивацией, а государственная работа известна большей стабильностью, чем работа в частном секторе» [Demmke, 2004, с. 23].

Анализируя работы других авторов, мы увидели, что в некоторых странах может наблюдаться несколько иная картина. Например, согласно американским исследованиям, госслужащие все более отдаляются от людей, работающих в частном секторе, они относятся к ним с пренебрежением, что зачастую порождает конфликты и ведет отчуждению государственных служащих от работников частного сектора. Если сравнивать доходы служащих европейских стран, в том числе, и нашей, с доходами работников частного сектора, то доходы госслужащих США на 35-50% оказываются выше. Материальная стабильность госслужащих в этой стране находится под покровительством профсоюзов, что способствует стабильности и уверенности в будущем и, к сожалению, ведет более формальному отношению к работе [Governmentwide management report, 2013, с.31]. В США, таким образом, сложился классический стереотип бездушного бюрократа.

Проанализировав вышеизложенное, отметим, что государственная служба, в разных странах имеет свою специфику. В некоторых из них госслужащими могут быть представители разных профессий. А в иных, например, в США и в нашей стране – это человек «прилипший» к кабинетному креслу, который живет за счет государства. Иными словами, портрет госслужащего может быть самым разным.

Литература.

1. Занковский А.Н., Организационная психология: Учебное пособие для вузов/А.Н. Занковский. –2–е изд. – М: Флинта, 2002.–648с.
2. Липпман У., Общественное мнение / пер. с англ. Т. В. Барчунова ; под ред. К. А. Левинсон, К. В. Петренко. М. : Ин-т Фонда «Обществ. мнение», 2004. 384 с.
3. Платонов Ю.П., Психологические феномены поведения персонала в группах и организациях [в 2 томах] / Ю. П. Платонов. - Санкт-Петербург : Речь, 2007. – 359 с.
4. Шейн Э., Организационная культура и лидерство. Э. Шейн пер. С англ. Под ред. Т. Ю. Ковалевой серия: классика МВА – СПб.: Питер 2007г., 330 с.
5. Шибутани Т. Социальная психология. - М., 1969. - 98 с.
6. Tagiuri R. Person perception// I.Lindzey, E.Aronson (eds). The Handbook of social psychology.-N.Y., 1969. - Vol.3. - P. 422.
7. Bozeman, B. Bureaucracy and Red Tape / B. Bozeman. – New Jersey, 2000. – p. 19
8. Baldwin J. N. Public versus Private Employees: Debunking Stereotypes // Review of Public Personnel administration, Vol. 11, No.1-2, 1990-1991. – P. 1-27
9. Demmke, C. Civil Services between Tradition and Reform / C. Demmke. – Maastricht, 2004. - P. 94
10. Federal employee viewpoint survey results. Employees influencing change. Governmentwide management report. – / Washington, DC: United States Office of Personnel Management, 2013. – 57 p.
11. Merton, R.K. Bureaucratic Structure and Personality, in: Shafritz, Jay M./Hyde Albert C., Classics of Public Administration / J.M. Shafritz, A.C. Hyde. – Chicago, Illinois:The Dorsey Press, 2.Edition, 1987. – P. 111-112

PECULIARITIES OF GENDER CHARACTERISTICS IN THE IMAGE OF A MODERN PEDAGOGUE

Jo'raeva S.N.
(Tashkent, Uzbekistan)

Аннотация. Данная статья посвящена изучению гендерных характеристик имиджа педагогов сегодня, основных требований к формированию имиджа педагогов, а также вопросам выражения их личностных качеств, в аспекте, который формируют педагоги-мужчины и женщины.

Ключевое слово: Имидж, гендерная черта, мужчина, женщина, различия, склонность к общению, эмоциональная стабильность-нестабильность, стремление к доминированию-подчинению, социальная зрелость, смелость, робость, уверенность в себе, недоверие, независимость, подчинение, самоконтроль, возбудимость, напряжение, расслабление.

Annotation. This article focuses on the study of gender characteristics of the image of educators today, the main requirements for the formation of the image of

educators, as well as on the issues of the expression of their personal qualities, in an aspect that is formed by male and female educators.

Key word: Image, gender trait, man, woman, differences, propensity to communicate, emotional stability-instability, desire for dominance-submission, social maturity, courage, timidity, self-confidence, distrust, independence, submission, self-control, excitability, tension, relaxation.

Empirical studies of the socio-psychological factors of the teacher's image make it necessary to study the requirements for it. This means that the personal and professional competence of the teacher is one of the requirements that serve to ensure the formation of the image of the pedagogue. Modern researchers pay great attention to the image of the pedagogue, improving their qualifications and improving their methods. In our research, we focused on analyzing the image of the modern pedagogue from a number of directions. Now we want to pay attention to research on the gender characteristics of this issue. We have noted some aspects of this issue in the sources related to the coverage of pedagogues' behavioral characteristics. Nevertheless, we will focus on highlighting the gender characteristics of some parts of the problem. The organizational and communicative skills of professors were studied in order to study gender differences in the image of pedagogues. These abilities are important preconditions for the organization of cooperative activities of pedagogues and students. Therefore, the "Communicative-organizational ability (KOS) test was used to study gender differences in organizational and communicative abilities of professors and teachers. The results of the analysis of the tests are presented below.

1- table.

Results of male and female pedagogues on KOS
(according to the questionnaire "Organizational and communicative skills" (V.V. Sinyavsky, V.A. Fedoroshin)) (N=234)

№	Skills	Teachers				t
		male (N=95)		female (N=139)		
		X	σ	X	σ	
1.	Organizational ability	0,81	0,14	0,64	0,17	3,19***
2.	Communicative ability	0,64	0,18	0,54	0,21	1,25

Explanation:***p<0.001

According to the results of the methodology and normative indicators, a statistical difference was observed between the indicators of male and female pedagogues on organizational ability. We have to evaluate this difference as gender differences among pedagogues. According to the normative indicators, the organizational ability of male pedagogues is very high (0.81), and that of women is (0.64) and there are significant differences between them (t=3.19, p<0.001). It can be seen that the organizational skills of male pedagogues in the process of working with students are generally superior to those of female pedagogues.

In terms of communicative abilities, male (0.64) and female (0.54) pedagogues represent the average normative indicator. Communication skills are important for pedagogues to organize educational activities with students. In general, it led to the conclusion that there is no gender difference in the communicative abilities of male and female pedagogues.

The next analysis of the research was carried out according to the age characteristics of the pedagogues. Gender differences in organizational and communicative abilities of pedagogues aged 30 to 55 were studied

2-table.

Results of male and female pedagogues on communicative and organizational skills ("Organizational and communicative skills" questionnaire (V.V. Sinyavsky, V.A. Fedoroshin)) (by age, N=234)

Age stages	**Male (N=95)**				**Female (N=139)**				**t-balance**	
	Organizational ability		Communicative ability		Organizational ability		Communicative ability			
	X	σ	X	σ	X	σ	X	σ		
Under 30 years	0,80	0,11	0,75	0,13	0,77	0,12	0,76	0,06	0.82	0,115
Under 30-35 years	0,76	0,11	0,64	0,16	0,67	0,16	0,55	0,15	2.99**	2,25*
Under 35-40 years	0,66	0,18	0,65	0,12	0,51	0,21	0,36	0,13	-0.63	3,18***
Under 45-50 years	0,71	0,08	0,71	0,09	0,58	0,10	0,48	0,10	-1.42	4,47**
Under 50-55 years	0,75	0,12	0,66	0,09	0,75	0,12	0,66	0,09	0.10	0,23
Over 55 years old	0,75	0,13	0,75	0,10	0,71	0,17	0,72	0,14	-1.53	1,37

Explanation: *p<0.05; **p<0.01;***p<0.001

Organizational skills of male (0.80) and female (0.75) pedagogues under the age of 30 have a high level, but no gender difference was observed. Communicative skills also represented a very high coefficient in male (0.77) and female pedagogues (0.76).

Several gender differences were observed in the organizational and communicative skills of teachers according to their age. Men (0.76) and women (0.64) of 30-35-year-old pedagogues have a gender difference in organizational skills ($t=2.99$, $p<0.01$) and in terms of communication skills, men (0.64) and women (0, 55) gender difference was found ($t=2.25$, $p<0.05$). In this age group, male pedagogues showed superiority in terms of communicative and organizational skills compared to females.

Male (0.65 and 0.36) and female (0.71 and 0.48) pedagogues under the age of 35-40 and 45-50 have differences in their communicative abilities ($t=3.18$, $p<0.001$; $t=4.47$, $p<0.001$). In this case, the communicative abilities of male pedagogues in both age groups reflected average and high levels. In women, lower than average coefficients were observed.

No gender differences were found in terms of age indicators in organizational and communicative skills in men and women aged 50-55 and older than 55. The results of the test show that communicative and organizational skills can be found in pedagogues at any age, but in different cases in the research, it was observed that the communicative and organizational skills of male pedagogues are superior to those of women.

Master of his field, enterprising and leadership were evaluated as the important qualities of a real pedagogue personality. It is natural that the image of a teacher has qualities typical of an ideal and real teacher. In this case, the qualities characteristic of

the image of an ideal teacher determines the personal and professional development of a real teacher. In the eyes of the students, demanding, master of his field, humanitarian and justice were considered important personal qualities for an ideal pedagogue.

When professors and teachers evaluated leadership as a leading character in their interaction with students of modern pedagogy, students expressed their that character as a lack of self-confidence, flexibility, trustworthiness, and complacency.

References.

1. Joraeva S.N. The combination of teacher image responsibility and interaction // "Psychology". 2021. #2. B. 65-69.
2. Joraeva S.N. Personality characteristics describing the image of a teacher // Pedagogical skills. 2022. #1. B.50-56.
3. Joraeva S.N. The influence of psychological factors on the formation of the image of a modern pedagogue // Modern education. 2020. No. 1. B. 49-55.
4. Joraeva S.N. The responsibility of the teacher's image // Pedagogy. 2021. #4. B.62-68.
5. Abdullayeva, Sh. H. (2020). Formation of communicative competence skills for future teachers. European Journal of Research and Reflection in Education Sciences.

КУЛЬТУРНЫЕ РАЗЛИЧИЯ, СТЕРЕОТИПЫ И КОММУНИКАЦИОННЫЕ ПОТРЕБНОСТИ В МЕЖКУЛЬТУРНОЙ КОММУНИКАЦИИ В ГЛОБАЛЬНОЙ МУЛЬТИКУЛЬТУРНОЙ СРЕДЕ

Жумаев У.С.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. В этом исследовании изучается личное мнение китайских сотрудников, работающих в многокультурной среде, о взаимосвязи между культурным разнообразием и эффективностью их общения в многокультурной среде. Чтобы лучше понять связь между культурным прошлым и эффективным деловым общением, мы провели в 2020 году анкетный опрос 20 сотрудников китайской дочерней компании ведущей европейской производственной компании. Анализ показал, что даже если респонденты выражали негативное влияние культурных различий на общение, они также проявляли позитивное отношение к межкультурным взаимодействиям. Более того, игнорирование или даже неуважение к различным культурным ценностям взаимодействующих лиц считалось основным барьером в межкультурном общении, и таких барьеров можно избежать, если уважать другой культурный фон. Хотя считалось, что культурные различия мешают работе респондентов и часто являются источником неудовлетворенности, они не мешали им вступать в межкультурное общение.

Ключевые слова: межкультурное общение, деловое общение, культурное разнообразие, стереотипы, менеджеры, коллективизм, психологические потребности.

Предыдущие исследования показали, что, несмотря на прогрессирующую глобализацию и стирание границ между национальными рынками, можно наблюдать явление усиления культурных различий между нациями, регионами и этническими группами (Lillis & Tian 2010), что часто приводит к проблемам коммуникации в глобализированных странах бизнес (Ferraro 2002). Любое исследование влияния культурных факторов на коммуникативные практики в бизнес-контексте является шагом к осознанию этих проблем и незаменимо для проектирования и

разработки любого межкультурного бизнес-метода, который может быть применен для повышения эффективности общения между работающими сотрудниками и между ними в глобальных корпорациях.

В этом исследовании изучается личное мнение китайских сотрудников, работающих в мультикультурной среде, о взаимосвязи между культурным разнообразием и эффективностью межкультурного общения на рабочем месте. Эти отношения необходимо постоянно исследовать в связи с глобализацией и интернационализацией европейских компаний, особенно в контексте последних попыток центральноевропейских политиков сделать европейское и китайское деловое сотрудничество более тесным, чем когда-либо прежде. Поскольку новые бизнесы между выходцами из Восточной Азии и европейцами будут помещать менеджеров в новый культурный контекст, стоит учитывать мнения китайских сотрудников, которые до сих пор имели возможность общаться с европейцами.

После краткого изложения цели и частей теории, наиболее важных для нашего исследования, мы представляем конкретные вопросы исследования и дизайн. В следующих разделах мы представляем результаты опроса и описываем отношение участников к коммуникативному взаимодействию с коллегами из других культур, чувства участников по поводу коммуникативных барьеров и их влияние на удовлетворение их психологических потребностей, а также их личные взгляды на возможные средства решения проблем преодолеть эти трудности. За эмпирической частью следует обсуждение и заключительные замечания о преимуществах продолжения исследования влияния культурных факторов на эффективность межкультурных коммуникативных контактов в бизнес-контексте.

Основная цель этого исследования - определить, в какой степени культура - понимаемая с антропологической точки зрения как знания, верования, искусство, моральные правила, идеи, стандарты, законы, обычии, способности и привычки, приобретенные людьми и переданные ими другим членам общества (Benedict 1934; Tylor 1958; Hill 2005), а также с когнитивной точки зрения как коллективное программирование разума, когнитивные паттерны, способы мышления, чувства, стили взаимодействия, которые приобретаются, описываются и передаются с помощью символов и в социальном плане передается от одного поколения к другому (Kluckhohn 1951; Geertz 1973; D'Andrade 1984; Triandis 1994; Hofstede 2001; Swaidan & Hayes 2005; Matsumoto 2006) влияет на то, как сотрудники компании воспринимают методы общения в многонациональной деловой среде, и на то, что степень межкультурного взаимодействия формирует картину межкультурного делового общения в глазах самих участников процесса коммуникации.

Мы рассмотрим две основные и общие взаимосвязи, которые необходимо учитывать при планировании любого исследования межкультурной коммуникации в деловой среде. Первый касается ориентации сотрудников на процесс общения в компании и культурного происхождения сотрудников. Такое противодействие было спроецировано, потому что измерение отношения человека к общению, то есть уровня его или ее понимания того, что потребности и чувства других, которые сигнализируются, выражаются, поддерживаются и развиваются посредством коммуникативных практик, важны в социальных отношениях для определенная степень отражает уровень осознания того, что коллеги должны заботиться о благополучии друг друга и удовлетворены межкультурным взаимодействием.

Второе отношение рассматривает культурные барьеры и коммуникативные препятствия в межкультурном деловом общении, определяемые стереотипами по отношению к другим культурам, а также отношением к культурным различиям участников взаимодействия из одной и той же корпорации. Мы имеем в виду реконструкцию связи между опытом профессионального общения сотрудников с

представителями других культур и их индивидуальным восприятием межкультурного делового общения.

Работы Маркуса и др. (1997), Hofstede (2001), Kitayama & Cohen (2007) или Nisbett (2007) показывают, что область социального познания в течение нескольких десятилетий была предметом обсуждения влияния культурных, лингвистических и социальных факторов на когнитивные способности стили и структуры, определяющие предпочтения людей в отношении стилей общения (Gut & Wilczewski, 2015). Недавние исследования влияния социально и культурно специфических факторов на деловое общение показывают, что среди категорий, влияющих на коммуникативные практики в многонациональной среде, есть (1) поведение индивидов по отношению к сообществу, (2) построение независимого или взаимозависимого, и (3) чувствительность к философии, традициям и ценностям.

Культурные аспекты индивидуализма и коллективизма объясняют поведение индивидов по отношению к себе внутри группы и по отношению к другим членам группы. Поскольку коллективизм был признан доминирующим среди восточных культур (Hofstede 2001; Robertson et al. 2001), в отличие от западных культур, характеризующихся сильным индивидуализмом, предполагается, что участники нашего исследования демонстрируют коллективистское поведение, то есть они по определению будут учитывать учитывают благополучие своих коллег, и этот счет будет даже сильнее, чем их собственный (но только в рамках внутригрупповых отношений; ср. Triandis 1988). Опираясь на тот факт, что «сотрудничество в группах высоко, но маловероятно, когда другой человек принадлежит к чужой группе» (Triandis et al. 1988: 325) и что основные ценности для коллективистских людей - это доброжелательность, конформизм и традиции (Ralston et al. 2012: 482; Schwartz 1994), мы прогнозируем, что опрошенные сотрудники будут демонстрировать сильную общинную ориентацию, они будут признавать культуру как основной фактор, влияющий на процесс построения отношений на их многокультурном рабочем месте, они будут решительно выражать готовность уважать свою культуру при общении с коллегами из других культур.

Поскольку азиатские культуры описываются как коллективистские, а западные - как индивидуалистические, мы предполагаем, что китайские сотрудники будут выражать тенденцию конструировать себя со ссылкой на социальный контекст, каким-то образом конструируя форму взаимозависимости между собой и членами своей группы, что в свою очередь, связан с определением понятия «я» в относительной манере посредством ссылки на других. Соответственно, мы прогнозируем, что участники опроса будут чаще концентрироваться на своих коллегах, чем на себе, или что концентрация на себе будет относительной, то есть они будут выражать свои психологические потребности со ссылкой на потребности своих коллег. Что касается межкультурных контактов, мы следовательно, предполагаем, что даже если некоторые члены команды принадлежат к разным культурам и их культурные ценности могут рассматриваться как чужды китайской культуре, китайские сотрудники все равно будут проявлять к ним положительное отношение и подчеркивать необходимость уважения культурных ценностей - поскольку коллективистские культуры больше ориентированы на продвижение целей других и поддержание гармонии, в отличие от индивидуалистических культур, ориентированных на личные цели и автономию индивида (Markus & Kitayama 1991: 241-2).

Что касается роли культурных ценностей в межкультурном деловом общении, недавние исследования выявили взаимосвязь между измерениями Хофстеде (особенно дистанция власти, коллективизм против индивидуализма, избегание неопределенности, долгосрочная ориентация и мужественность против женственности) и способами принятия решений создание, модели общения, стили управ-

ления и ценности, которыми руководствуются менеджеры при построении деловых отношений (Abramson et al. 1993; Tang & Ward 2003; Kobayashi & Viswat 2011; Neuliep 2011). Результаты некоторых исследований показывают, что на выбор стиля общения могут влиять ценности, которыми руководствуются сотрудники. Например, корейцы предпочитают непрямой стиль общения из-за таких конфуцианских ценностей, как гармония, консенсус или эгалитаризм (Merkin 2005), а также потому, что они чувствительны к лицу (сохраняя лицо), предпочитая компромисс для разрешения конфликтов (Park 1993; Lim & Чой 1996). Большинство сравнительных исследований влияния аксиологических систем (например, в конфуцианской, буддийской или протестантской философии) на практики делового общения традиционно заключалось в сравнении азиатов с американцами и изучении ценностей, которыми они руководствуются в деловом общении (гармония, сотрудничество, беспроигрышный принцип, долгосрочные отношения, уважительные манеры, этикет, настойчивость, отношение к изменениям, гибкость в отношении правил, лояльность и т. д.), рассматривая эти две группы как образцовые представители высококонтекстных и низкоконтекстных культур (см., например, Ting-Toomey и др. 1991; Гернет 1995: 471; Юк и Ан 1999; Ауне и др. 2001; Ли и Морейра 2009). Однако уникальное исследование присутствия конфуцианских и протестантских ценностей в трудовой этике азиатских и неазиатских стран (Phuong-Mai 2005; Domurat et al. 2012) показывает, что конфуцианские ценности не должны ограничиваться азиатскими культурами, и - что удивительно - некоторые неазиатские страны (например, Польша) характеризуются высоким уровнем коллективизма и даже более высоким уровнем «конфуцианской трудовой этики», чем, например, корейцы.

Эти результаты показывают, что коммуникативные практики определяются не исключительно культурными категориями (принадлежностью к определенному типу культуры), но также аксиологическими предпочтениями (например, работа для общего блага, конкретный взгляд на материальные вопросы) и внешними контекстами (например, экономическая взаимосвязь между экономическим развитием страны и ценностями коллективизма и индивидуализма). Соответственно, мы считаем, что категоризация сотрудников в соответствии с их культурным происхождением и прогнозирование их отношения к другим культурам, коллег с другим культурным прошлым, а также поведения по отношению к сообществу в целом приводит к редукционизму, что приводит к искаженному представлению о процессе межкультурного делового общения - особенно если принять во внимание роль корпоративной культуры в определении коммуникационных взаимодействий в компании. Таким образом, мы согласны с Чао (2000), что индивидуальные убеждения, мнения, предпочтения и отношения к процессу коммуникации с участием других культур следует исследовать с точки зрения отдельного человека, то есть теоретизировать, а затем измерять на индивидуальном уровне, но при этом обсуждать внешний культурный фон работодателей, навязывание им определенных культурных категорий, а также последствия на уровне группы, такие как коллективные ценности (Nguyen et al. 2010: 181). В нашем исследовании, сфокусированном на личном опыте, мнениях, предпочтениях и отношении сотрудников к процессу межкультурного общения, мы предполагаем, что китайские сотрудники будут рассматривать общение с людьми из других культур как положительный и значимый процесс из-за высокого уровня знаний. коллективизм, конструирующий самость взаимозависимо и, следовательно, рассматривающий его как средство поддержания внутригрупповых отношений, которые работают на благо группы.

Такие черты сотрудников, как ограниченность, этноцентризм, культурный империализм и стереотипы, были признаны полностью уничижительными в контексте мультикультурного управления, а попытки управлять сотрудниками из разных

культур одним и тем же образом оказались проблемой для глобального бизнеса. (Чейни и Мартин 2011; Окоро 2013). Поскольку стереотипное восприятие взаимодействующих лежит в сфере наших интересов, стоит указать, что стереотипы - это «широко принятые, разделяемые культурой убеждения, описывающие личные черты и характеристики групп людей» (Ramasubramanian 2011). Согласно В. Липманну (1922), стереотипы - это упрощенные и часто искаженные «картинки в нашей голове», которые относятся к явлениям и людям и помогают людям преодолевать огромное количество информации, сложность окружающего мира (см. McGarty et al. 2002: 2-3), и дать им возможность «осмыслить свои мирские встречи» (Hager 2010: 127). Даже если стереотипное восприятие может быть ложным, стереотип отвечает на вопрос, каким должно быть что-то, если мы хотим верить - основываясь на нашем культурном опыте - в то, что это то, чем оно является (Habrajska 1998: 117). Некоторые лингвисты считают, что стереотипизация - это эпифеномен чрезмерно упрощенного, схематичного и часто ошибочного мышления (Shaumjan 2006: 179), который искажает представление о людях и объектах, к которым относится. Однако, выполняя номинальную функцию, стереотип помогает людям классифицировать элементы окружающей действительности и понимать свои переживания. Подобно символу или мифу, стереотип имеет амбивалентный характер и передает как положительные, так и отрицательные значения и референции, опираясь на такие факторы, как возраст, пол, раса, религия, профессия и национальность (Пермякова, 2015), которые моделируются исторической традицией, политикой, и в основном средствами массовой информации (Michajłowa 2007: 176).

Изучение роли социального стереотипа (который представляет собой «стандартизированное мнение об определенных социальных группах или представителях этих групп», Kotorowa 2014: 187) в межкультурной коммуникации дает возможность понять культурные основы когнитивного процесса категоризации и следовательно, позволяет нам в частности, понять народные представления о людях из других культур - это позволяет нам реконструировать то, как люди воспринимают себя и других. Эта задача кажется незаменимой в контексте межкультурных курсов для студентов и тренингов для сотрудников, работающих в мультикультурной среде, поскольку она способствует их «общей базе знаний о целевой культуре, а также способствует более глубокому размышлению о чужой культуре, собственной культуре учащихся и процесс формирования суждений в целом» (Weber 1990: 137).

В нашей статье мы стремились изучить ориентацию сотрудников на процесс межкультурного общения в глобальной компании, а также такие культурные основы коммуникативных барьеров, как стереотипы, самооценки и другие интерпретации. Анализ результатов анкетного опроса, проведенного среди 20 китайских белых воротничков из китайского филиала европейской глобальной корпорации, позволил нам ответить на три исследовательских вопроса.

В случае первого вопроса об опыте участников и мнениях о влиянии культурного разнообразия на процесс общения на рабочем месте мы обнаружили, что респонденты столкнулись с негативными последствиями культурного разнообразия на своем рабочем месте, что выразилось в трудностях общение с руководителями и коллегами из разных культур как в рабочее время, так и после работы, что в некоторых случаях даже приводит к снижению их производительности, а часто и к снижению их удовлетворенности. Какими бы негативными ни были эффекты, участники продемонстрировали позитивное отношение к межкультурному взаимодействию и указали на культурную адаптивность как средство преодоления этих эффектов.

Что касается мнения участников о влиянии стереотипных представлений сотрудников на профессиональное общение и удовлетворение их психологических потребностей, результаты ясно показывают, что в китайской культуре, где доминирует коллективистский способ принятия решений, а также восприятие «Я», участники опроса проявляют следующие убеждения: я. основным источником барьеров в межкультурном общении является игнорирование или даже неуважение к культурному разнообразию взаимодействующих, а также стереотипное восприятие сотрудников с другим культурным фоном (преобладают такие мнения, как «Мои коллеги считают, что они лучше работают, чем они есть на самом деле» есть), и что коммуникативных проблем в межкультурном взаимодействии можно избежать, если уважать другой культурный фон.

Таким образом, результаты подтвердили коллективистский способ взаимозависимого конструирования себя, который типичен для китайцев, а именно, даже если респонденты считали, что их коллеги по работе построили свои образы лучше, чем на самом деле (на самом деле лучше, чем в действительности) глазами респондентов), их собственное самосозерцание выглядело скорее коллективистским, то есть они не воспринимали себя лучше своих коллег. Важно отметить, что прямого соответствия между стереотипным восприятием коллег с разным культурным происхождением и коммуникативными барьерами на рабочем месте не выявлено.

Ответы на последний вопрос о мнениях участников об источниках коммуникативных проблем и способах их преодоления в будущем показали, что китайские респонденты рассматривали культурные различия как фактор, препятствующий выполнению ими своих профессиональных обязанностей, но недостаточно сильный, чтобы отпугнуть их с работы. Большинство респондентов считали неуважение культурных ценностей величайшим источником неудовлетворенности и снижения их благосостояния и позитивного отношения к коллегам. Результаты показали, что участники опроса с нетерпением ожидали культурных тренингов, а также официальных и неформальных встреч, на которых они могли бы (сами и другие) лучше познакомиться с другими культурами (что соответствует культурной адаптации как способу преодоления негативных последствий межкультурного взаимодействия проблем), чтобы их культуры уважали больше.

Мы считаем, что при характеристике эффективности общения следует уделять особое внимание культурным факторам, поскольку многочисленные исследования показывают, что они являются ключевыми и положительными факторами, которые улучшают процессы переговоров и принятия решений, стимулируют производительность членов мультикультурных команд и повысить их удовлетворенность и уменьшить отсутствие на работе (см., например, Clampitt & Downs 1993; Daily et al. 1996; Daily & Steiner 1998; Schachaf 2008; Wilczewski 2015).

Взаимосвязь между культурой, культурным разнообразием и эффективностью их общения в мультикультурной среде требует постоянного изучения из-за процессов глобализации и интернационализации европейских компаний, особенно в контексте недавних частых политических попыток сблизить китайское и европейское деловое сотрудничество чем когда-либо ранее (например, путем укрепления морских и сухопутных связей между Китаем и Европой, китайскую концепцию «Нового шелкового пути»). Вот почему стоит переключить внимание исследователей с практик межкультурного общения между выходцами из Восточной Азии, Америки и Западной Европы на жителей Центральной Европы, поскольку новые международные предприятия, возможно, поместят многих сотрудников из Центральной Европы в новые культурные контексты.

Осведомленность о культурных различиях между коллегами подготавливает сотрудников к лучшему пониманию своего поведения и преодолению препятствий

в общении, а также к пониманию культурно значимых моделей ведения бизнеса в международном контексте. Это важно не только для эффективного общения в рабочих группах или сотрудничества между сотрудниками и работодателями, но и для сотрудничества с международными дочерними предприятиями компании, для переговоров с заинтересованными сторонами и другими компаниями, а также для увеличения коммуникационного потенциала в глобальных корпорациях.

Литература.

1. Аблончи-Михалика Л. (2009). Деловое общение между людьми с разным культурным прошлым. Труды конференции международного журнала искусств и наук, 1 (19), 121-129.
2. Бенедикт, Р. (1934). Образцы культуры. Нью-Йорк: Миффлин.
3. Чейни, Л.Х., и Мартин, Дж.С. (2011). Межкультурное деловое общение (4-е изд.). Река Аппер Сэдл, Нью-Джерси: Пирсон Прентис Холл.
4. Clampitt P.G., & Downs W. (1993). Представления сотрудников о взаимосвязи между коммуникацией и производительностью: полевое исследование. Журнал делового общения, 30 (1), 5-28.
5. Дейли Б., Ватли А, Эш С.Р и Штайнер Р.Л. (1996). Влияние групповой системы поддержки принятия решений на культурно разнообразное и культурно однородное групповое принятие решений. Информация и менеджмент. 30 (6), 281-289.
6. Гирц К. (1973). Интерпретация культур. Нью-Йорк: Базовый.
7. Хабрайска Г. (1998), Прототип - стереотип - метафора. B.J. Anusiewicz, & J.Bartmiński (Eds), Język a kultura, Vol. 12: Стереотип как предмет лингвистики. Теория, методология, эмпирический анализ (стр. 116-123). Вроцлав: Towarzystwo Przyjaciół Polonistyki Wrocławskiej.
8. Хагер М. (2010). Обучение межкультурной коммуникации на профессиональном языковом курсе. Global Business Languages, 15. Получено 27 ноября 2015 г. с http: docs.lib.purdue.edu.gbl.vol15.iss1.9.
9. Хофстеде Г. (2001). Последствия культур (2-е изд.). Таузенд-Оукс: CA: Sage.

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ К ШКОЛЕ ДЕТЕЙ С РАЗНОЙ ГЕНДЕРНОЙ ПРИНАДЛЕЖНОСТЬЮ

Изотова Е.Г.
(г. Воркута, Россия)

Аннотация. В данной статье рассмотрены понятие и признаки адаптации и дезадаптации. Выявлены гендерные особенности адаптационных способностей первоклассников и определены их различия. Доказано выдвинутое предположение, что дети с разной гендерной принадлежностью имеют различный уровень адаптации к школьному обучению: более успешны и адаптированы дети с маскулинной гендерной принадлежностью, далее идут дети – андрогины и менее адаптированными являются младшие школьники с феминной гендерной принадлежностью.

Ключевые слова: адаптация; младший школьник; гендерная принадлежность.

Annotation. This article discusses the concept and signs of adaptation and maladaptation. The gender features of the adaptive abilities of first-graders are revealed and their differences are determined. It is proved that children with different genders have

different levels of adaptation to schooling: children with masculine gender identity are more successful and adapted, then androgynous children and younger schoolchildren with feminine gender identity are less adapted.

Keywords: adaptation; junior high school student; gender identity.

Пристальное внимание к школьной адаптации вызвано тем, что, являясь динамическим процессом прогрессивной перестройки функциональных систем организма, она обеспечивает возрастное развитие. Изучение гендерных особенностей адаптации детей к школе является актуальной и значимой для современной науки, что и определило цель исследования - изучить особенности адаптации к школе детей с разной гендерной принадлежностью.

Гипотезой исследования является положение о том, что адаптация к школе у детей с разной гендерной принадлежностью будет иметь свою специфику.

Экспериментальная база - МОУ СОШ № 23 г. Воркуты Республика Коми. В опросе приняло участие 45 детей – 17 мальчиков и 28 девочек – ученики 1–х классов МОУ СОШ № 23 г. Воркуты.

Качественный и количественный анализ полученных результатов позволил сделать общие выводы: легкая степень адаптации у 34% учащихся; средняя степень адаптации у большинства учащихся – или 53% детей; тяжелая степень адаптации наблюдается у 13 % учащихся. Далее было доказано, что андрогинному типу гендера соответствует легкая степень адаптации к школе. Эти дети, сочетая в себе качества маскулинности и фемининности, умеют общаться, приспосабливаться к новым условиям. Школа для них – возможность проявить свои личные качества.

Феминному типу гендера соответствует в большей степени средняя степень адаптации к школе. Эти дети, проявляя качества фемининности, иногда излишне уступчивы, ранимы и чувствительны. Школа для них – также возможность проявить свои личные качества, развить уверенность в себе.

Маскулинному типу гендера соответствует в большей степени тяжелая степень адаптации к школе. Эти дети, проявляя качества маскулинности, иногда излишне не уступчивы, могут быть грубы и агрессивны, не умеют общаться с окружающими. Школа для них – своеобразное «поле боя», где нужно постоянно отстаивать себя, защищая свои личные границы.

Таким образом, можно сделать вывод, что гендер влияет на успешность адаптации. Анализ статистических данных показывает наличие чёткой разницы в уровне адаптации у детей с разной гендерной идентичностью. При этом, стоит отметить, что наилучший уровень адаптации к школе показывают дети с андрогинным типом гендера. Они умеют договариваться и выстраивать свои отношения с окружающими оптимальным образом, используя механизмы фемининности и маскулинности наилучшим образом и в наиболее верной ситуации.

В заключении стоит отметить, что на формирование модели поведения и восприятие мира ребенка влияют и социальные стереотипы, и личные склонности, и особенности нервной организации, и круг общения ребенка и родителей, и, конечно же, личности родителей и близких, их собственное поведение. В настоящее время происходит смешение ролей женщины и мужчины, исчезла необходимость в том, чтобы мужчина был добытчиком и воином, а женщины все чаще занимают лидирующие позиции в бизнесе и в обществе. Гендерные стереотипы не являются чем-то природным, а создаются обществом и изменяются вместе с ним. В младшем школьном возрасте, ребёнок переходит на новый этап социализации и формирование социальных стереотипов возможно в дальнейшем. При этом стоит учитывать особенности, положительные и отрицательные стороны гендерной принадлежности, так как данная

характеристика является более подвижной и изменяемой, чем биологический пол ребенка.

Литература.

1. Изотова Е.Г. Гендерные особенности проявления агрессии и агрессивного поведения младших школьников во внеурочной деятельности // Проблемы современного педагогического образования. Сер.: Педагогика и психология. – Сборник научных трудов: – Ялта: РИО ГПА, 2018. С. 469 – 472.
2. Изотова Е.Г., Полоз А.Ю. Влияние родителей на формирование таких личностных качеств, как агрессивность, тревожность и уровень коммуникативных навыков у младших школьников // Реализация стандартов второго поколения в школе: Проблемы и перспективы : сборник научных статей шестой всероссийской интернет-конференции [Октябрь-декабрь 2016 г.] / под ред. Е.В. Карповой. – Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 2016.
3. Изотова Е.Г. Формирование гендерного представления у детей младшего школьного возраста на занятиях по внеурочной деятельности // Опыт и перспективы реализации ФГОС в современной школе: сборник научных статей / под ред. Е.В. Карповой. – Ярославль: РИО ЯГПУ, 2018
4. Коротаева А. И. Особенности социально-психологической адаптации школьников с разной гендерной идентичностью / А. И. Коротаева, М. Ю. Кузьмин // Педагогический имидж. – 2020. – Т. 14. – № 4(49). – С. 729-742. – DOI 10.32343/2409-5052-2020-14-4-729-742. – EDN UIBDYZ

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ЗАНЯТИЙ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ СПОРТА НА УРОВЕНЬ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ

Иноятов А.Ш, Ибодов Д.
(г.Бухара, Узбекистан)

В теории и практике физической культуры проблемы воспитания физических качеств и их влияния на спортивную деятельность актуальна на сегодняшний день, так как исследование и развитие физических качеств являются одной из главных проблем в области физической культуры и спорта. Разнообразные двигательные действия формируются в течении жизни человека под влиянием многих факторов и процесс их формирования может приобретать различный характер, оптимизация этого процесса достигается в условиях рационально построенного обучения. Студенты, занимающиеся разными видами спорта, имеют различный уровень физической подготовки и проявления основных двигательных качеств, предстоящей работе необходимо исследовать на основе тестов и измерений, уровень развития основных двигательных качеств у студентов специализирующихся в легкой атлетике, спортивных играх и гимнастике.

В возрасте 19-20 лет, мужской организм сформирован, и процессы роста организма значительно замедляются, а работа систем и органов уравновешивается. У представителей мужского пола, в возрасте 17-22 лет, не все физические качества достигают пика развития. Чтобы узнать об особенностях проявления двигательных качеств в данном возрасте, необходимо охарактеризовать каждое качество отдельно.

Сила. К 19-21 году завершается окончательное окостенение скелета. Мышцы в этом возрасте растут в объёме, в результате чего увеличивается их сила, мышечный корсет (он в этом возрасте полностью сформирован) и сформировавшийся скелет (он в этом возрасте почти полностью окостеневает), позволяет проявлять максимальные усилия. В видах спорта требующих максимального проявления силы, в 19-21 год начинается совершенствование этого качества до уровня предельных возможностей организма.

Быстрота. В интересующем нас возрасте развитие быстроты достигает высокого уровня. Это характеризуется быстротой протекания нервно-мышечных процессов, увеличением в мышцах количества быстрых миофибрилл, увеличением мышечной массы, а следовательно, и силы (сила и быстрота тесно взаимосвязаны и обратно пропорциональны друг другу).

В возрасте 19-21 года у мужчин начинаются первые большие успехи в видах спорта, содержащих эти физические качества. С этого возраста начинается процесс высшего спортивного мастерства у мужчин.

Выносливость развивается позже других физических качеств. Она зависит от состояния сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной (в анаэробных условиях утомление в первую очередь происходит в центральной нервной системе) и других систем организма.

Уровень выносливости в 19-21 год достигает 85-90 % от максимального.

В 19-21 год, адаптационные возможности органов и систем организма к физическим нагрузкам значительно выше, чем у школьников, и восстановительные процессы после физической нагрузки происходит быстрей. Это позволяет увеличить количество тренировочных занятий.

Ловкость. К 19-21 году все координационные механизмы соответствуют уровню взрослого человека. Это обуславливается тем, что нервная система развилась до конца, и процессы возбуждения и торможения полностью уравновешенны. Это позволяет оценивать неожиданно складывающиеся ситуации и без промедления реагировать на них. Улучшается мышечная чувствительность, что позволяет выполнять сложно-координационные движения в пространстве. Именно в этом возрасте начинают уделять внимание совершенствованию координации в видах спорта, требующих большого проявления ловкости. Возраст от 18 до 30 лет считают «золотым» в развитии моторики человека, а следовательно, возраст 19-21 год является началом расцвета двигательных способностей.

Гибкость. Данное физическое качество с возрастом изменяется. Это связанно с укреплением мышц, связок и сухожилий. В возрасте 19-21 года мышцы начинают расти, а следовательно, и укрепляются связки и сухожилия. В этом возрасте гибкости следует уделять немаловажное значение. Если гибкость достаточная, то её необходимо поддерживать с помощью специальных упражнений. При недостаточной гибкости следует уделять вдвое больше внимания, при её развитии, чем в более юном возрасте.

Спортивная гимнастика

Сила – одно из наиболее важных двигательных качеств гимнаста. В связи с тем, что выполнение большинства гимнастических упражнений связано с необходимостью преодолевать вес собственного тела, силовые возможности гимнастов определяются не только абсолютными показателями мышечной силы, сколько относительными.

При выполнении гимнастических упражнений сила спортсмена проявляется в условиях различного режима работы мышц: в статическом (изометрическом) режиме, преодолевающем (монометрическом) режиме, в уступающем (плиометрическом) режиме.

В ***гимнастике***, особенно в акробатических и опорных прыжках, велико значение взрывной силы – разновидность динамической силы.

Гибкость. Гимнасты, как правило, обладают хорошей гибкостью, но и среди них есть такие спортсмены, достижения которых лимитируются недостаточной подвижностью в суставах рук, ног, позвоночного столба.

При освоении упражнений на гимнастических снарядах, а также вольных упражнений, часто обнаруживается недостаточная гибкость спортсмена, что является барьером при разучивании упражнений, а также не позволяет безупречно выполнять уже освоенные элементы.

Быстрота в гимнастике понимается как способность занимающегося быстро производить мышечные сокращения.

Для успешного овладения техникой гимнастической упражнений, необходимо уметь выполнять двигательные действия в минимальные промежутки времени.

Так, например, толчок ногами в опорных прыжках у квалифицированных гимнастов, при отличном выполнении упражнения длится всего 0,09 – 0,12 сек., а толчок руками – от 0,17 до 0,20 сек. Десятыми долями секунды измеряется длительность отдельных движений в акробатических упражнениях. Менее секунды требуется для выполнения многих, весьма сложных элементов на снарядах. Скоростные качества гимнаста определяются по времени его двигательной реакции (быстроте ответного действия на какой-нибудь внешний раздражитель), быстроте выполнения отдельных движений (например, длительности сгибания и разгибания туловища) и по частоте движений в единицу времени.

Для гимнаста наибольшее значение имеет скорость одиночного движения. Способность выполнять движения с большой скоростью (резкость) зависит от уровня развития мышечной (динамической) силы, наличия достаточной подвижности в суставах, степени овладении техникой движения и других факторов. Поэтому развивать быстроту движений надо параллельно с развитием других двигательных качеств и совершенствованием спортивной техники.

Одно из важных для гимнаста качеств – прыгучесть. В основе прыгучести лежит, так называемая, взрывная сила. То есть способность мгновенным нервно-мышечным сокращениям. Определяющим фактором, от которого зависит дальность или высота прыжка, является быстрота отталкивания, которая, в свою очередь, обуславливается скоростью мышечного сокращения.

Несмотря на то, что гимнастам не приходится особенно быстро бегать (наибольшая скорость разбега в акробатических и опорных прыжках не превышает 6 – 7 метров в секунду), им все же необходима специальная тренировка, направленная на повышение скорости бега. Важно создать «запас скорости» с тем, чтобы спортсмен имел возможность совершать достаточно мощный разбег в прыжках не на пределе своих скоростных возможностей. В противном случае будет страдать техника выполнения прыжка, в связи с трудностью коррекции ошибок на максимальной скорости.

Важное значение для гимнаста имеет умение быстро набирать необходимую скорость во время разбега (тренировка стартового разбега). Выносливость. Каждый гимнаст должен быть выносливым. Ведь состязания по гимнастике продолжаются обычно 2 – 3 часа. За это время гимнаст не только выполняет зачётные упражнения на каждом снаряде, но и разминается.

Выносливость при выполнении стандартных комбинаций (они характерны для спортивной гимнастики), определяется рядом факторов. Среди них основными являются: устойчивость нервных центров к утомлению, функциональные возможности нервно-мышечного аппарата, психологическая подготовленность и степень владения техникой движений.

Особую роль в спортивной гимнастике играют специальные виды выносливости, такие как выносливость в силовых упражнениях (способность длительное время выполнять динамическую работу, требующую значительных мышечных усилий), в статических усилиях (способность длительно поддерживать мышечное напряжение при отсутствии движений) и в упражнениях скоростно-силового характера.

Силовая выносливость гимнаста существенно зависит от уровня силы, особенно в упражнениях, связанных с преодолением большого сопротивления (силовые упражнения). Как правило, чем большей силой обладает гимнаст, тем выше у него и силовая выносливость. Поэтому для развития выносливости в силовых упражнениях важное значение имеет повышение абсолютных и относительных показателей уровня развития силы (создание запаса силы).

Для гимнаста важное значение имеет локальная выносливость. В тоже время в том комплексе двигательных действий, который представляет собой гимнастика в видах многоборья, специфические особенности видов выносливости, соответствующих каждому силовому качеству, проявляются в единстве. И тем не менее локальная выносливость, основанная на развитии каждого силового качества, составляет сущность силовой выносливости – одного из главных двигательных качеств гимнаста.

Специальная выносливость гимнаста развивает общую выносливость. Одним из важнейших факторов, определяющих общую выносливость гимнаста, является способность организма вырабатывать энергию преимущественно за счет анаэробных процессов и быстро восстанавливаться, ликвидируя кислородный долг, возникающий в условиях напряжённой и интенсивной двигательной деятельности. Выносливость гимнаста отличается от выносливости, которая проявляется представителями других видов спорта отличается от выносливости, которая проявляется представителями других видов спорта.

Так проникая один в другой, различные виды выносливости обеспечивают готовность гимнаста к выполнению специфической физической работы, без снижения её эффективности, и высокую работоспособность на протяжении длительного периода тренировки.

Ловкость. Процесс освоения техники гимнастических упражнений, требует постоянного проявления ловкости. Не будь этого качества, гимнасту не удалось бы провести ни одного занятия без травм.

Воспитание ловкости тесно связано с совершенствованием ряда конкретных способностей гимнаста, умением: ориентироваться во времени и пространстве в разных положениях на снарядах; дифференцировать степень мышечных усилий; совершенствовать движения в строго заданном режиме и темпе; расслаблять мышцы в определённых фазах движений; сохранять статическое и динамическое равновесие на уменьшенной площади опоры. Процесс развития ловкости основывается на обогащении занимающихся новыми разнообразными двигательными навыками и умениями. Чем большим запасом двигательных навыков и умений обладает гимнаст, тем богаче его двигательный опыт и тем шире база для приобретения новых форм двигательной деятельности. Это становится понятным, если учесть, что образование новых двигательных навыков возможно лишь на базе уже имеющихся в центральной нервной системе, координационных связей.

Особенность проявления физических качеств в различных видах спорта зависит от выполняемых упражнений характерных для каждого вида. Посредством специализированных упражнений спортсмен развивает и совершенствует свою специальную физическую подготовленность.

Характер проявления физических качеств студентов неразрывно связан с возрастными особенностями. В возрасте от 17 до 22 лет развитие физических ка-

честв достигает высокого уровня. Именно в этом возрасте спортсмены начинают достигать высоких результатов в спортивной деятельности.

Литература.
1. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. Питер, 2018. - 243 с.
2. Ильин, Е.П. Психология спорта. Современные направления в психологии: учеб. пособие / Е.П. Ильин, В.К. Сафонов, Ю.Я. Киселев. Ленинград, 1999. 96 с.
3. Коломейцев, Ю.А. Социальная психология спорта: учеб. - метод, пособие. Мн.: БГПУ, 2014. 264 с.

ИНИЦИАТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ КАК СПОСОБ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В ПРОЦЕССЕ ЖЕНСКОЙ ИНИЦИАЦИИ

Исабаева С.Б., Козлов В.В.
(г.Ярославль, Россия)

Аннотация. Описана система архетипических женских образов, которые потенциально могут быть реализованы в женском ролевом поведении в процессе кризиса идентичности. Инициативная психотерапия рассматривается как способ психологической помощи, дающий возможность реализовать различные аспекты женского ролевого поведения.

Ключевые слова: женские архетипические образы, гендерная идентичность, ролевое поведение, инициация, Инициативная психотерапия.

Annotation. A system of archetypal female images that can potentially be implemented in female role behavior in the process of identity crisis is described. Initiative psychotherapy is considered as a way of psychological assistance, which makes it possible to realize various aspects of female role behavior.

Keywords: female archetypal images, gender identity, role behavior, initiation, Initiative psychotherapy.

Главные споры о роли женщин в современном обществе сводятся к вопросам, которые имеют связь как с самоопределением, так и с предназначением. Около всего лишь ста лет назад женщина хотела получить равные права вместе с мужчинами, к получению простого образования, добиться права на голос в выборах, выбор профессии, а также получать более достойную заработную плату. В настоящее время данные мечты стали действительностью, и женщина может получить всё это с легкостью. В прошлом столетии произошло большое количество изменений по поводу положений женщины в современном обществе, а также на то, какая роль бывает у женщины в этом обществе.

Принимая во внимание эти аспекты, свобода и независимость женщин в обществе нашего времени не достигнута в полной мере из-за патриархальные предрассудков и стереотипов, которые существуют в современном обществе. Множество женщин выбирают на текущий момент различные ценностные ориентации, которые касаются вопросов семьи, материнства, а также профессиональной карьеры. Стереотипы, которые уже достаточно прочно сидят в сознании общества, повлияли на то, что женщине сложно реализовать себя как в плане карьеры, так и в плане личности.

С давних времен имеет место быть точка зрения о том, что основная роль женщины заключается только лишь в материнстве. Существующее движение феминисток повлияло на то, что у женщины возникло желание независимости от

мужчин, они стремятся к самостоятельности и самодостаточности. Данный аспект повлиял на то, что были сформированы конфликтные отношения с исконной сутью женщины, а именно – материнством. На текущий момент в индустриальном обществе существуют различные патриархальные пережитки, которые повлияли на укрепление этого конфликта, а поэтому женщине приходится выбирать между карьерой, а также семьей [1].

Нельзя не отметить то, что долгое время положение женщины являлось бесправным. Кроме того, длительный период времени поведение женщины было регламентировано исключительно ролью матери. В рамках историко-культурных обычаев, которые существуют в разнообразных народностях и странах, женщины более результативно интегрируют роль матери с различными видами деятельности, а порой с управлением государством.

Проблемы, которые имеют связь с интеграционными процессами различных аспектов женской идентичности, которая наблюдается в процессе ролевого поведения, является очень актуальной. Это можно объяснить тем, что женщина может самореализовать себя в различных сферах, основываясь на своих возможностях, природе, а также стремлениях.

Среди большого количества литературы по психологии предпринимаются попытки для демонстрации психологического портрета женщины, которая проживает в наше время, базируясь на мифологической модели.

Идея анализа символов различных архетипических образов, предоставление описания мужских и женских архетипов получило своё развитие в аналитической постюнгианской психологии. Представители этой сферы не применяют в рамках своих работ эмпрические исследования. Они применяют только теоретический анализ проблемы, которая имеет связь с процессом поиска внутренних ресурсов, которые нужны для осуществления индивидуализации. Идеи этих исследователей, которые базируются на структурной организации психики мужчины и женщины обладают скорее метафоричным характером. Болен Дж., а также Гилкрайст Ч. предоставили описание существующего субъективного пространственного внутреннего мира у женщины, у которого имеются разнообразные ролевые сценарии [2].

Авторы, исследующие характерные черты существующего внутреннего мира у мужчин и женщин можно поделить на две группы. Первые группы авторов рассуждают об архетипах, которые должны определить начало в целом. В свою очередь, последователи второй группы предоставляют описание архетипов, которые возможно применить с опытом уже имеющегося бытия женщины в наше время[3].

Основываясь на юнгианской аналитической психологии и психодрамы в нашей стране возникло новое направление, имя которого «инициативная психотерапия». В основу этого направления заложено проживание индивидуальных и групповых инициаций, которые позволяют добиться зрелости мужчины и женщины. Авторы данной методики смогли предоставить теоретическое положение об архетипической мандале, которая смогла продемонстрировать, а также описать основную суть иерархической связи между женскими и мужскими началами.

В рамках анализа инициации в виде этнографического феномена, Ефимкина Р.П. говорит о том, что инициация – это ритуал, который демонстрирует процесс перехода из группы в группу. Используя данную методику как один из аргументов, который использовался в исследовании, Ефимкина проводил аналогию между фазовой структурой и общим содержанием инициации с различными кризисами возраста. В своих трудах автор предоставила описание разнообразных возрастных кризисов женщин в формате инициаций. Кроме того, она продемонстрировала описание стратегий, которые позволяют преодолеть кризис, а также легко

пройти процессы инициации, основываясь исключительно на фольклорных сюжетах [5].

Ефимкина в собственных трудах говорит о том, что существуют четыре этапа в жизни каждой женщины, а также три инициации женщин, которые обладают разнообразными стратегиями формирования, которые можно увидеть в женских сказках. К первой инициации стоит отнести процесс перехода из детского возраста в более взрослый, и он демонстрирует то, что девочка получает статус девушки. Ко второй инициации относится процесс перехода на этап продуктивности, демонстрирует процессы трансформации из девушки в женщину. В рамках третьей инициации происходит кризис жизни, который имеет связь с завершением репродуктивного возраста, и женщина входит в старость [4].

Итак, можно говорить о том, что инициативная психотерапия является абсолютно новым способов психотерапии, который развивается в РФ. К авторам метода стоит отнести Романову Н.В., а также Васильца Т.Б., которые инициативную психотерапию анализируют в виде наиболее эффективного метода получения со стороны женщин духовного единства, а также зрелости.

Литература.

1. Василец Т. Б. Мужчина и женщина: Тайна сакрального брака / Т. Б. Василец, Н. В. Романова. - СПб.: Речь, 2010. - 496 с.
2. Гилкрайст Ч. Круг девяти: Аспекты психики современной женщины в девяти архетипах Ч. Гилкрайст; пер. с англ. Е. Мирошниченко. - М.: София, 2007. 224 с.
3. Джонсон Р. А. Она: Глубинные аспекты женской психологии / Р. А. Джонеон пер. англ. В. К. Мершавки. - М.: Когито-Центр, 2005. - 112 с.
4. Ефимкина Р. Три инициации в женских волшебных сказках // Российский гештальт. Выпуск 4 / Под ред. Н. Б. Долгополова, Р. П. Ефимкиной. - М.: МИГИП, Новосибирск: НГУ, 2003. - С. 18-37.
5. Ефимкина Р., Горлова М. Психологическая инициация женщины // Российский гештальт. - Выпуск 2 / Под ред. Н. Б. Долгополова, Р. П. Ефимкиной. - М.: МИГИП, Новосибирск: НГУ, 1999. - С. 49-65.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ В СЕМЬЕ

Исматова Д.Т.
(г. Бухара, Узбекистан)

Анноатция. В этой статье пойдет речь о методологических основах, явлениях и психологических закономерностях проявления эмоционального выгорания.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, психологическое благополучие, семейные отношения, повседневный стресс, ресурсы, истощение, средний возраст.

Abstract. This article will discuss the methodological foundations, phenomena and psychological patterns of the manifestation of emotional burnout.

Keywords: emotional burnout, psychological well-being, family relationships, everyday stress, resources, exhaustion, middle age.

Настоящее время мы можем назвать временем глобальных и высокоскоростных изменений. Этому способствуют не только рост информатизации и ком-

пьютеризации окружающей среды, но также и меняющиеся социально-экономические условия жизни, деформация ценностно-смысловой сферы общества, кризис семьи как общественного института и проч. Следствием этих событий в итоге является большое количество серьезных изменений в разных сферах жизни современной женщины. Все эти параметры отрицательно сказываются на материнстве, порождая новые трудности взаимодействия матери и ребенка, приводя к ряду деформаций детско-родительских отношений, одной из которых выступает эмоциональное выгорание матери (или иначе – синдром материнского выгорания) [5].

Рождение детей представляет собою для женщины ответственное событие, в целом изменяя ее жизнь, перестраивая отношения во всех аспектах ее семейного, профессионального и личностного бытия [2, с. 88]. Ее включенность в постоянное взаимодействие со своим ребенком, своеобразная «замкнутость» психологического пространства этих взаимоотношений способствуют формированию уникальной среды материнства, наполненной новыми обязанностями, ответственностью, физическими и эмоциональными нагрузками. Вследствие воздействия множества объективных и субъективных факторов материнства у женщины может накапливаться усталость и изнеможение, что ведет к ее истощению и эмоциональному выгорани.

Синдром эмоционального выгорания как предмет социальнопсихологических исследований находится в центре внимания как зарубежных ученых (Х. Фройденберг, К. Маслач, С. Джексон, Э.Пайнс, Е. Аросон, В. Шауфели, М. Ляйтер, Х. Фишер, К. Чернисс, Дж. Еделвич, Д. Этзион), так и отечественных (Т.В. Форманюк, Т.И. Ронгинская, М.М. Скугаревская, Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова, Н.В. Гришина, В.Е. Орёл, А.А. Рукавишников, Т.В. Большакова, И.В. Забара). Понятие «эмоциональное выгорание» (англ. burnout) было введено в научный оборот американским психиатром Х. Дж. Фрейденбергом в 1974 г. для описания особого психологического состояния здоровых людей, которое возникает вследствие интенсивного и эмоционально нагруженного общения во время профессиональной деятельности.

Стоит отметить, что некоторые исследователи, в числе которых, например, М. Кинг, оспаривали термин «эмоциональное выгорание», считая его неопределѐнным и частично совпадающим с близкими понятиями, такими как депрессия, посттравматический стресс или дистимия. Некоторые, как Э. Морроу, рассматривали данное понятие как «странную психиатрическую химеру», Э. Морроу также предложил красочный эмоциональный образ, отражающий внутреннее состояние подверженного выгоранию сотрудника: «запах горящей психологической проводки».

Важно отметить, что отечественные ученые, исследующие проблему выгорания, исходили из наработок зарубежных коллег, поэтому перевод с английского языка термина «burnout» у авторов различается, что можно заметить в таблице 1.

Перевод термина «burnout»	**Исследователь**
Синдром психического выгорания	О.Н. Рыбников
Синдром профессионального выгорания	Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова

Синдром личностной (профессиональной) деформации	В.Ю. Слабинский, С.А. Подсадный, Г.С. Абрамова, Ю.А. Юдчиц
Синдром эмоционального сгорания	В.В. Бойко, Н.А. Аминов, Т.В. Форманюк, Т.С. Яценко
Феномен психического выгорания	Л.А. Вайнштейн
Синдром эмоционального перегорания	В.Д. Вид, Е.И. Лозинская
Эмоциональное сгорание	Л.Д. Демина, И.А. Ральникова, В.В. Постнов

Однако стоит отметить, что некоторые исследователи принципиально разделяют понятия «эмоциональное выгорание» и «профессиональное выгорание», например, Е. Эделевич и А. Бродский считают, что профессиональное выгорание является более узконаправленным термином эмоционального выгорания, они сделали вывод о том, что именно эмоциональное выгорание служит «толчком» для профессионального выгорания.

Концепция «поэтапного прогрессирующего разочарования» Е. Эделевича и А. Бродского дает основание полагать, что профессиональное выгорание наступает вследствие многих факторов эмоционального выгорания, например, фрустрации идеалистических ожиданий из-за повседневной реальности или оценки деятельности и условий труда.

Исследователи выделают следующие этапы выгорания: энтузиазма, стагнации, фрустрации и апатии. На этапе фрустрации, когда человек чувствует себя беспомощно из-за того, что не может с первой попытки выполнить поставленные задачи, формируется состояние беспомощности, что влечет за собой нежелание продолжать работу, возникает чувство профессиональной апатии.

Т.В. Форманюк утверждает, что эмоциональное сгорание может перерасти в профессиональное, которое определяется как глобальный 10 деструктивный феномен, распространяющийся на всю профессиональную деятельность личности.

Теоретический анализ научной литературы демонстрирует, что каждый автор, исследующий вопрос эмоционального выгорания, понимает его по-своему. Однако по итогам I Международной научно-практической конференции, посвященной исследованию выгорания, в 2007 г. было принято решение об использовании единого термина – «синдром выгорания» – без уточняющих прилагательных, подчеркивая тем самым то, что данное явление встречается только у профессионалов в коммуникативной сфере.

Существуют небольшие расхождения в теориях и подходах к вопросу эмоционального выгорания, однако большинство исследователей отмечают, что главным источником выгорания является профессиональный стресс, таким образом, выгорание – это форма профессиональной деформации личности. Наиболее полно вопрос стрессового воздействия раскрыт в работах Г. Селье, исследователь отмечает, что эмоциональное выгорание связано с сильными умственными, эмоциональными и коммуникативными перегрузами [24].

Важно отметить, что эмоциональное выгорание легко передается среди сотрудников: люди изначально подверженные выгоранию, в процессе взаимодействия с окружающими могут перенимать их негативные и пессимистичные настроения.

Так, К. Чернисс в своей статье, рассказывает о том, что ответственность за развитие эмоционального выгорания лежит на руководителе организации: организация места работы, некоторые рабочие ситуации оказывают влияние на формирование и развитие эмоционального выгорания [35]. Работники таких организаций становятся уязвимы, поскольку пребывают в течение длительного времени в стрессовой ситуации, в которой при этом обязаны выполнять свою работу качественно и эффективно.

Некоторые исследователи утверждали наличие связи выгорания с уже имеющимися моделями, так, например, С.Е. Хобфол и Дж. Фриди сравнивали выгорание с теорией общего стресса. С.Т. Миер – с заученной беспомощностью, А. Адлер – с психодинамикой беспомощности, А. Бандура – с моделью самоэффективности и компетентности, Д. Х. Малан – с компульсивным оказанием помощи при наличии «синдрома помогающих профессий» [30].

Результаты исследований, касающихся природы синдрома эмоционального выгорания, привели к созданию различных моделей, отражающих компоненты и структуру этого явленися. Условно модели можно раздели на две группы:

1. Факторные: эмоциональное выгорание рассматривается как структура, состоящая из некоторых компонентов.

2. Процессуальные: выгорание как динамический процесс, имеющий фазы.

Рассмотрим факторные модели синдрома эмоционального выгорания. Однофакторная модель (А. Пайнс и Е. Аросон). Авторы определяют эмоциональное выгорание как одномерную модель, которая представляет собой смесь физического и психического истощения, вызванная длительным нахождением в эмоционально перегруженной ситуации общения, именно истощения является главным фактором выгорания. Согласно данной модели риск эмоционального выгорания существует не только у представителей «помогающих» профессий.

Литература.

1. Базалева Л.А. Возможности исследования эмоционального «выгорания» у матерей в психологии личности // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. – 2010. – Вып. 1. – С. 174–182.
2. Биличенко Е.Н. Самоотношение и особенности самоактуализации личности у женщин // Теория и практика общественного развития. – 2012. – № 10. – С. 79–81.
3. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. – СПб.: Питер. – 2009. – 223 с.
4. Воронина М.Е. Отношение к родителям как предиктор психологического благополучия женщины среднего возраста: автореф. дис. … канд. психол. наук. – Кострома, 2018. – 24 с. 5. Ефимова И.Н. Основы психологического консультирования. – М., 2012. – 80 с.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ МОДЕЛЬ ПОВЫШЕНИЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ

Исмаилова Н.З.
(г.Ташкент, Узбекистан)

В настоящее время учёные в мировом масштабе утверждают, что стресс сегодня является “болезнью века”. Потому что впадание личности в состояние стресса оказывает серьёзное отрицательное воздействие не только на осуществляемую им деятельность, но и на его психическое и физическое здоровье.

В мировом масштабе стресс и стрессоустойчивость и в сфере психологии считается одной из актуальных проблем; ведутся широкомасштабные исследования по вопросам вызывающих его психофизиологических факторов, укрепления психического здоровья склонных к стрессу людей путём влияния в мотивационной, эмоционально-волевой сфере, снижения показателей усвояемости и качества учёбы среди студентов, наблюдаемого в результате негативных последствий стресса, отставания вопроса подготовки конкурентоспособных кадров, социально-психологической профилактики склонных к стрессу лиц, обеспечения эффективности методов эффективного психокоррекционного влияния.

В нашей статье проанализированы методологические основы и возможности эффективности тренинговой программы, направленной на повышение стрессоустойчивости студентов.

Существуют специфические причины выбора психологических тренингов в качестве эффективного средства формирования стрессоустойчивости студентов. Одной из них является то, что в настоящее время получаемые студентами теоретические знания в большинстве случаев не адаптированы к реальным жизненным ситуациям, отсутствует возможность проверки на практике полученных знаний, как следствие, знания остаются непревращёнными в умения и навыки. На наш взгляд, настало время заполнить эту брешь и в настоящее одним из основных путей реализации этого являются тренинги. В соответствии с этим сформированная тренинговая программа собрала в себя три группы нижеследующих компонентов (Рис.1).

Разработка специальной программы психологического тренинга, направленного на повышение стрессоустойчивости студентов, основывается на гештальт - терапии, когнитивной терапии, арттерапии (терапия живописью, музыкой, танцем), которые считаются методологическими основами групповой терапии. Данная программа состоит из 10 занятий, со студентами занятия проводились 2 раза в неделю по 2 часа в течение 5 недель. После завершения занятий выполнена повторная диагностика уровня стрессоустойчивости студентов.

Когнитивный	Аффективный	Конативный	Физиологический
Даются сведения о таких понятиях как стресс, стрессогенные факторы, фрустрация и фрустрационная толерантность, копинг-стратегия, стрессоустойчивость и у участников в отношении этих понятий **повышаются**	**Формируется положительное отношение** к стратегиям самооценки личности, стрессогенному событию и фрустрационной преграде, копинг-стратегии “”Решение	Создаётся ситуационная модель стрессогенного события, которое может возникнуть в процессе жизни или учебной деятельности и в этих условиях **формируются навыки поведения, направленные на**	Путём обучения выполнению медитационных упражнений, направленных на физиологические успокоение организма, попавшего в стресс, **обучение организма**

знания.	проблемы", "Поиск социальной поддержки"	**проявление стрессоустойчивости**	**физиологическому успокоению**

Рис.1. Компоненты тренинговой программы, проводимой в экспериментальной группе

Изменения в результатах экспериментальной группы после проведения занятий тренинга, основанного на данных компонентах, проявились следующим образом (таблица 1).

Таблица 1

Статистическая разница между результатами констатирующего и контрольного эксперимента в экспериментальной группе (по критерию Стьюдента)

Факторы, повышающие стрессоустойчивость	Констатирующий эксперимент	Контрольный эксперимент	Статистическая значимость разницы (по t-критерию)
Самооценка	22,0	22,3	0,10
Фрустрационная толерантность	3,4	8,2	11,9***
Копинг - Решение проблемы	22,3	25,3	2,65***
Копинг - Поиск социальной поддержки	18,6	20,2	-1,35
Копинг - Уход от проблемы	20,9	18,4	-3,55***

Примечание: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$.

Последние результаты опыта по формированию одного из детерминантов, повышающих стрессоустойчивость, т.е. самооценки, не дали ожидаемых показателей; в констатирующем эксперименте они показали $M_1=22,0$; в контрольном эксперименте $M_2=22,3$ ($t=0,10$). Это можно объяснить тем, что испытуемые студенты не усвоили необходимых навыков тренинговых занятий.

В ходе проведённых занятий предпринята попытка достижения формирования навыков осознания себя и самооценки, предусмотренных моделью формирующего опыта студентов. Однако, подтвердилось, что это качество, сформированное в детстве под влиянием оценки и отношения представителей окружающей среды и его сложно изменить в ожидаемой степени за определённое короткое время. В соответствии с этим, возможно на самого студента оказали своеобразное значимое влияние отношение сотрудников деканата, преподавателей и других студентов образовательного учреждения.

Результаты фрустрационной толерантности испытуемых экспериментальной группы в констатирующем эксперименте $M_1=3,4$ и в контрольном эксперименте $M_2=8,2$ показали значимые статистические различия ($t=11,9$; $p \leq 0,001$). Эти результаты обосновывают изменение отношения к фрустрационным ситуациям у испытуемых студентов в результате проведенных тренинговых занятий, и в соответствии с этим подтверждено, что фрустрационная толерантность испытуемых является одним из важных детерминантов, закладывающих основу стрессоустойчивости.

При применении стратегии "Решение проблемы", являющейся активным методом копинг-поведения, у испытуемых экспериментальной группы существует статистическая разница между результатами констатирующего и контрольного эксперимента, т.е. $M_1=22,3$ и $M_2=25,3$ ($t=2,65$; $p \leq 0,001$). Эта разница обосновывает то, что после формирующего опыта у испытуемых усилилось стремление решать

проблему, занятия тренинговой программы применены уместно и целосообразно, испытуемые сделали необходимые выводы и у них сформировались необходимые навыки.

У испытуемых экспериментальной группы показатели стратегии “Поиск социальной поддержки” копинг-поведения составили в констатирующем эксперименте M_1=18,6, а в контрольном эксперименте M_2=20,2 (t= -1,35; p≤0,001). Т.е. студенты, участвовавшие в констатирующем эксперименте, при оказании в стрессовой ситуации всегда пользовались чьей-либо поддержкой, иначе говоря, они привыкли к получению помощи от кого-либо в проблемных ситуациях, которые могут привести в жизни к свершившемуся стрессу. Впрочем, некоторые студенты в любом проблемном положении, стрессовой ситуации ищут поддержку в виртуальном мире. Необходимо особо отметить, что для того, чтобы устранить у испытуемых такой отрицательный навык и сформировать способ самим решать проблему, необходим длительный период времени. Несмотря на то, что мы с помощью программы тренинга пытались уменьшить применение этого способа, но было выявлено, что для изменения этого навыка требуется больше времени.

Значимые статистические различия и между показателями стратегии “Уход от проблемы” копинг-поведения испытуемых составили в констатирующем эксперименте M_1=20,9, а в контрольном опыте M_2=18,4 (t = -3,55; p≤0,001). Из бесед, проведённых в процессе констатирующего и формирующего эксперимента, выявилось, что большинство сегодняшних студентов при столкновении со стрессовыми ситуациями выбирают пассивные пути – бесполезное, часами проведение времени в социальных сетях, игра в компьютерные игры, длительный сон, потребление кофе или энергетических напитков. Известно, что такие пассивные способы не помогают выйти из стрессовой ситуации, напротив, могут усилить её, потому что эти способы не имеют никакого отношения к решению существующей проблемы; через некоторое время, студент, видя, что проблема всё ещё остаётся без решения, ещё больше начинает нервничать и попадает в ещё более сильный стресс. То, что после формирующего опыта наблюдалось уменьшение степени применения этих способов, ещё раз подтверждает возможность эффективности программы тренинга.

Наблюдались различия и в показателях уровня стрессоустойчивости после формирующего опыта у испытуемых экспериментальной и контрольной групп (Рис.2).



Рис.2. Показатели стрессоустойчивости испытуемых в констатирующем и контрольном эксперименте

Стрессоустойчивость в экспериментальной группе в констатирующем эксперименте составила M_1=47,5, в контрольном эксперименте M_2=30,1. В контрольной группе этот показатель практически не изменился, т.е. составил M_1=35,7 и M_2=32,3. Эти показатели объясняются следующим: чем выше результаты, тем в такой же мере ниже стрессоустойчивость, и наоборот. Раз так, то высокий уровень стрессоустойчивости (M_1=47,5) в экспериментальной группе констатирующего эксперимента объясняет низкий уровень данного качества. После формирующего экперимента этот показатель изменился (M_2=30,1), т.е. низкий уровень стрессоустойчивости вырос до среднего уровня, т.е. повысился показатель их стрессоустойчивости. А в контрольной группе стрессоустойчивость и в констатирующем эксперименте, и в контрольном эксперименте осталась на среднем уровне.

Исходя из результатов исследования, выявлены психологические возможности повышения стрессоустойчивости студентов и разработана следующая психологическая модель (Рис.3).

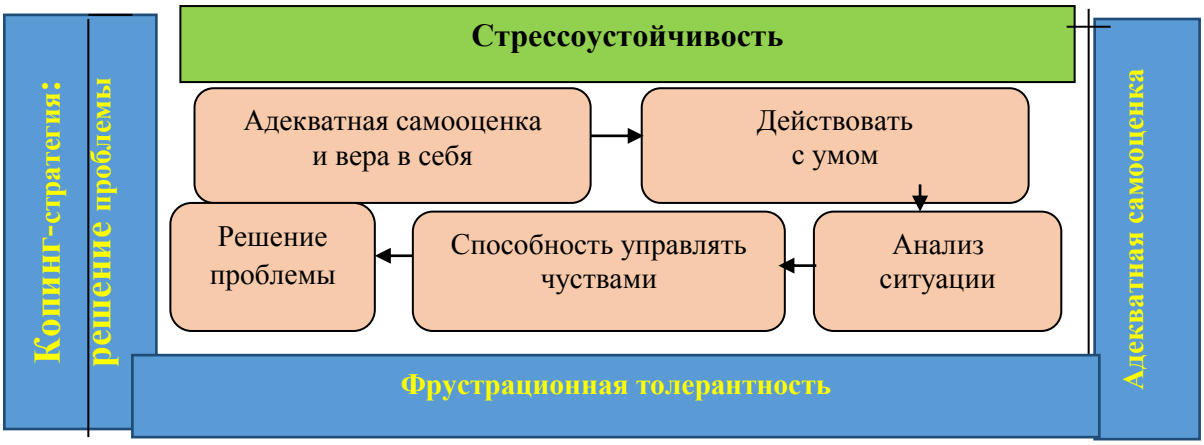


Рис. 3. Психологическая модель повышения стрессоустойчивости у студентов

В соответствии с этой моделью, студент для выражения стабильного отношения к различным стрессовым ситуациям должен быть прежде всего адекватным в самооценке, фрустрационно толерантным по отношению к фрустрационным ситуациям, возникающим в процессе учебной деятельности и при столкновении с стрессовыми ситуациями стараться решить проблему, опираясь на стратегию решения копинг-поведения.

Следовательно, опираяясь на результаты исследовательской работы, можно сказать, что путём оказания психологического влияния на детерминанты, воздействующие на стрессоустойчивость студентов, достигается формирование у них навыков стрессоустойчивости, а также повышение их стрессоустойчивости.

Литература.

1. Амирхан Д., Зимбардо Ф., Бойд Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. – СПб.: Речь, 2010. – 112 с.
2. Исмоилова Н.З. Психологические детерминанты повышения стрессоустойчивости у студентов //Автореферат докт. диссертации PhD 19.00.06 – Возрастная и педагогическая психология. Психология развития. – Ташкент, 2020. – 48 с
3. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. - Самара: Издательский. Дом «БАХРАХ-М», 2001. - 672 с.

ГЕНДЕРНОЕ РАВНОПРАВИЕ В СЕМЬИ: СТРЕОТИПЫ И ФАКТЫ

Ишанкулова Г.Б.
(г.Карши, Узбекистан)

Работы по обеспечению гендерного равенства и повышению роли женщин в общественной жизни в Узбекистане проводятся в нескольких направлениях:

• совершенствование законодательных актов по правам женщин;

• совершенствование институциональных основ защиты женщин;

• повышение степени осведомлённости общества о гендерном равенстве и правах женщин;

• обучение ответственных лиц на основе соответствующих правовых норм для обеспечения исполнения их в практике применения права.

За достаточно короткий срок в Узбекистане принято несколько официальных документов, регулирующих права женщин в обществе. Это Законы «О гарантиях равных прав и возможностей для женщин и мужчин» (№ ЗРУ-562, 2019) и «О защите женщин от притеснения и насилия» (№ЗРУ-561, 2019), подписано постановление Кабинета Министров «О мерах по совершенствованию системы защиты женщин и девушек от притеснения и насилия» (ПКМ № 3, 2020). В частности, Закон Республики Узбекистан «О защите женщин от притеснения и насилия» имеет своей целью регулирование отношений в области защиты женщин от всех форм притеснения и насилия.

В Законе насилие определяется как противоправное действие (бездействие) в отношении женщин, посягающее на их жизнь, здоровье, половую неприкосновенность, честь, достоинство и иные охраняемые законом права и свободы путём применения или угрозы применения мер физического, психологического, полового или экономического воздействия .Среди форм насилия выделены физическое, психологическое, экономическое и половое насилие. Защита прав пострадавших от насилия предполагает проведение профилактической беседы, выдачу охранного ордера, размещение в специальные центры по оказанию помощи жертвам притеснения и насилия, прохождение коррекционных программ по изменению насильственного поведения .

Эффективность работы над решением проблемы насилия обеспечивается сотрудничеством между правоохранительными органами, специальными центрами по оказанию помощи жертвам притеснения и насилия, медицинскими и социальными учреждениями, местными органами власти и международныгендер и семья 56 общество, гендер и семья в центральной азии ми организациями, занимающимися социальным и экономическим развитием, а также комплексным характером работы на различных уровнях – индивидуальном, общественном, институциональном, законодательном.

Совсем недавно была создана Комиссия по вопросам обеспечения гендерного равенства (№ ПП-4235, 2019). Цель данной комиссии – содействие в укреплении семьи, охране материнства, отцовства и детства, защите прав, свобод и законных интересов женщин. Комиссия совместно с партнёрскими структурами уже проводит целенаправленную работу по обеспечению гендерного равенства в стране и улучшению социальных условий жизни женщин, всесторонней поддержке и развитию института семьи, имплементации в национальное законодательство общепринятых международных норм по ликвидации всех форм дискриминации в отношении женщин, осуществлению сотрудничества с международными организациями, а также обеспечению эффективной реализации мер по повышению пра-

вовой культуры женщин. Комитет изучает реальное состояние гендерных вопросов на местах через диалог с населением и принимает меры по решению проблем с помощью парламентского контроля. Рассматриваются обращения физических и юридических лиц по вопросам женщин, гендерного равенства и проблем семей, эффективности мер по защите репродуктивного здоровья, а также материнства и детства.

В республике постепенно увеличивается представительство женщин в парламенте и их влияние на политику, решаются вопросы сокращения неравенства в оплате труда и в продвижении женщин по службе. Особое внимание уделяется искоренению стереотипов и предрассудков о заниженной роли женщины в семье и обществе. Что же такое гендерные стереотипы? Несправедливое формирование гендерных стереотипов является частой причиной дискриминации в отношении женщин и фактором, способствующим нарушению ряда прав, таких как права на здоровье, достаточный жизненный уровень, образование, брак и семейные отношения, труд, свобода выражения мнений, свобода передвижения, участие в политической жизни и представление политических интересов, эффективные средства правовой защиты и свобода от гендерного насилия.

В литературе наиболее распространёнными гендерными стереотипами определены: – стереотипы отношения к внешнему виду: стереотип в одежде (женщина должна оставаться женственной в любой одежде); стереотип в уходе за своим внешним видом; гендер и семья– стереотипы личностных качеств характера и поведения мужчин и женщин, их межличностного общения; – стереотипы о роли и разделении обязанностей в быту, воспитании детей в семье; – стереотипы о профессиональной роли: стереотипы мужских и женских профессий, заработка мужчины, образования девушек и женской карьеры и др.

По мнению учёных, гендерные стереотипы – это стандартизированные модели восприятия поведения мужчин и женщин в зависимости от исторически сложившихся обычаев и традиций, принятых в культуре и религии норм и правил жизнедеятельности. Эти отличия имеют под собой не биологические, а социальные основания. Во многих странах религия, являясь неотъемлемой частью культуры и общественной жизни, непосредственным образом формирует нормы поведения и стереотипы (Фёдорова Ю.Е., 2015).

Гендерная система в азиатских странах, например, в традиционном обществе Японии, характеризуется как ярко выраженная патриархальная, поскольку публичная сфера является сферой мужской активности, а частная – женской, причём женская домашняя сфера воспринимается как вторичная, обслуживающая (Tamura T., 2012).

Что касается гендерной идеологии, то женщинам предписывается заниматься ведением домашнего хозяйства, воспитанием детей, а мужчинам – вести активную общественную жизнь и обеспечивать семью материальными благами. Такое положение сформировалось на основе буддизма, начиная с 5–7 вв. н.э., и закрепилось в культурной идентичности японцев на основе конфуцианской идеи «мужчина вне, женщина внутри» в эпоху Току-гава (Новикова О.С., 2014).

В оценке гендерных ролей в исламской культуре используют слово «уважение», описывая отношения мужчин и женщин. Фундаментальное моральное качество «хорошего» мусульманина заключается в «почтительном» отношении к той границе, которая обозначает гендерные роли в обществе (Hu Ch.; Pazaki H.; Al-Qubbaj K.; Cutler M., 2009). Здесь необходимо представить само понимание равенства мужчин и женщин в разных культурах. Например, исламское и западное понимание равенства существенно разнятся. В странах Запада, говоря о равенстве, имеют в виду равноправие, т.е. обладание равными правами вне зависимости от гендерной, религиозной, этнической принадлежности. В исламской культу-

ре правовая сфера не отделена всецело от религиозной и зависит от религиозных предписаний, в том числе и в аспекте прав женщин. В Исламской Декларации прав гендер и семья 58 общество, гендер и семья в центральной азии человека от 1990 г. содержится следующая формулировка положения о равенстве мужчин и женщин: «Женщина обладает равенством с мужчиной в человеческом достоинстве; она имеет права в той же мере, в какой несёт обязанности; она пользуется гражданской правоспособностью, обладает самостоятельным имущественным статусом и имеет право на сохранение своего имени и происхождения по рождению» (Сюкияйнен Л.Р., 2014).

Тем не менее, на публике и в средствах массовой информации часто приводятся многочисленные факты «подавления» в мусульманской культуре женщины как самостоятельной личности, ущемления её социальных и политических прав. Сюда же относят и ряд ограничений и трудности с получением образования по желанной специальности, проблемы с трудоустройством. Между тем, истинной причиной того, что в некоторых странах не всегда обеспечиваются права и свободы женщин, является вовсе не ислам, а социальноэкономические факторы (к примеру, затянувшийся экономический кризис, бедность, война, низкий уровень жизни и др.). В таком обществе гендерные стереотипы формируются в условиях низкой социальной активности самих женщин. Применительно к нашей стране, анализ экономических, политических и социокультурных процессов с точки зрения гендерного подхода свидетельствует об изменении как существующей модели взаимоотношений полов (прежде всего в экономической и политической сферах), так и изменений гендерных ролей и стереотипов.

В узбекском обществе существуют различные предрассудки или мифы, связанные с женщинами. Наиболее распространённые, к примеру, «девушке необходимо рано выйти замуж и рожать детей», «женщине необязательно учиться и работать, когда есть муж», «женщина ведомая и всегда должна подчиняться мужчине» и др. То есть общество предлагает нам те или иные модели поведения, стили мышления, взаимоотношений. Проведённые Научно-практическим исследовательским центром «Оила» в конце апреля сего года проводили онлайн-опросы 1170 семей с охватом всех регионов республики1 позволили выявить, насколько существующие предрассудки совпадают с реальной ситуацией в семьях Узбекистана.

Краткая характеристика респондентов: 57% женщин и 43% мужчин; 81% респондентов проживают в городах, 19% – в сельской местности; 75% – семейные пары, 14% – холостые/незамужние, 7% – разведённые, 4% – вдовы; 42% – в возрасте до 35 лет; 45% – в возрасте 36-55 лет и 13% – старше 55 лет; 66% – с высшим образованием, 18% – со средним специальным, профессиональным, и 16% – со средним образованием; 81% – работают, 12% – не работают, 7% – учатся; у 82% респондентов есть дети разного возраста. гендер и семья . Женщины не должны быть равны с мужчинами во всех правах. По результатам опросов, 95% респондентов отметили, что знакомы с понятиями «гендер» и «гендерное равенство», и 80% считают, что эти вопросы очень важны и должны решаться на уровне правительства, местных органов власти. Согласно опросам, 68% респондентов считают, что женщины должны быть равны с мужчинами во всех правах, 20% – женщины не должны быть равны с мужчинами во всех правах (из них 14% женщин и 27% мужчин), 4% считают, что женщина должна иметь больше прав, чем мужчина (из них 6% женщин и 2% мужчин). Остальные затруднились с ответом. Женщина создана для семьи, ей необязательно учиться, работать и тем более – делать карьеру. Опросы показали, что 74% респондентов утверждают, что женщина может совмещать и семью, и работу (86% женщин и 61% мужчин); 19% считают, что женщина должна посвятить себя только семье и воспитанию детей, 7% – что

женщина должна быть ориентирована на занятость и карьерный рост. При этом 15% респондентов считают, что если мужчина наравне с женщиной будет заниматься домашними делами и воспитанием детей, то женщина сможет работать и сделать карьеру. Вызывает озабоченность мнение 6% респондентов (как мужчин, так и женщин), которые считают, что домашние дела и воспитание детей это исключительно женские обязанности. На вопрос: «Должна ли женщина наравне с мужчиной материально обеспечивать семью?» – 10% респондентов отметили, что материальное обеспечение семьи – исключительно мужское дело. Каждый второй респондент ответил, что женщина может работать, но обязанность обеспечивать семью лежит на мужчине. Каждый третий респондент указал, что наёмная оплачиваемая работа женщины будет полезной и увеличит семейный бюджет. Вместе с тем, семейным бюджетом на принципе равноправия и согласованности распоряжаются 44% респондентов, а в остальных случаях распоряжается муж, отец или мать. Лишь 4% опрошенных указали, что бюджет ведётся женой. Обычно семейным бюджетом распоряжается тот, кто считается главой семьи. 44% опрошенных утверждают, что муж является главой в их семье (в молодых семьях эта роль отводится отцу), 18% респондентов полагают, что главой в семье является жена, в остальных случаях (38%) в семье решения принимаются гендер и семья 60 общество, гендер и семья в центральной азии совместно. Хотелось бы отметить, что, даже являясь главой семьи, женщина ведёт бюджет с согласия других членов семьи.

Женщина не может быть руководителем организации/бизнеса и должна выполнять лишь исполнительские функции. По результатам опросов 42% респондентов считают, что женщина как руководитель достаточно эффективна, так как практична и энергична, 35% – даже более эффективна, чем мужчина; и 23% считают, что мужчины всё же более успешны в работе и карьере (из них 15% женщин и 32% мужчин).

Мужчина призван работать. Женщина должна равномерно совмещать ведение домашнего хозяйства и общественную работу. По результатам опроса выяснилось, что в большей степени женщины в домашнем быту заняты уборкой, стиркой и готовкой пищи для всех членов семей, а также воспитанием детей. Если в семье есть больные или инвалиды, то уход за ними тоже лежит на плечах женщины. Мужчины выполняют чисто мужскую работу – чинят и ремонтируют; если есть необходимость, работают в подсобном хозяйстве, ходят за продуктами в магазин. Вместе с тем, 60% респондентов считают, что мужчина наравне с женщиной должен заниматься домашними делами и воспитанием детей, так как это будет хорошим примером для детей, поможет женщине посвятить свободное время себе, своему здоровью. В обществе женщины испытывают двойную нагрузку, потому что, кроме оплачиваемой работы, делают непропорционально большую долю неоплачиваемой домашней работы. Для облегчения труда женщин, особенно с малыми детьми, 20% респондентов считают, что женщина может полагаться на помощь бабушек, дедушек и нянь, 33% респондентов указали, что женщинам необходимо работать полдня с гибким графиком или на дому, а 12% респондентов – получать оплату за воспитание детей и засчитывать домашнюю работу в трудовой стаж.

Различия и противоречия интересов мужчин и женщин, длительное совместное пребывание супругов дома ведёт к ссорам и конфликтам в семье. Во время карантина участились случаи домашнего насилия из-за увеличения конфликтных ситуаций в семьях. Теоретически, различия в моделях поведения мужчин и женщин могут стать причинами семейных, межличностных и внутриличностных конфликтов. гендер и семья

Несоответствие гендерного поведения стереотипам и культурным нормам выполнения гендерной роли также может порождать напряжённость и конфликтность. Наконец, борьба за равные права женщин также часто носит конфликтный характер. Так ли это в наших условиях? Результаты опросов показали, что во время карантина, когда все члены семьи длительное время совместно проживали под одной крышей, 46% респондентов никаких изменений в гендерных ролях в их семьях не наблюдали, 39% полагали, что отношения в семье стали лучше, и лишь 3% указали на ухудшение положения женщины в семье. 93% респондентов отметили отсутствие в их семье случаев домашнего насилия. Также предполагалось, что ухудшение социального и материального положения семей во время пандемии и карантина становится мощным фактором конфликтных ситуаций в семьях и домашнего насилия. По результатам опроса, 71% респондентов отметили, что их семья не нуждается ни в какой помощи в условиях карантина, а из тех, кто нуждается, 22% отметили, что нужна психологическая консультация, 21% – материальная помощь, 20% – медицинские услуги, 13% – правовая консультация и др. Таким образом, о чём свидетельствуют результаты опросов? В узбекском обществе были и есть свои специфические стереотипы поведения мужчин и женщин в зависимости от исторически сложившихся обычаев и традиций, принятых в культуре и религии норм и правил жизнедеятельности. Однако происходящие социально-экономические преобразования влияют не только на трансформацию общества, но и на общественное сознание, на отношение людей к гендерным стереотипам. Такие факты повседневной жизни, как повышение экономической и политической активности женщин в обществе, развитие женского предпринимательства, меняют гендерные стереотипы и заставляют людей жить в соответствии с требованиями времени. Ведь отход от гендерных стереотипов, связанных с закреплением профессиональных ролей исключительно за мужчинами, а семейных функций за женщинами, расширяет возможности личностного развития женщин, способствует искоренению дискриминации женщин и домашнего насилия. На данное время в Узбекистане разработан и обсуждается проект Стратегии по обеспечению гендерного равенства в Узбекистане на 2020–2030 годы (ИСМИ, 2020), которая призвана содействовать выполнению национальных и международных обязательств Узбекистана (предусмотренных Пекинской декларацией и Планом действий, Конвенцией по предотвращению всех видов дискриминации прав женщин, Целями устойчивого развития ООН и другими).

В качестве приоритетов в Стратегию включены вопросы гендер и семья общество, гендер и семья в центральной азии справедливого качественного образования для всех женщин в течение всей жизни, включая расширение доступа к высшему образованию для девушек, особенно из сельской местности и уязвимых групп, дальнейшее повышение социально-экономической и политической активности женщин, обеспечение гендерного равенства и свободы от насилия для всех женщин и девочек, предотвращение торговли людьми. Такая активность непременно и дальше будет способствовать стиранию различий в гендерных ролях и уменьшению влияния исторически сложившихся стереотипов.

Литература.

1. Закон «О гарантиях равных прав и возможностей для женщин и мужчин» от 02.09.2019 г. № ЗРУ-562 // https://lex.uz/docs/4494873
2. Закон «О защите женщин от притеснения и насилия» от 02.09.2019 г. № ЗРУ561 // https://www.lex.uz/docs/4494712
3. Постановление Кабинета Министров «О мерах по совершенствованию системы защиты женщин и девушек от притеснения и насилия» от 04.01.2020 г.
.4. Каримова Д.М. Оилалардаги гендер тенглиги. http://oilamarkazi.uz/ru/news/

5.Маркова О. Ю. Женщина и общество: проблемы наступающего века // Перспективы человека в глобализирующемся мире / под ред. В. В. Парцвания.

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

Кадирова Д.М.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. В этой статье описывается умственное развитие личности ребенка,эмоциональные состояния,которые они переживают,и что с ними можно делать в процессе.

Ключевые слова: Психокоррекция, внешнее влияние, коррекционное расстройство, профилактика, психотерапевтик, эмоция, социально-психологическая адаптация, эмоционального состояния

Annotation. This article describes the mental development of a childs personality,the emotional states that go through them, and what can be done with them in the process.

Key words: psychocorrection, external impact, correctional impairment, prevention, psychotropic, emotional state,social psychological adaptation.

Эмоциональные состояния и их регуляция в современном обществе является важной составляющей жизни, как взрослых, так и детей. Это главным образом обусловлено тем, что к современному человеку повышаются требования из-за преобразований в обществе. Повышаются и требования человека к своим психоэмоциональным, интеллектуальным, физическим возможностям, способностям регулировать свое эмоциональное состояние.

В отличие от взрослых, дети находятся в уязвлённом состоянии, так как их организм и психика еще неустойчивы, незащищены и очень восприимчивы к воздействию окружающей среды: чувство неуверенности ребенка вызывает у него тревогу, нестабильность эмоционального состояния. На современного ребенка накладывается большое количество «недетских» проблем, в том числе и в раннем возрасте. Из-за неустойчивости психики ребенку трудно контролировать свое эмоциональное состояние.

Постоянное психическое напряжение и тревожность, проявляющиеся в эмоциональных состояниях детей влияют на развитие личности ребенка. Способность к регуляции эмоций – естественная сторона детского психосоциального развития. Но сама проблема регуляции и саморегуляции эмоциональных состояний детей раннего возраста недостаточно изучена, накопленный материал является поверхностным, в отличие от регуляции подростков и взрослых. Этой проблемой занимались такие ученые как В.К. Вилюнас, К. Изард, Е.П. Ильин, Я. Рейковский, П. Фресс и другие.

Воспитание чувств ребенка является важнейшей задачей, которая стоит перед родителями. Дошкольное детство является особенно ответственным периодом в развитии ребенка, когда закладывается основной фундамент его личности – система представлений об окружающем мире, о своих возможностях, об отношениях с окружающими.

Эмоциональный настрой дошкольника, а иногда, и младшего школьника характеризуется легкостью возникновения, изменениями и подверженностью влияниям из вне. Психическое состояние малыша так же связано с его деятельностью. Современные исследователи отмечают, что чрезмерная яркость и длительность переживаемых детьми эмоций и чувств могут вызвать изменения в организме. В связи с этим можно утверждать, что эмоциональное состояние напрямую определяет уровень здоровья ребенка и в свою очередь само зависит от него.

Дети далеко не всегда могут определить какие эмоции и чувства они испытывают и какие причины их вызвали. И здесь очень важна роль «умного взрослого», который придет им на помощь и поможет определить причину плохого настроения, подскажет, как его изменить. Характеризуя эмоциональное состояние детей, необходимо отметить его чрезвычайное разнообразие по силе, длительности, устойчивости, глубине протекания. Дети испытывают различные переживания намного ярче и глубже, чем взрослый человек. «Детская беда безгранична, отчаяние у взрослого, пожалуй, несравнимо с отчаянием ребенка». А.Мердюк.

Эмоциональное развитие влияет не только на становление личности и характера, но и особенности будущего поведения, а так же на успешность отношений с друзьями, родителями, учителями. Ребенок наблюдая за различными явлениями в жизни оценивает их эмоционально, как привлекательные или отталкивающие, хорошие или плохие – так формируется его будущая система ценностей, его мораль. Умение владеть своими чувствами и эмоциями, справляться с неблагоприятными психическими состояниями в трудных ситуациях помогут в дальнейшем легко адаптироваться в незнакомом месте и новом коллективе, а так же почувствовать себя уверенным, независимым, свободным от социальных страхов (стыда).

В.А.Сухомлинский отмечает огромное влияние эмоционального состояния на ум и всю интеллектуальную жизнь ребенка. Он делает вывод о том, что характер, направленность мышления отражается в эмоциональном состоянии, которое в свою очередь является: «Дирижером, от взмаха чудесной палочки которого, разрозненные звуки превращаются в стройное звучание прекрасной мелодии».

Эмоционально здоровый ребенок успешно справится с постоянно возрастающими требованиями и нагрузкой не только в период подготовки к школе, но и в процессе всего обучения. Такой ребенок в большинстве случае благополучно и самостоятельно преодолеет возрастные кризисы.

Огромную роль в воспитательном процессе детей психологи отводят выработке адекватных и безопасных способов саморегуляции различных неблагоприятных эмоциональных состояний, что в свою очередь является профилактикой различных видов зависимостей в т.ч. химической.

Для возникновения и поддержания благоприятного эмоционального психологического климата ребенка родителям необходимо уметь не только определять, но и вовремя корректировать состояние дошкольника.

В последние годы в специальной психологии и коррекционной педагогике закономерно растет интерес к изучению эмоционального развития и внутреннего мира ребенка с ограниченными возможностями здоровья. Дети с ограниченными возможностями - это дети, имеющие различные отклонения психического или физического плана обусловленные врожденными, наследственными, приобретенными заболеваниями или последствиями травм, приводящие к нарушению общего развития, и не позволяющие вести полноценную жизнь.

Эмоции играют очень важную роль в нашей жизни. Они представляют собой особый класс субъективных психологических состояний, отражающих в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного или неприятного, отношения человека к миру и людям, процесс и результаты его практической дея-

тельности. Эмоции включены во все психические процессы и состояния человека. Любые проявления активности человека сопровождаются эмоциональными переживаниями. Хотя для некоторых категорий детей эмоции приобретают особое значение. Эмоциональная жизнь человека наполнена многообразным содержанием: эмоции выражают оценочное отношение к отдельным условиям, которые способствуют или препятствуют осуществлению деятельности (например, гнев, страх), к конкретным достижениям в ней (огорчение, радость), к сложившимся или возможным ситуациям. У человека главная функция эмоций состоит в том, что благодаря эмоциям мы лучше понимаем друг друга, можем, не пользуясь речью, судить о состоянии другого человека и лучше настраиваться на совместную деятельность и общение. Замечательно и то, что люди, принадлежащие к разным культурам, способны безошибочно воспринимать и оценивать выражения человеческого лица, определять по нему такие эмоциональные состояния, как радость, гнев, печаль, страх, отвращение, удивление. Эмоциональные проявления у детей связаны с гендерной принадлежностью. У мальчиков и девочек эмоциональные проявления различаются уже с трехлетнего возраста. В.Д. Еремеева, Т.П. Хризман утверждали, что мальчики в большей степени проявляют эмоции, связанные с соперничеством, соревнованиями, для них важна победа в играх, конкурсах, им свойственен страх поражения. Для девочек характерна игра в группе, в ходе которой они демонстрируют заботу, сопереживание, характер такой игры спокойнее, имеет элементы эстетического отражения действительности, носит природосообразную направленность.

Существует много различных методов регуляции эмоциональных состояний. Основными из них являются:

-физические методы, к ним относятся водные процедуры;

-физиологические методы, такие как массаж, мышечная релаксация, дыхательные техники;

-биохимические методы

– ароматерапия; -психологические методы

– аутотренинг, совершенствование поведенческих навыков и другие.

Применение этих методов саморегуляции позволит: -регулировать тревогу, страх, раздражение, вспыльчивость; -активизировать память и мышление; -нормализация сна; -увеличение эффективности деятельности;

- обучить приемам самостоятельного формирования позитивных психоэмоциональных состояний.

Поэтому необходимо с раннего возраста учить ребенка регулировать свое эмоциональное состояние. Этой работой непосредственно должны заниматься окружающие его взрослые [9]. В раннем возрасте у ребенка наряду с познанием окружающего мира продолжается познание самого себя, своих эмоции и чувств. В этом процессе самосознание выполняет центральную и регулирующую функцию. Ребенок осознает эмоции, желания и действия, которые регулируются его личными нормами в соответствии с действиями по отношению к нему взрослых. Ребенок способен оценить себя, осознавая в той или иной степени соответствие собственных эмоции и чувств определенным ожиданиям или требованиям окружающих.

Становление произвольной регуляции у ребенка раннего возраста сопровождается снижением импульсивности эмоциональной жизни, становлением обобщенных социальных чувств и личности в целом. Нарушение общих свойств эмоциональной регуляции может выступать в качестве наиболее раннего показателя отклонения в формировании личности, считает Г.М. Бреслав [3]. Активная

позиция ребенка раннего возраста как субъекта поведения в ситуации эмоциональных переживаний предполагает признание активности каждого ребенка в любых обстоятельствах переживания эмоций, в определенной степени контролируемых и управляемых им. Таким образом, источник развития заключен в самом ребенке, связан с его внутренним ростом, самоизменением и самосовершенствованием [7].

Релаксация или расслабление — это состояние покоя, связанное с полным или частичным мышечным расслаблением. Релаксация – глубокое мышечное расслабление, сопровождающееся снятием психического напряжения. Релаксация бывает непроизвольной и произвольной, которая может быть получена в результате применения различных методик, таких как психофизиологические техники, физиотерапия и при употреблении различных лекарственных препаратов [1]. На сегодняшний день релаксация широко применяется в психотерапии, гипнозе. Релаксация способствует снятию психического напряжения, стабилизации эмоциональных состояний, из-за чего приобрела широкую популярность при борьбе с физической напряженностью, усталостью, стрессом.

Литература.

1.Романов С.А. Психологические факторы и коорекция отклоняющегся поведения и подростков. Дис.канд.психол.наук.Москва.,2006г
2.И.В.Дубровина,Е.М.Борисова Рабочая книга школьного психолога М.;Просвещение,1991г
3.Петровсккий А.В. Проблема развития личности с позиции социальной психологии Вопросы психологии 1984 №4
4.Дубровина И.В Диагностическая и коррекционная работа школьного психолого;Сб.науч.тр./М.,1987г
5.Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2002.
6.Матюшичева М.И. Социально-психологический контекст развития креативности в младшем школьном возрасте. 2018.

АНТИМОТИВАЦИЯ ШКОЛЬНИКОВ В НАЧАЛЬНЫЙ ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ

Карпова Е.В., Чувилина Д.С.
(Россия)

Аннотация. Представлены результаты исследования антимотивации младших школьников в начале и в конце обучения в начальной школе. Установлена динамика антимотивации, рост ее показателей, что следует рассматривать как негативный факт. Выявлены половые различия в антимотивации учебной деятельности школьников.

Ключевые слова: мотивация, антимотивы, антимотивация, младшие школьники.

Annotation. The results of the study of the antimotivation of younger schoolchildren at the beginning and at the end of primary school education are presented. The dynamics of anti-motivation and the growth of its indicators have been established, which should be considered as a negative fact. Gender differences in the antimotivation of educational activity of schoolchildren are revealed.

Keywords: motivation, anti-motive, antimotivation, junior schoolchildren.

Проблема мотивации учебной деятельности в настоящее время приобретает статус одной из основных фундаментальных проблем психологической науки. Начиная с самых первых этапов разработки данной проблемы, основной акцент при ее исследовании делался (и в значительной мере продолжает делаться) на положительной стороне мотивации учения [Божович,1995; Маркова,1983; Матюхина, 1984 и мн. др.]. Иными словами, несмотря на существенный объем теоретико-прикладных психологических исследований, объектом которых выступает мотивация учебной деятельности (УД) школьников, практически все они направлены на положительную, позитивную сторону мотивации учения, а именно, на выявление и анализ тех мотивов, которые лежат в основе учебной деятельности, побуждают к ней. Вместе с тем, нами было установлено (в рамках разработки структурно - генетической концепции мотивации УД), что низкая или недостаточная мотивация учения может быть обусловлена сформированностью таких образований, которые имеют по отношению к ней своего рода «антимотивационную» направленность [Карпова, 2007].

Антимотив, по-нашему мнению, это не «не-мотив» (т. е. фактически отсутствие мотива); это – именно мотив, но как бы с «обратной направленностью», с «противоположным зарядом» по отношению к УД.

В узком смысле под антимотивами понимаются те мотивационные факторы, которые имеют прямую негативную направленность по отношению к УД. Это, например, могут быть сформировавшееся представление школьника или даже убеждение о «ненужности» тех или иных учебных предметов и, соответственно, вследствие чего появляется негативная мотивационная направленность по отношению к их усвоению и затрачиванию на это своих сил. Характерной особенностью антимотивов в узком смысле является то, что чем более они сформированы, тем более выражен их негативный мотивационный потенциал.

В функции же антимотивов может выступать низкий уровень сформированности позитивных учебных мотивов, поскольку общий мотивационный потенциал УД будет снижаться, а сами они по отношению к данному потенциалу будут играть именно негативную роль. [Карпова, 2009].

Так же в функции антимотивов могут (хотя далеко не всегда) выступать самые разнообразные внеучебные мотивы, причем, в большей степени, те, что более сформированы и значимы для личности. Даже, несмотря на то, что внеучебные мотивы сами по себе могут не носить полностью негативный характер или быть позитивными. Например, активный интерес к занятиям спортом является сам по себе позитивным, но по отношению к учебной деятельности он может носить отвлекающий характер и тем самым являться для нее антимотивом.

Наконец, в функции антимотивов могут выступать и те динамические тенденции, которые возникают в УД под влиянием механизма «реактивного сопротивления» – негативных реакций на многочисленные внешние, принудительные, «заставляющие» воздействия со стороны родителей, учителей, социальной микросреды, всей организации этой деятельности. Подчеркнем, что само по себе понятие антимотивации не является обозначением чего-то абсолютно негативного. Это те факторы негативного плана, которые являются таковыми лишь по отношению к УД. Для иных форм поведения они могут иметь положительный смысл.

Антимотивы изучены явно недостаточно, работы в этом направлении практически отсутствуют. Неисследован, например, онтогенетический аспект антимотивации.

Исходя из сказанного, нами была предпринята попытка выяснить, представлены ли антимотивы УД в младшем школьном возрасте, имеется ли их

динамика на протяжении обучения в начальной школе, а также, существуют ли половые различия в проявлении антимотивации УД у младших школьников.

Исследование проводилось на базе МОУ СШ №30 города Ярославля. В качестве испытуемых выступили ученики 2 и 4 классов. Общее количество испытуемых - 54 человека. Использовалась авторская методика на диагностику антимотивации Е.В. Карповой [Карпова, 2021]. Данная методика была нами в исследовательских целях модифицирована с учетом возраста испытуемых.

Были получены следующие результаты.

У испытуемых 2 класса в большей степени преобладает низкий уровень развития антимотивации (43%). В меньшей же степени представлен высокий уровень развития антимотивации (3%), а очень высокий уровень развития антимотивации тсутствует. Можно заключить, таким образом, что в начальный период обучения в школе антимотивация никак себя не проявляет, доминирует положительная мотивация УД, наличествует интерес учеников к УД.

У испытуемых 4 класса в большей степени преобладает средний уровень развития антимотивации (38%), низкий уровень развития антимотивации выявляется у 37% испытуемых. В существенно меньшей степени представлен высокий уровень развития антимотивации (8%), а очень высокий уровень развития антимотивации отсутствует. Налицо, таким образом, рост негативной тенденции в развитии мотивационной сферы личности в УД, проявляющейся в увеличении показателей антимотивации, то есть, наличии динамики антимотивации УД к концу обучения в начальной школе.

Далее, было обнаружено, что в начале обучения в младших классах уровень антимотивации выше у испытуемых мальчиков. В 4 классе ситуация изменяется на противоположную: общий показатель уровня развития антимотивации выше у девочек, чем у мальчиков. Данный факт свидетельствует о наличии половых различий в антимотивации младших школьников.

Таким образом, на протяжении обучения в начальной школе имеет место увеличение показателей антимотивации, что следует рассматривать как негативный факт. И в начале, и в конце обучения в начальной школе определяются половые различия в антимотивации. Причем, в начале обучения показатели антимотивации выше у мальчиков, в конце - у девочек.

Литература.

1. Божович Л.И. Проблема развития мотивационной сферы ребенка //Проблема формирования личности/под ред. Д.И. Фельдштейна. Воронеж: МОДЭК, 1995.352 с.
2. Карпова Е. В. Структура и генезис мотивационной сферы личности в учебной деятельности: монография. Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2009.570 с.
3. Карпова Е. В., Афанасьева А.С. Мотивация студентов в дистанционном обучении: монография. Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2021. 359 с.
4.Маркова А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте. Москва: Просвещение,1983.65 с.
5.Матюхина М.В. Мотивация учения младших школьников. Москва: Педагогика, 1984. 144 с.

СЕМЕЙНЫЕ КОНФЛИКТЫ И СПОСОБЫ ИХ РАЗРЕШЕНИЯ

Касимова С.Б.
(г.Бухара, Узбекистан)

С ростом конфликтных ситуаций в семье семейные отношения принято считать одной из самых популярных тем на сегодняшний день, так как институт семьи и брака является неотъемлемой частью социальной жизни общества. В повседневной жизни достаточно часто бывает, что любящие друг друга муж и жена не могут найти главного – понимания, что и приводит к большому количеству конфликтов в семье. Полное взаимопонимание между супругами чаще всего встречается в семьях старшего поколения, преимущественно тех, которые прошли военный период. Современному же поколению, которое находится в постоянном движении, остается либо принять сложившуюся ситуацию, либо искать пути решения семейных конфликтов.

Семья — древнейший институт человеческого взаимодействия, уникальное явление. Ее уникальность состоит в том, что несколько человек самым тесным образом взаимодействуют в течение длительного времени, насчитывающего десятки лет, т. е. на протяжении большей части человеческой жизни. В такой системе интенсивного взаимодействия не могут не возникать споры, конфликты и кризисы [2, с.34].

Любая внутрисемейная ситуация теоретически может стать конфликтной. Это зависит исключительно от поведения супругов во время конфликта.

Когда партнеры остро реагируют на любое противоречие и пытаются доказать свою правоту мы имеем дело с конфликтом. Однако если сложная ситуация обсуждается спокойно и доброжелательно, супруги стремятся к примирению, а не к тому, чтобы выяснить кто прав, а кто виноват, то серьезность конфликта существенно уменьшается.

Возникновение конфликтов связано со стремлением людей удовлетворять те или иные потребности или создать условия для их удовлетворения без учёта интересов другого супруга или члена семьи.

Выбор средств взаимодействия конфликтующими супругами зависит от уровня культуры, типа темперамента, особенностей характера, степени психолого-педагогической готовности к семейной жизни, возраста и т. п.

В зависимости от средств, выбираемых супругами для разрешения конфликта, он может выполнять как разрушительную, так и созидательную роль. К средствам, разрушающим семейные отношения, относятся оскорбления, унижение человеческого достоинства, стремление проучить, обидеть. В итоге исчезает взаимное уважение, супружеское взаимодействие становится неприятной обязанностью. Во втором случае, когда конфликт выполняет созидательную роль, супруги стремятся выбирать средства, способствующие выяснению причин конфликтов, ищут их, прежде всего, в своих действиях и поступках, выражают взаимную готовность изменить сложившиеся взаимоотношения.

Любая семья сталкивается в процессе своей жизнедеятельности с проблемными ситуациями, разрешение в которых осуществляется в условиях противоречивости индивидуальных потребностей, мотивов и интересов. Конфликт определяется как столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений.

Семейные конфликты подразделяются на конфликты между: супругами, родителями и детьми, супругами и родителями каждого из супругов, бабушками (де-

душками) и внуками. Основную роль в семейных отношениях играют супружеские конфликты. Они чаще возникают из-за неудовлетворения потребностей супругов.

Можно выделить причины супружеских конфликтов:

— психосексуальная несовместимость супругов;

— неудовлетворение потребности в значимости своего «Я», неуважение чувства достоинства со стороны партнера;

— неудовлетворение потребности в положительных эмоциях: отсутствие ласки, заботы, внимания и понимания;

— пристрастие одного из супругов к чрезмерному удовлетворению своих потребностей (алкоголь, наркотики, финансовые расходы только на себя);

— неудовлетворение потребности во взаимопомощи и взаимопонимании по вопросам ведения домашнего хозяйства, воспитания детей, в отношении к родителям и т.д.;

— различия в потребностях по проведению досуга, увлечениях.

Кроме того, выделяют факторы, влияющие на конфликтность супружеских отношений. К ним относят кризисные периоды в развитии семьи.

Первый год супружеской жизни характеризуется конфликтами адаптации друг к другу, когда два «Я» становятся одним «Мы». Происходит эволюция чувств.

Второй кризисный период связан с появлением детей:

— ухудшаются возможности профессионального роста супругов.

— у них становится меньше возможностей для свободной реализации в лично-привлекательной деятельности (увлечения, хобби).

— усталость жены, связанная с уходом за ребенком, может привести к временному снижению сексуальной активности.

— возможны столкновения взглядов супругов и их родителей по проблемам

Третий кризисный период совпадает со средним супружеским возрастом, который характеризуется конфликтами однообразия. В результате многократного повторения одних и тех же впечатлений у супругов наступает насыщение друг другом.

Четвёртый период конфликтности отношений супругов наступает после 18-24 лет совместной жизни. Его возникновение часто совпадает с приближением периода инволюции, возникновением чувства одиночества, связанного с уходом детей.

Значительное влияние на возникновения супружеских конфликтов оказывают внешние факторы: ухудшение материального положения многих семей; чрезмерная занятость одного из супругов (или обоих) на работе; невозможность нормального трудоустройства одного из супругов; длительное отсутствие своего жилья; отсутствие возможности устроить детей в детское учреждение и др.

В современном обществе на семейные конфликты и само общество это и рост социального отчуждения; снижение моральных ценностей, в том числе традиционных норм сексуального поведения; изменение традиционного положения женщины в семье (противоположными полюсами этого изменения являются полная экономическая самостоятельность женщины и синдром домохозяйки); кризисное состояние экономики, финансов, социальной сферы государства.

Разрешения супружеских конфликтов зависит в первую очередь от умения супругов понимать, прощать и уступать. Одно из условий завершения конфликта любящих супругов — не добиваться победы. Победу за счет поражения любимого человека трудно назвать достижением. Важно уважать другого, какая бы вина ни лежала на нем. Нужно быть способным честно спросить у самого себя (и главное, честно ответить себе), что же тебя на самом деле волнует. Лучше самим придти к взаимопониманию и не втягивать в свои конфликты других — родителей, детей,

друзей, соседей и знакомых. Только от самих супругов зависит благополучие семьи.

Три самых неудачных тактики поведения при семейном конфликте:

1. **Позиция стороннего наблюдателя.** Пример конфликта в семье: жена обнаружила у мужа полное равнодушие к сломанному крану. Она молча ждет, когда же муж догадается взять в руки инструменты! Чаще всего ожидание затягивается и происходит взрыв.

2. **Открытый конфликт.** Еще один неудачный способ разрешения конфликта: ссора с упреками, взаимными претензиями и обидами.

3. **Упрямое молчание.** Этот способ заключается во взаимном упорном молчании, когда обе стороны обижены друг на друга, но на обсуждение проблемы никто не идет. В этом случае супругами овладевает чувство жалости к себе, беспокойство и обида. Все вышеперечисленные модели поведения не способствуют разрешению проблем в отношениях. Для того чтобы семья стала для супругов надежным тылом, они должны получать друг от друга моральную и психологическую поддержку. Чтобы возникло взаимное доверие важно уметь выслушать, понять и пойти друг другу навстречу.

Хорошие способы разрешения конфликта:

1. **Открытый и спокойный диалог.** Супруги должны стремиться идти навстречу друг другу. Важно обсудить текущую проблему конструктивно, без обвинений и упреков, с поиском оптимального решения для обоих.

2. **Понимание партнера.** Супругам следует избегать негативных тактик, таких как игнорирование, эгоцентризм, принижение личности партнера, и использовать конструктивные: активное слушание партнера, понимание сказанного и недосказанного им.

3. **Способность меняться.** Необходимо уметь делать шаги навстречу партнеру, менять свою позицию и взгляды по мере того, как брак предъявляет свои новые требования.

4. **Подчеркивать значимость супруга.** Высказывание партнеру благодарности и того, что его ценят, уважают и восхищаются им, является одним из самых эффективных способов расположить супруга в свою сторону, быть услышанным и добиться взаимопонимания практически по любому вопросу.

Одна из главнейших ценностей брака и супружеских отношений – это уверенность в том, что тебя понимают. Это важно для каждого, знать, что супруг готов тебя выслушать, внимателен и настроен на то, чтобы тебя понять. Только в этом случае, партнер готов раскрыться нам и поделиться самым сокровенным.

Доверие партнера может разрушиться, из-за того, что его переживания не воспринимаются всерьез, рассматриваются как неважные, незначительные, нестоящие внимания. Если переживания партнера становятся предметом насмешек и шуток.

Когда нам кажется, что нас не понимают, мы чувствуем себя одинокими. Руки опускаются, и пропадает желание общаться и обсуждать что-то важное. Так супруги начинают отдаляться друг от друга и перестают быть одним целым.

По данным опроса, конфликты разрешаются в два раза успешнее в тех семьях, где супруги оказывают друг другу психологическую поддержку. В семьях, где каждый чувствует, что может поделиться своими тревогами и сомнениями. В браках, где супруги научились принимать друг друга такими, какие они есть.

Разрешение семейных конфликтов, в первую очередь, зависит от человека, его самообладания, выдержки, терпения по отношению к каждому члену семьи. Применение принципов избегания семейных конфликтов позволит отношениям в

семье, а соответственно и в обществе, стать более гармоничными, так как каждая отдельная семья является ячейкой общества.

Пути решения семейных конфликтов

Исходя из того, что конфликты в семье являются постоянными спутниками жизни каждой семьи, нужно признать, что следует учиться конфликтовать. Психологи разработали много методик ведения конфликтов, огромное количество правил и советов, помогающих разрешить конфликты и предотвратить их. Все эти пути решения семейных конфликтов, несомненно, эффективны. Вот некоторые из них:

• старайтесь не идти на конфликт. Конечно, всякое самое маленькое столкновение в семье с чего-то начинается. Кто-то кладет ему начало. Остановитесь. Не дайте разгореться вспыхнувшей ссоре. Скажите несколько теплых слов инициатору надвигающегося конфликта! Обнимите, пошутите, если это будет к месту. Глядишь, партнер и успокоится. Вообще включайте больше юмора в свои отношения. Тогда любая конфликтная ситуация может показаться абсурдной и смешной;

• умейте уступать, даже в случае, если вы уверены в своей правоте. Поймите, главное в данный момент – не дать разгореться страстям. С поиском истины можно подождать. Кто умеет уступать, тот в итоге оказывается победителем;

• прежде подумайте, какие вопросы вы хотели бы обсудить сегодня для решения именно этого конфликта; если одновременно все, то толку от этого не будет. Прежде чем предъявлять претензии другому партнеру, разберитесь сами, что же вас не устраивает;

• в момент выяснения отношений проследите, чтобы поблизости не было никого из членов семьи. Конфликтуйте за закрытыми дверями, подальше от пристальных взоров ваших родителей. Быть объективными в вашем конфликте они не смогут. Категорически запрещено втягивать детей в конфликт;

• не начинайте ссору в то время, когда ваша усталая половина принимает пищу, умывается или отдыхает после рабочего дня. Учитывайте настроение, физическое и психологическое состояние партнера. Именно они создают установку на восприятие всего происходящего с вами. При плохом настроении, (оно может быть вызвано многими факторами), безобидное замечание может привести к серьезному конфликту;

• не торопитесь обрушить на супруга (супругу) все свои отрицательные эмоции; прежде успокойтесь, а потом уже приступайте к разговору. Любой конфликт должен решаться без крика. Чувствуя гнев, лучше остановиться, не нужно в таком состоянии что-то делать или что-либо говорить. Иначе позже будет стыдно за свои слова и действия. Эмоции не лучшие помощники в решение спорных вопросов;

• не используйте бессмысленных выражений, к примеру: «с тобой невозможно жить! О чем с тобой можно говорить! Ты всегда …» и прочие. Эта пагубная привычка обобщать и делать выводы в отношении других людей, а особенно близких, убивает самые добрые чувства;

• выражайте свои претензии разборчиво и понятно. Давайте возможность своей половине ответить. Дождитесь ответа и постарайтесь понять своего партнера. Очень важно – в споре понять своего партнера, стараясь встать на его место;

• не используйте непозволительных методов: не применяйте в качестве упрека физические недостатки партнера, не высказывайтесь оскорбительно о его родителях, не вспоминайте прежние неудачи. Не упрекай вообще ни в чем. Упрек, по своей сути, не что иное, как низкая оценка близкого вам человека. Это удар в самое уязвимое место. Но партнеру кажется, что он не упрекает, а делает спра-

ведливое замечание. Упрек подобен бумерангу, он обычно возвращается к его автору. Из-за уязвленного самолюбия обиженный невольно ищет повод, чтобы отомстить. И в ход идут ответные упреки. Можно ли их избежать в общении? А если действовать от противного? Вместо упрека похвалить за что-то хорошее, и тогда партнер услышит вас. Конфликт пойдет по другому пути.

- не нужно бояться признавать собственную неправоту: сегодня вы покаялись, а завтра ваш партнер не побоится сказать об ошибочности собственных суждений;
- затаить обиду – это ошибочный путь. Быстрое решение конфликта – это возможность избежать множества бед. Однако в таких ситуациях бывают и исключения. Существуют противоречия, в которых не стоит разбираться в тот же миг. В некоторых ситуациях лучше отложить разговор.

Хмурые молчуны, которые не выплескивают свои эмоции, умалчивая претензии к партнеру, чаще страдают от сердечных заболеваний, в отличие от тех, кто в конфликтных ситуациях «выпускает пар».

Очень большое значение имеет способность грамотно выходить из конфликтов. Однако, важнее научиться не доводить ситуацию до их появления. Если не идеализировать партнера, принимая его со всеми недостатками, то можно избежать многих конфликтов. У всех нас есть свои особенности, поэтому следует проявлять толерантность к особенным сторонам другого человека, а также быть терпеливым при решении различных вопросов.

Не нужно доводить ситуацию до ссоры, если вы расходитесь во мнениях по мелочам. При возникшей ссоре не следует переходить к взаимным оскорблениям, не стоит по максимуму задевать противоположную сторону. Лучше перенаправить энергию на разрешение проблем, подчеркивая общее, а не нагнетать их, обращая внимание, на расхождениях.

Таким образом, изучение конфликтных семейных взаимоотношений осложнено многими факторами. Во-первых, сложностью семьи как социальной и психологической системы. Семья включает в себя большое число всевозможных отношений и взаимосвязей, для формирования которых имеют значение личностные особенности членов семьи, ее социальное окружение, обычаи, традиции, социально-экономические условия и т.д.

Во-вторых, каждый человек имеет свой собственный семейный опыт и зачастую исходит только из него, пытаясь понять, что такое семейные отношения вообще.

И, конечно, изучение семьи осложняется скрытностью (интимностью) многих происходящих в семье конфликтов, а также их изменчивостью, отсутствием четких контуров.

Литература.

1. Александров И.Ф. Семья как первичная ячейка и как субъект права//Актуальные проблемы поведения, №3, 2003 – С. 13-19.
2. Елизаров А.Н. Конфликт и динамика семейного развития // Вестник РАТЭПП. — 1995. — №2. — С. 32 — 37.

ГЕНДЕРНЫЙ АСПЕКТ В ПРИЗМЕ СИСТЕМНОЙ СТРУКТОРНО-УРОВНЕВОЙ КОНЦЕПЦИИ ПСИХОЛОГИИ

Киличев А. А.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. Описываются возможности системной структурно-уровневой концепции психики, являющейся методологической базой исследования личности, которая рассматривается как система, имеющая внутреннюю организацию. Акцент сделан на психологических и социальных факторах, влияющих на репродуктивное здоровье женщины.

Ключевые слова: личность; женщина; гендер; ценности; характер; восприятие; установки; профессиональные представления;
эмоции; системная структурно-уровневая концепция психики.

Summary. In article are described possibility system structured-level concept of the phyche, being methdological base of the study to personalities, which is considered as system, having internals. The Accent is made on psychological and social factor, influencing upon sexual health of the woman.

Key words: personality; woman; gender; value; nature; perception; installation; professional presentations; emotions; system structured-level concept of the phyche.

Структура личности в совокупности социально значимых психических свойств, отношений и действий индивида складывается в процессе онтогенеза и определяет его поведение как сознательного субъекта деятельности и общения. Личность определяется включенностью в общественные отношения, и это системное качество индивида формируется в совместной деятельности и общении. В контексте формирования в первую очередь гендерных отношений личность проецируется в этносоциальную структуру.

Ряд исследователей указывают на личностные особенности женщины как на один из факторов, несомненно оказывающий влияние на реализацию материнской функции.

Исследование взаимовлияния личностных компонентов позволяет обозначить психологические механизмы формирования гендерной и проективной материнской

функции как системно-структурного феномена, оценить гендерную природу противоречий и стереотипов современных женщин, а также возможное возникновение и развитие пограничных состояний, девиантных форм материнского поведения и выработать эффективные методы их коррекции[2].

В поведении современной женщины конкурируют две тенденции, две поведенческие установки: одна – направленная на выполнение традиционной роли, другая – новая, связанная с изменением и усложнением социальной структуры общества и социальных ролей, которые не требуют резко выраженной полоролевой установки. В повседневной социальной деятельности, в поведении базовые ценности выражаются в наибольшей степени через характерологические черты, порой скрытые за повседневным проявлением собственного Я. В структуре характера определены наиболее существенные черты, связанные с установочной позицией, мотивацией, самопрезентацией и представлениями о других. В этой структуре создаются образцы – стереотипы поведения собственного и миметического (подражательного) свойства, поэтому есть основания считать, что в обыденной повседневной жизни характерологические особенности большинства совре-

[2] *Залевский Г.В.* О научном наследии М.С. Роговина // Методология и история психологии. 2006. Т. 1, вып. 2. С. 99–102.

менных женщин определяют разнообразие поведения (в том числе и репродуктивного).

Рассмотрим компоненты гендерно-обусловленной подструктуры личности.

В представленной структуре определяющим является гендер. Это качество биологического происхождения определяет полоролевую воспроизводящую функцию общества. Однако это качество человека, как и любое другое, может эволюционировать и «насыщаться» многочисленными составляющими небиологических уровней целостности (социально-психологического, духовного). В отношениях лиц противоположного пола возникает не просто обмен репродуктивной информацией; стороны рассматриваются не только как половые партнеры, но как субъекты, обладающие смыслами, ценностями, программами деятельности. Статус будущего мужчины или будущей женщины приобретается ребенком при рождении, а затем, в процессе социализации, он осваивает ту или иную гендерную роль[3].

В настоящей момент выделяются три основных теории гендера:

1. Теория социального конструирования гендера.
2. Гендер как стратификационная категория.
3. Гендер как культурная метафора.

Наибольшее распространение получила теория «социального конструирования гендера». Существуют три источника и три составляющих данной теории. Прежде всего, концепция утверждающая, что социальная реальность является объективной и субъективной одновременно. С одной стороны, она объективна, потому что независима от индивида, с другой – субъективна, потому что постоянно изменяется индивидом.

В рамках теории социального конструирования гендер понимается как организованная модель социальных отношений между мужчинами и женщинами, конструируемая основными социальными институтами, что основывается на двух постулатах:

1. Гендер конструируется в процессе социализации, разделения труда, развития семейных отношений, влияния средств массовой информации.

2. Гендер строится и самими индивидами – на уровне их сознания (т.е. гендерной идентификации), принятия заданных общественных норм и адаптации к ним (манера поведения и речи, стиль одежды, прическа, украшения).

В рамках теорий социального конструктивизма наиболее распространено следующее определение гендера:

Гендер – это система межличностного взаимодействия, посредством которого создается, утверждается, подтверждается и воспроизводится представление о мужском и женском как базовых категориях социального порядка. Социальные конструктивисты сформулировали основное утверждение – пол не дается от рождения, а приобретается в процессе социальных взаимодействий. Известен тезис Симоны де Бовуар: «Женщиной не рождаются, женщиной становятся»[4].

В реальной жизни индивидуальные особенности личности, стереотипы массового сознания, социальные нормы и представления о реальности, желательном и должном никогда не совпадают. Поэтому существуют не только разные эталоны маскулинности и феминности, но и разные парадигмы их изучения, которые кажутся взаимоисключающими, но фактически взаимно дополняют друг друга.

Ядром личности является ценностно-потребностная сфера личности. Согласно представлениям А.Н. Леонтьева это системообразующее ядро деятельности. Ценности – это жизненные смыслы. Именно ценности обладают ориентиру-

[3] *Залевский Г.В.* Психическая ригидность в норме и патологии. Москва: Изд-во Том. ун-та, 1993. 272 с.

[4] *Залевский Г.В.* Фиксированные формы поведения индивидуальных и групповых систем (в культуре, образовании, науке, в норме и патологии). Москва; Московский государственный университет, 2004. 446 с.

ющей, оценивающей функцией потребностей человека. Действительно, импульсом к деятельности являются потребности как побуждения к достижению будущего результата. Но выбор среди всех прочих условий принадлежит ценностям. Чаще ценности не осознаются. Сравнивая понятия «установка» и «ценность», можно понять, что различие между ценностной направленностью и установочной готовностью состоит в том, что первая субъективна, а вторая объективна. Установка есть объективное отношение между субъектом и реальностью, а ценность – субъективное отношение к этой реальности[5].

Структура ценностей женщины является одним из важных факторов, оказывающих влияние на особенности гендера и репродуктивного поведения. Исследования показали, что переживание беременности и динамика типа переживания беременности отражают ценность ребенка, особенности соотношения ценности ребенка с другими значимыми для женщины ценностями и являются прогностическими для выявления особенностей материнского отношения и динамики ценности ребенка после родов.

Существует множество определений понятия «ценность», как имеющих общий, очень широкий смысл, так и сводящих это понятие до одного из явлений мотивационного процесса. В более общих определениях понятию «ценность» может придаваться несколько значений в зависимости от рассматриваемого аспекта, так что ценности были определены как предельные нормативные основания актов сознания или поведения людей. Строго говоря, это означает, что ценности неправомерно рассматривать как отдельные сущности «сами в себе» (Ван Цзин, 2000).

М. Рокич (1973) определяет ценности как устойчивое убеждение в том, что определенный способ поведения или конечная цель существования предпочтительнее с личной или социальной точек зрения, чем противоположный способ поведения либо конечная цель существования. В отечественной психологии сложился целый ряд школ и направлений, в которых аналогичные подходы к пониманию ценностей рассматриваются в различных аспектах изучения свойств личности. Как известно, «ценности производны от соотношения мира и человека, выражая то, что в мире, включая и то, что создает человек в процессе истории, значимо для человека». Ценности выступают важным связующим звеном между обществом, социальной средой и личностью, ее внутренним миром[6].

Доказано, что ценностно-потребностная сфера является содержательным ядром личности. Именно в ее недрах зреют многочисленные внутриличностные конфликты, которые и являются непосредственной причиной всех психологических проблем, постоянно преследуют личность на ее жизненном пути. В зависимости от того, в чем человек видит смысл жизни, какие ценности занимают доминирующее положение в структуре ценностно-потребностной сферы его личности, а какие – подчиненное, возможны внутриличностные конфликты различного рода. Если какая-то ценность составляет действительный смысл его жизни, то напряжение в этой области ценностно-потребностной сферы всегда будет потенциально высоким, что может стать причиной психического срыва. Если же в силу определенных обстоятельств ценность перестает быть для личности жизненно важной и утрачивает свой первоначальный смысл, то может возникнуть особое психическое состояние, которое В. Франкл назвал «экзистенциальным вакуумом». Это тоже своего рода внутриличностный конфликт, но он характеризуется, наоборот, отсутствием напряжения в сфере этой ценности. Этот конфликт связан с фрустрацией особой человеческой потребности – стремления к поиску смысла

[5] *Хьелл Л., Зиглер Д.* Теории личности. 3-е изд. СПб.: Питер, 2007. 607 с.

[6] *Шелехов И.Л.* Социально-психологические аспекты формирования материнской функции у беременных женщин // Вестник Ташкентского государственного педагогического университета. Сер. Психология. 2006. Вып. 2 (53). С. 75–79.

жизни. Конфликты первого рода могут проявиться в форме классических неврозов, вторые – это «ноогенные», по В. Франклу, неврозы.

Наиболее полно целостность структуры личности отражает характер – совокупность устойчивых свойств индивида, которые выражаются в способах его поведения и эмоционального реагирования (Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А., 2001). В характере определяются индивидуальные особенности целей и ценностей; формируются способы и потребности преодоления препятствий на пути к достижению целей, способности экономии сил. В характере осуществляется переход от биологических к психобиологическим и психологическим закономерностям процессов. Проблема связи характерологических и личностных свойств мало изучена, чаще эти два конструкта плохо разделимы.

Наибольшее внимание привлекают более выраженные варианты – акцентуации характера. Как известно, они определяются как усиление отдельных черт характера или их сочетаний, проявляемое в избирательном отношении личности к психологическим воздействиям определенного рода при хорошей или даже повышенной устойчивости к другим. Выраженность акцентуаций порождает определенные проблемы и трудности, хотя не столь сильные, как при расстройствах личности (психопатиях). В частности, это касается формирования репродуктивного поведения и реализации материнской функции. Учет акцентуаций необходим для эффективных воздействий психологического и психолого-педагогического характера, направленных на формирование психологических аспектов репродуктивной функции женщины и ее коррекцию в случае наличия девиантных форм материнского поведения.

То, как человек воспринимает мир, зависит от его убеждений, сформированных в рефлексии, самосознании. Этот уровень определяет мироощущение, в соответствии с которым человек живет. В ряду важнейших параметров, характеризующих восприятие, выделяются «Я-презентация», «Я-рефлексия»[7].

Восприятие предполагает толерантность, терпимость к другим людям (субъект-субъектные отношения; S↔S), когнитивную сложность, интеллект (S↔S; S↔O отношения). Следует отметить, что влияние интеллектуальных способностей индивида на восприятие и понимание эмоциональных состояний человека в полной мере еще не исследовано.

В обычных ситуациях восприятие мира нейтрально, в какой-то мере даже автоматично (автоматическая рефлексия); оно не затрагивает ни сознание, ни глубинные стороны личности. всложных и незнакомых ситуациях рефлексия когнитивна. Информационные параметры становятся ведущими, они определяют и структурируют восприятие. Таким образом, новизна и сложность (неопределенность) являются важнейшими факторами восприятия[8].

Выделяют группы факторов, влияющих на восприятие и понимание эмоциональных состояний человека: *объективные* факторы, связанные с характеристикой стимула, и *субъективные*, связанные с личностными особенностями индивида, в частности его эмоциональным состоянием[9].

Проблема восприятия и *понимания эмоциональных состояний* может рассматриваться исходя из концепции установки. Также близок к сущности понятия установки термин «аттитюд», который в известной степени отражает понятие установки. В зарубежной психологии наблюдаются различия в подходе к содержанию этого понятия.

---

[7] Шелехов И.Л., Уразаев А.М., Берестнева О.Г., Языков К.Г. Современная женщина: личность, гендер, психология репродуктивного здоровья. Москва: Изд-во Том. гос. пед. ун-та, 2009. 404 с.

[8] Шелехов И.Л., Постоева В.А., Пахомов В.П. Этнические стереотипы современных женщин // Вестник Ташкентского государственного педагогического университета. Сер. Педагогика и психология. 2007. Вып. 10 (73). С. 91–94.

[9] Шелехов И.Л., Скрипачева Е.Н. Репродуктивное поведение женщин // Вестник Ташкентского государственного педагогического университета. Сер.: Педагогика и психология. 2009. Вып. 2 (80). С. 104–106.

На процесс восприятия и понимания человека, таким образом, оказывают влияние стереотипы, которые являются социально-психологическими установками. С одной стороны, они упрощают процесс восприятия и понимания человека, а с другой – мешают адекватному восприятию человека. Это не позволяет сформировать правильное представление о человеке и выбрать нужный стиль в общении, приводя к нарушению взаимопонимания партнеров и, как результат, искажению восприятия и возникновению конфликтной ситуации.

Развитие эмоциональной компетентности и эмоционального интеллекта является необходимым условием психологического здоровья личности, ее эффективности в межличностном взаимодействии. В отличие от эмоционально благополучных личностей у людей с эмоциональными расстройствами обнаруживается более высокий уровень алекситимии (запрет на выражение чувств). И.Н. Андреева указывает, что у мужчин выше запрет на страх, у женщин – на гнев.

Гендерные различия наиболее достоверно проявляются в агрессивном поведении, однако они не настолько велики и не настолько связаны с биологическими отличиями, как можно было бы предположить. Существует несколько факторов гендерно-обусловленной агрессии, от которых зависит, кто проявляет себя более агрессивно – мужчина или женщина: возникают гендерные предпочтения участников конфликта, тип агрессии в конкретной ситуации. Различия в агрессии может объясняться гендерными ролями, которые поощряют проявление мужчинами агрессии в некоторых формах, в то время как агрессивность у женщин не приветствуется. Мужчин нередко принуждают к агрессии окружающие, ставя под сомнение их авторитет или общественное положение. Женщины, видимо, наоборот испытывают смущение, если приходится проявлять агрессию на людях. Результаты исследования, проведенного психологами из Абердинского университета, показывают, что женщины, которые подавляют свои негативные эмоции, подвержены гораздо более интенсивным проявлениям своего недовольства. Мужчины, подавляющие эмоции, способны впоследствии о них «забыть». Эта специфика эмоционального реагирования на внешние раздражители относится к самому широкому спектру «негативных» ощущений – от гнева до печали. Это относится и к понятию «обратного эмоционального эффекта» – ключевой особенности женской психики, теснейшим образом связанной с физиологией женского организма.

На основании всего вышесказанного можно сделать вывод о том, что сдерживание эмоций обычно ведет к развитию психосоматических заболеваний, поэтому такое удвоение сдерживающего эффекта способно оказывать влияние на здоровье. Социальные условия жизни женщин повлияли на формирование способности к переключению внимания и ощущений на посторонние объекты, что присуще переключательной функции эмоций. То есть женщины более способны находить альтернативные способы выражения эмоций, заменяющие их непосредственное выражение. В настоящее время механизм поиска подобных альтернатив уже изучается, чтобы в дальнейшем эту методику можно было применять в качестве способа, позволяющего устранять негативизм ощущений. Проблемы нарушения гендерной идентификации являются проблемами нарушенной самоидентичности личности. «Самоидентичность – устойчиво переживаемая тождественность собственного «Я» во времени и пространстве. Она предполагает аутентичность самовосприятия, высокий уровень интеграции частных динамичных и противоречивых образов «Я» в единую связанную систему».

В соответствии с функциями, которые выполняет самоидентичность принято выделять несколько ее видов: гендерную, нравственно-ценностную, этническую, профессиональную и возрастную. Гендерная идентичность – частный случай личностной самоидентичности, благодаря которой возникает субъективное чувство пола, развиваются модели поведения по маскулинному или феминнному типу и

реализуются желания в выборе сексуального партнера. Именно потому, что гендерная идентификация – это неотъемлемая часть личности, влияющая на глубинные процессы ее формирования, этапы и особенности становления гендерной идентификации стали объектом научного исследования.

Литература.

1. Залевский Г.В. О научном наследии М.С. Роговина // Методология и история психологии. 2006. Т. 1, вып. 2. С. 99–102.
2. Залевский Г.В. Психическая ригидность в норме и патологии. Москва: Изд-во Том. ун-та, 1993. 272 с.
3. Залевский Г.В. Фиксированные формы поведения индивидуальных и групповых систем (в культуре, образовании, науке, в норме и патологии). Москва; Московский государственный университет, 2004. 446 с.
4. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. 3-е изд. СПб.: Питер, 2007. 607 с.
5. Шелехов И.Л. Социально-психологические аспекты формирования материнской функции у беременных женщин //Вестник Ташкентского государственного педагогического университета. Сер. Психология. 2006. Вып. 2 (53). С. 75–79.
6. Шелехов И.Л., Уразаев А.М., Берестнева О.Г., Языков К.Г. Современная женщина: личность, гендер, психология репродуктивного здоровья. Москва: Изд-во Том. гос. пед. ун-та, 2009. 404 с.
7. Шелехов И.Л., Постоева В.А., Пахомов В.П. Этнические стереотипы современных женщин // Вестник Ташкентского государственного педагогического университета. Сер. Педагогика и психология. 2007. Вып. 10 (73). С. 91–94.
8. Шелехов И.Л., Скрипачева Е.Н. Репродуктивное поведение женщин // Вестник Ташкентского государственного педагогического университета. Сер.: Педагогика и психология. 2009. Вып. 2 (80). С. 104–106.

ТРАНСФОРМАЦИЯ ЭНЕРГИИ ЛИБИДО В ЭНЕРГИЮ ЛЮБВИ И ТВОРЧЕСТВА

Корнеенков С.С.
(Россия)

В данной работе обосновывается целесообразность обучения детей медитации для их гармоничного развития, когда либидо с самого начала жизни находит свое правильное направление, а именно: от функции продления рода человеческого до раскрытия высшего сознания в физическом теле. Именно от первых усилий в нужном направлении во многом определяется жизненный путь человека. У каждого народа есть своя традиционная мудрость, никогда не получавшая широкой огласки, но передававшаяся из уст в уста тем, кто считался достойным получать эти знания. Восточная традиция богата великолепной литературой о сексуальном воспитании юношей и девушек, о значении секса в духовном восхождении человека. Западная традиция во многом утратила знания о духовности сексуальной энергии, а раз так, то не лучше ли его совсем исключить из жизни стремящегося к самопознанию человека?

Традиционное западное образование имеет свой устоявшийся взгляд на природу и строение человека, развитие его сознания и свою парадигму образования и, соответственно этому, свое понимание вопросов полового воспитания. Привнесение восточного понимания природы человека и соответствующих этому

приемов и методов развития сознания в западную модель требует большого такта, аргументированности и даже смелости. Наука о воспитании весьма консервативна. Но наука в целом не подразделяется на восточную науку и западную, наука едина. Образование так же должно стать единым, оно не должно игнорировать научные и эмпирические наработки разных образовательных систем, разных концепций и стран.

Эротический импульс является наиболее сакральным из того, что дано человечеству. Поэтому во всех учениях он является базовым для эффективного преображения человека либо в сторону духовного, богочеловека (при вертикальном развитии), либо в сторону животного (при горизонтальном развитии). Становление личности и проявление индивидуальности поливариативно и развитие каждого качества, будь то способности или характер, потребности или мотивы, эмоции или мышление, нравственность или духовность – все они тесно взаимосвязаны и переплетены между собой в единое целое. Наиболее ярко личность проявляется в двух очень близких и в то же время диаметрально противоположных качествах: в выражении любви и в выражении сексуального поведения [Корнеенков, 2001].

Сексуальность – еще одно выражение жизни, которое, именно поэтому, не должно оказывать господствующего влияния на всю жизнь человека. *Энергия секса* может быть трансформирована в *энергию любви,* тогда физиологические влечения окрашиваются духовными энергиями. Путей и методов трансформации энергии либидо в духовную, множество. Для западной и отечественной психологии и педагогики основным методом является правильное сочетание в режиме дня ребенка различных видов деятельности: игры, труда, отдыха, общения, учения, познания в сочетании с многообразными дидактическими приемами. При этом вместо трансформации либидо в духовную энергию, любовь и творчество специалисты зачастую обучают сублимации, когда энергия либидо может быть успокоена или израсходована в результате физического или психического напряжения, а у взрослого человека непосредственно в половом акте. Зачастую сублимация приводит к тому, что жизненная энергия приобретает форму страсти, ненависти, гордости, страха и других негативных эмоций такой степени, что с ними невозможно будет справиться. Вырастает эгоцентричная личность, строящая свою жизнь на удовлетворении потребностей биологического и физиологического порядка. Или же данная энергия просто подавляется, загоняется глубоко вовнутрь, как нечто неприличное и ненужное. Проявления либидо нет необходимости подавлять, игнорировать или «сбрасывать» самими немыслимыми способами, нужно научиться ее трансформировать, что можно сравнить с алхимией, превращением свинца в золото. На Востоке для достижения трансформации энергии либидо, широко применяются разные виды медитации, что особенно многогранно представлено в работах Ошо [Ошо, 1993, 1999, 2015]. Однако этот путь требует специальных знаний и соответствующей подготовки, что и призваны обеспечить семейное воспитание и система образования.

Приход человека на Землю и его задача заключается в том, чтобы максимально развить и проявить свой ум, который стал бы способен соединить в единое целое дух и материю. Интеграция материи и духа является сутью человеческой эволюции. Все формы и виды образования должны быть направлены на достижение этой цели. Сразу после рождения вся энергия ребенка затрачивается на физический рост, выживание и обучение. В пубертатный период либидо ищет новые формы выхода, формируя будущих женщину или мужчину. Прежде чем они дадут новую жизнь, энергия либидо должна быть использована на духовное развитие и раскрытие сознания в любви. Духовные дети, дети, наделенные счастьем с самого начала, рождаются только в результате духовной любви, когда соитие происходит на всех планах бытия: физическом, психическом, духовном, трансцен-

дентальном. Но, как правило, обыденный человек останавливается на стадии получения физиологического удовольствия и не достигает совместной радости, свойственной единению на более высоких планах. Интимный союз личностей продолжается ровно столько, сколько продолжатся их совместные функции. Союз индивидуальностей (душ) имеет более высокое качество и продолжается неограниченно долго.

Интеграция энергий либидо и любви не несет в себе никакой опасности, если человек последовательно овладевает медитацией и стремится к гармонии. Правильное сексуальное развитие и развитие медитативных способностей способствует гармоничной интеграции сознания личности со своими высшими аспектами – душой и духом. В тех случаях, когда взрослый человек пытается изменить, расширить свое сознание с помощью специальных психотерапевтических техник, ему приходится преодолевать многочисленные стереотипы тела, эмоций и ума, выйти за пределы которых весьма сложно. Выход из стереотипов означает выход за пределы действия и власти ума, что равносильно «потере ума». Именно поэтому во время возникновения выраженных измененных состояний сознания люди могут испытывать страх и немедленно возвращаются в «свой ум, свой дом», то есть в ставшую привычной реальность. Поэтому люди боятся истинной любви и медитации. Но истинный дом человека – это его духовный мир, а не мир ума и социума.

Человеческая любовь является производной различных сил, которые движут ею и всегда основывается на эго или тесно с ним переплетена. В такой любви всегда присутствует надежда получить что-то взамен, «либо обрести выгоду или испытать определенные ментальные, витальные или физические удовольствия и наслаждения, которые может дать любимый человек. Удалите все это, и любовь очень скоро начнет ослабевать, угасать или вообще исчезнет, превратится в раздражение, упреки, равнодушие или даже в ненависть», – отмечает Шри Ауробиндо [Ауробиндо, 2006, с. 310]. В любви есть элементы привычки, и даже несовместимость характера, бездна разногласий, непонимание того, что является той силой, которая разводит людей. Если это психическая любовь, которая исходит от сердца или души, у людей появляется потребность в самоотдачи, это не связанно с получением ментальных, витальных и физических удовольствий. Витальная любовь не может продолжаться долго, т.к. решает временные задачи природы, она не есть свет, но только временный отблеск души. Когда человек поднимается на более высокий уровень, он может ясно увидеть, что эта любовь не была столь уж величественной, как это ему представлялось. «Божественная любовь, в отличие от человеческой, глубока, широка и безмолвна…, нужно расширять себя и стать тихим, чтобы осознать ее и ответить на нее» [Ауробиндо, 2006, с. 315]. Если любовь является безусловной, благородной и чистой, бескорыстной, самодостаточной, и с нею не связано никакого витального желания, это любовь психического существа. «Универсальная любовь – это духовная любовь, которая основана на восприятии Единого, наполняющего собою все» [Ауробиндо, 2006, с. 316], она может нисходить в человеческое существо свыше.

Литература.

1. Корнеенков С.С. Половое воспитание детей: либидо, любовь и медитация // Гуманитарные исследования. Альманах. Выпуск 3.5. Уссурийск. УГПИ. 2001. – С. 50-58.
2. Ошо Р. О детях. Революционный взгляд на воспитание. Поощрение Духа Свободы и Любознательности. – М.: София. 2015. – 224 с.
3. Ошо. Вигьяна Бхайрава Тантра. Книга Тайн. Новый комментарий. Т. 2. – М.: Либрис, 1993. – 204 с.

4. Ошо. Мистический опыт. От секса к сверхсознанию. – М.: ЮТА, 1999. – 351 с.
5. Шри Ауробиндо. Собрание сочинений. Т.22. Письма о йоге – III. – СПб.: Адити, 2006. – 384 с.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ КОРРУПЦИОННЫХ ПРОЯВЛЕНИЙ

Кулиев Ё.К.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. В статье особое внимание уделено рассмотрению психологических аспектов коррупционных проявлений и описаны различные формы и причины ее проявления. Раскрыты толерантное отношение к коррупции, являющееся одним из важных условий устойчивости ее существования в Узбекистане; отмечена деформация профессионального правосознания, позволяющая говорить о правовом инфантилизме и правовом нигилизме.

Ключевые слова: коррупция; правовой инфантилизм; правовой нигилизм; преодоление коррупции; психологические аспекты коррупции; толерантное отношение к коррупции.

Abstract. In article the special attention is paid to consideration of psychological aspects of a phenomenon of corruption and various forms and the reasons of its manifestation are described. During researches of authors the tolerant relation to the corruption, being one of important stability conditions of its existence in Uzbekistan; deformation of the professional sense of justice, allowing to speak about legal infantilism and law nihilism of the staff of the Department of Internal Affairs is noted.

Keywords: corruption overcoming; corruption; law nihilism; legal infantilism; psychological aspects of corruption; tolerant relation to corruption.

В настоящее время коррупция на политическом уровне представляется реальной угрозой суверенитету нашей страны наряду с такими явлениями, как экономическая дезинтеграция, истощение природных ресурсов и международный терроризм. Несмотря на такую значимость данной проблемы в науке до сих пор рассматривались преимущественно юридические, экономические и социальные аспекты коррупции, в то время как психологические аспекты коррупционного поведения оставались за рамками внимания ученых.

Коррупция считается одним из важных факторов, препятствующих экономическому развитию Узбекистана. Американский экономист Джеффри Сакс, рассматривая причины неуспеха экономических реформ, отмечал, что коррупция становится угрозой для самого существования многих стран мира. Согласно опросу, проведенных в 2021–2022 годах экспертами среди представителей малого бизнеса, среди основных проблем отмечаются: недоверие к государству; неэффективность государственного регулирования; беспрерывные трансформации правил и законов; коррупционные поборы; бремя налогов; теневая экономика; дорогие кредиты; контроль со стороны власти рынка недвижимости; неудовлетворительная работа правоохранительных органов и судов; участие в бизнесе власти [1].

Проведенный среди студентов высших учебных заведений опрос, посвященный тому, что, на их взгляд, в наибольшей степени препятствует развитию экономики, выявил сходные проблемы, причем на первом месте среди причин названы коррупционные поборы. Коррупционная преступность является частью корыстной преступности, весьма распространенным видом преступности, особенно

в государствах, где не сформировались демократические традиции и слабо развита экономика [2, с. 267]. Выделяют различные формы (проявления) коррупции: взяточничество, фаворитизм, протекционизм, лоббизм, непотизм (кумовство), предоставление льготных кредитов, заказов, незаконное присвоение в личных целях общественных ресурсов, неправомочное распределение и перераспределение общественных ресурсов и фондов, неправомерные поддержка и финансирование политических структур, нелегитимная приватизация, употребление личных связей в целях получения доступа к общественным ресурсам — услугам, товарам, источникам доходов, привилегиям, оказание разного рода услуг родственникам, друзьям, знакомым и т. д.

Возможно, что именно подконтрольное «кормление» впервые стало проявлением того, что в настоящее время с экономической (рыночной) точки зрения коррупционную деятельность рассматривают в качестве бизнеса: должность, по мнению коррупционера, определяется как источник дохода. Следует отметить, что по многим направлениям деятельности государства и общества коррупция прошла стадию узаконения и является привычным и обыденным явлением. Значительная часть граждан нашей страны, хотя и негативно относятся к коррупционным явлениям, тем не менее, считает вполне нормальными взаимные услуги, «блат», небольшие презенты и не относят их к неформальным коррупционным отношениям.

Особая проблема заключается в **психологических последствиях коррупции** — когда человек платит, он фактически легализует собственное неумение и неспособность самостоятельно находить вывод из критических ситуаций. В результате государство получает невежественную молодежь с некачественными дипломами и отсутствием каких-либо компетенций.

В работах, затрагивающих проблемы коррупции, отмечаются негативные как социально-политические, так и экономические последствия. Традиционно коррупция рассматривается как экономическое или должностное преступление, в то время как психологическим аспектам данного феномена уделяется значительно меньше внимания.

Психологические аспекты феномена коррупции включают в себя следующие составляющие:

1) психология коррупционного поведения;

2) психология коррумпирующего поведения, то есть тех, кто дает взятки, и т. п.;

3) отношение общества к проблеме коррупции и к ее конкретным компонентам;

4) социально-психологические процессы, влияющие на коррупцию.

По мнению А. С. Кривченкова, коррупцию следует рассматривать как девиантное поведение публичных должностных лиц, которое вопреки интересам общества и других лиц проявляется в неправомочном использовании существующих у них полномочий, представляющих им возможности, а также иные общественные ресурсы, к которым они получили доступ в связи с достигнутым статусным положением, с расчетом получения выгоды в личных, узко групповых и/или корпоративных целях [2, с. 270–271].

Коррупционное поведение является разновидностью социального поведения, представляющее поступки и действия должностного лица, затрагивающие интересы отдельных лиц, социальных групп, общностей и в целом всего общества. Согласно исследованиям, коррупционное поведение не столько детерминируется внешними обстоятельствами, сколько зависит от внутренних детерминант: комплекса определенных качеств личности, ее установок, ценностных ориентаций и морально-нравственных норм регуляции поведения и т. п. [3].

Можно предположить наличие сформированного комплекса качеств, который позволяет охарактеризовать личность, как обладающую низкой антикоррупционной устойчивостью и склонную к коррупционному поведению. В частности, психологические исследования сотрудников органов власти, которые были осуждены за коррупцию, выявили, что осужденным присущи такие качества, как тенденция сужения круга общения, осмотрительность при установлении дружеских отношений, отсутствие жалости к жертвам коррупции и т. п.

Следует отметить, что в вышеописанных исследованиях выявлены взаимосвязь коррупции и склонности к агрессивному поведению, несмотря на то, что прямая агрессия в коррупционном поведении, обычно, не отмечается. Исходя из этого, исследователями выдвигается предположение, что среди главных факторов склонности к коррупционному поведению следует выделить скрытую агрессию, следовательно, высокий уровень агрессивности, во многом характеризующий социально-психологическую атмосферу современного общества, вносит значительный вклад и в высокий уровень его коррумпированности.

По результатам проведенного среди студентов высших учебных заведений исследования лишь 10% испытуемых считают, что закон нарушать нельзя. Положительное отношение к закону выявлено у 48% студентов, принявших участие в исследовании. Непоследовательным и противоречивым отношением к праву характеризуются остальные участники исследования. В то же время согласно представлениям 36% респондентов негативно относятся к закону. 8% респондентов характеризуются отрицательным отношением к должностным лицам, 32% имеют положительное отношение к представителям власти. Но в то же время в представлении 62% испытуемых люди негативно относятся к властным структурам. Проведенное предварительное исследование среди студентов высших учебных заведений, целью которого было выявление установки к коррумпирующему поведению, показало, что лишь 36% из 50 принявших участие в исследовании считают, что материальное вознаграждение должностного лица (взятка) недопустимо в любом случае. 64% респондентов придерживаются противоположного мнения, так 46% допускают возможность взятки как благодарность за услугу, 38% — для установления отношений, 34% — для предоставления льгот, 24% — для содействия в ускорении процесса решения проблемы, 16% — для получения услуги, 12% — для получения финансовой выгоды, 10% — для разрешения спорного вопроса в их пользу, 8% — для освобождения от ответственности.

Таким образом, отмечается деформация профессионального правосознания — состояние, при котором формируются идеи, взгляды, представления, знания, переживания и эмоции, искажающие правовую действительность [5], то есть формируется правовой инфантилизм, проявляющийся в несформированности правового сознания, обусловленном недостаточностью правовых знаний, отсутствием четко определенных правовых установок и правовой нигилизм, являющийся психологической предпосылкой противоправного поведения, способный к быстрому изменению и адаптации к обстановке.

Среди множества различных форм, сторон, граней проявления правового нигилизма наиболее ярким и очевидным является повсеместное массовое несоблюдение и неисполнение законов, когда граждане, должностные лица, государственные органы, общественные организации не сопоставляют свое поведение с требованиями законов, а стараются жить и действовать по «своим правилам» [6, с. 84–89]. Причины коррупционной преступности представляют собой комплекс явлений различной природы, многие из которых существуют с давних времен, превратившись в традиции и образ жизни.

Выделяют экономические, политические и организационные и психологические причины коррупционного поведения. Остановимся более подробно на психологических причинах. По мнению Ю. М. Антоняна, к ним относят:

• игровую мотивацию: среди мотивов коррупционного поведения личности не только корыстные мотивы, но и бессознательное стремление участвовать в острой, захватывающей игре;

• отчуждение личности от государственной власти, следствием которого человек привыкает считать, что без подкупа сделать ничего нельзя, а контроль власти невозможен;

• круговую поруку среди коррупционеров, любой из них помогает, или даже спасает другого, таким образом, поддерживая и защищая себя, при этом «другой» сохраняет и источник дохода, и собственную безопасность;

• многовековую историю мздоимства, благодаря которой коррупция стала традицией, вписавшейся в образ жизни;

• традиционность отсутствия солидарности населения с законами, запрещающими коррупцию;

• существование ряда должностей и профессий, ставших желанными лишь в силу того, что дают возможность поборов и мздоимства;

• низкий уровень правосознания населения; • психологическую готовность к коррумпирующему поведению;

• феномен обоюдной вины дающего и берущего взятку: в связи с тем, что каждый знает, что и другой виноват, это снижает ответственность перед самим собой, исчезает чувство вины, так как имеется возможность переложения вины и на другого [2, с. 277–278].

Необходимо отметить, что в нашей отечественной культуре до чрезвычайности не определены границы между именно взяткой и тем, что считается благодарностью. В прошедшие годы нашей страны было принято предполагать, что оказание некоторых видов услуг связано с проявлением благодарности, и не в устной, а в товарно-денежной форме, несмотря на то, что эти услуги должны оказываться именно в связи с должностными обязанностями. И именно коррумпирующее поведение во многом создает возможность коррупционного поведения. Подобное поведение не воспринимается у нас как коррумпирующее, а как выражающее только непосредственную человеческую благодарность, тем более что их получатель ничего взамен своих услуг не требует. При всем том аналогичные формы поведения полностью непринимаемы в других культурах. [4].

Следует отметить, по мнению А. И. Журавлева, социально-психологическую особенность нашей культуры, которая во многом создает благоприятную среду для процветания коррупции и которая заключается в приоритетности неформальных социальных отношений над формальными, «неуставных» над «уставными», являющихся характерными для разных обществ, которые не изжили элементы патриархальности [7, с. 100–115]. Результатом вышеназванного является одна из форм коррупции — элементарная взятка, представляющая обмен ненормативных услуг на деньги, дополняется такими новыми видами, как обмен услуг на услуги, обмен услуг на приобретение более высокого статуса в различных социальных структурах и т. п. [4, с. 56–65]. В то же время подобные виды коррупции, в отличие от ее денежных форм, вообще не предусмотрены законодательством, что создает для них практически неограниченное пространство. Ставшая нормой аморальность провоцирует создание суррогатных нравственных норм во взаимоотношениях людей в органах управления и в бизнесе. Представления о честности, порядочности наполнились особым смыслом: при совершении противозаконных, коррупционных сделок человек считает аморальным, непорядочным поступком

нарушение обещания, невыполнение условий (убить можно, но нельзя обмануть, предать).

Необходима массовая пропагандистская кампания по борьбе с коррупцией с широким вовлечением СМИ и других средств воздействия на массовое сознание, которая должна быть хорошо продуманной психологически. В этом плане широкие возможности открываются перед социальной рекламой. Эту компанию следует направить не только на изменение отношения к коррупции как к таковой — выработку отношения к ней как к значительному, но преодолимому злу, но и на трансформацию надлежащих поведенческих практик и лежащих в их основе социальных стереотипов. Важным направлением участия психологов в борьбе с коррупцией должен быть психологический мониторинг законов антикоррупционной направленности, что позволило бы не принимать «неработающие», а то и в принципе неисполнимые законы, которые вызывают недоверие населения к законам вообще.

Литература.

1. Бизнес вне коррупции: руководство к действию // Фонд ИНДЕМ [Электронный ресурс] URL: http://www.anti-corr.ru/ cipe.
2. Антонян Ю. М. Криминология. Избранные лекции.— М.: Логос, 2004.— 448 с.
3. Ванновская О. В. Обоснование концепции коррупционного поведения госслужащих // Вестник Московского государственного областного университета. Серия 12: Психология. Социология. Педагогика. № 3–2.— С. 54–62.
4. Журавлев А. Л., Юревич А. В. Коррупция в современной России: психологический аспект // Знание. Понимание. Умение.— 2012.— № 2.— С. 56–65.
5. Ширванов А. А., Камнева Е. В. Профессиональная деформация личности как причина нарушений закона в уголовном судопроизводстве //Научный портал МВД России.— 2009.— № 3 (8).— С. 115–119.
6. Васильев В. Л. Юридическая психология.— 6-е изд., перераб. и доп. — СПб.: Питер, 2009.— 608 с.

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИИ УПРАВЛЕНИЯ

Лавриенко И.Я., Мукина А.Е.
(г.Алматы, Казахстан)

Аннотация. Статья посвящена пониманию новых особенностей ситуации управления в транзитивном обществе Казахстана, а также проблеме разработки соответствующей ей средств мышления и анализа на сегодняшний момент, как с точки зрения психологических теоретических разработок, так и с позиций управленческой практики.

Ключевые слова: Управление, кризис, рынок, система, решение, деятельность, стратегия, мышление

Annotation. The article is devoted to understanding the new features of the management situation in the transitive society of Kazakhstan, as well as the problem of developing the appropriate means of thinking and analysis at the moment, both from the point of view of psychological theoretical developments and from the standpoint of management practice.

Keywords: Management, crisis, market, system, solution, activity, strategy, thinking

Последнее десятилетие и особенно кризис пандемии и некоторые политические события в Казахстане, насыщенные событиями «реформенного типа», даёт огромный материал для анализа явлений, касающихся принятий государственных и региональных решений в условиях трансформации рынка. По мнению многих авторов рутина принятия и выполнения требований принятых решений, характерная для прежней политической и экономической системы, ушла в прошлое, а новой рутины, эффективно обеспечивающей работу государственного управления в условиях складывающейся политической и экономической системы, ещё нет.

С точки зрения сущности реформенного процесса транзитивного общества Казахстана неизбежно сопровождается отходом от стандартных способов работы. Способы и критерии, ориентиры и средства принятия решений быстро изменяются и всякое сведение оценки происходящего к тем формам, которые присущи стабильному периоду жизни общества, не только не отражают существенности происходящего, но и дезориентируют тех, кто хочет разобраться в событиях, в роли региональной системы, в особенностях поведения лиц, принимающих государственные решения.

Смешение критериев, разработанных для различного типа ситуаций в системах деятельности, ведёт не только к досадным недоразумениям в управленческой среде, в среде аналитиков, в среде государственных служащих, в среде предпринимателей, но и к иллюзорным противопоставлениям, конфликтам. Эти иллюзии являются фактами аналитического бытия, а в практике они вырастают в полномасштабные конфликты и кризисы власти. Понимание этих особенностей ситуации управления, а также разработка соответствующей ей средств мышления и анализа на сегодняшний момент является актуальным, как с точки зрения теоретических разработок, так и с позиций управленческой практики.

Актуальным стал вопрос построения государственной системы в Казахстане, способной организовать народ и обеспечить его достойное существование. Самостоятельность государства привела к необходимости самостоятельного определения стратегических ориентиров развития всего общества. Необходимо задать четкую систему ориентиров способную стать руководствующим предписанием для проведения всех реформ требуемых для обеспечения "благой жизни народа". Проблема стратегии связана, прежде всего, с проблемой стратегического мышления и стратега, как человека способного реализовать стратегию. Государство, осуществляя руководство обществом в переходный период, является активным реформатором социальной системы общества. В этом процессе государство должно использовать всю полноту возможных вариантов управления обществом, но необходимо следить за тем, чтобы методы управления оставались государственными. Высшее руководство страны должно понимать, какими методами для достижения стратегии лучше воспользоваться. Принципиально важным в определении стратегических ориентиров государственного управления являются подходы, при помощи которых, рассматривается управление. Существует две различные школы, изучающие управление: "менеджмент"; и "акмеология управления". Каждая школа имеет свою теоретическую базу к изучению управления. Соответственно каждая школа по-своему определяет стратегические ориентиры в управлении. Поэтому необходимо изучить данные школы для выделения более существенных стратегических ориентиров в управлении и определить методы управления при помощи которых возможно реализовать данные стратегические ориентиры.

С точки зрения культуры, управленческая деятельность принадлежит к числу тех типов деятельности, в которых решающую роль играет мышление. Этот контекст, крайне необходим для создания самого эффективного и духовно

зрелого управленческого корпуса, его элитарного ядра как условия общего ускорения развития во всех областях деятельности. С достаточной интуитивной очевидностью можно утверждать, что управленческая работа, региональное мышление относится к наиболее сложным формам интеллектуального профессионализма и требует высочайшей подготовленности человека.

Для получения рекомендаций по совершенствованию существующей региональной модели применяется деятельностный подход. Инновационные возможности предлагаемого подхода обеспечиваются использованием мощного инструмента ускорения любых научных исследований -логического принципа восхождения от абстрактного к конкретному. Концептуальную обеспеченность этого логического принципа задаёт новейшее направление в науке - методология мышления и деятельности. Теория деятельности предлагает уникальное средство для моделирования мыслительной деятельности - пятидосочную рефлексию, используемое в которой функциональное разделение мыслительного пространства позволяет проводить системный мыследеятельностный анализ ситуации (СМД-анализ), который и составляет основную базу проведённого исследования. В качестве методического средства могут быть использованы представления О.С. Анисимова о трех- или пятидосочной рефлексии. Осуществление рефлексии в индивидуальном, групповом и пленарном режимах предполагает:

- выработку, согласование, уточнение критериев оценки результативности деятельности по реализации проекта;
- анализ, коррекцию средств и операций по достижению замысла;
- выработку новой нормы деятельности.

В связи с этим, на наш взгляд, надо рассмотреть мышление как специфику управленческой деятельности, определить основные подходы для систематизации основы различных теорий управления, определить ориентиры государственного управления, построить методы государственного управления, проанализировать существующую модель управления в РК с точки зрения стратегического подхода.

Это позволит провести систематизацию психологической теории управления для формирования целостного и сущностного анализа методов государственного управления, и построения моделей управления в настоящий момент для разных уровней и масштабов управленческой деятельности.

Литература.

1. Анисимов О.С. Стратегическое мышление: проблемы достижения разумного уровня. М., 2012, 554 с.
2. Карпов А.В. Метасистемная организация качеств личности: монография/ А.В.Карпов.- Ярославль ЯрГУ, 2018.- 744 с.
3. Карпов А. В., Шадриков В. Д., Карпова Е. В., Субботина Л. Ю. Системогенез деятельности. Игра, учение, труд: в 4-х томах. Москва: Изд. Дом РАО; Ярославль: ЯрГУ, 2017.
4. Козлов, В. В. Психология управления : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов, Н. П. Фетискин. – Москва : Академия, 2011. – (Высшее профессиональное образование. Психология). – ISBN 978-5-7695-6682-0.
5. Козлов, В. В. Система управления персоналом предприятия / В. В. Козлов, Д. В. Бочаров. – Саратов : Вузовское образование, 2014. – 160 с. – EDN RYSNQL.

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ НАВЫКИ УЧИТЕЛЯ В ЭФФЕКТИВНОМ ФОРМИРОВАНИИ НАВЫКОВ КРЕАТИВНОГО МЫШЛЕНИЯ У УЧЕНИКОВ

Нурмаматов А.
(г. Сурхандарья, Узбекистан)

Аннотация. В статье утверждается, что креативность учеников является одним из основных механизмов мышления, определяющих эффективность обучения, и соответствующее этому формирование учеников, безусловно, зависит от профессиональной деятельности обучающих их учеников. из коробки.

Ключевые слова и фразы: учащийся, креативность, способность, талант, мышление, компетентность, компетентность, жизненный и практический опыт.

Annotationю The article expresses the opinion that creativity in students is one of the main mechanisms of thinking that determine the effectiveness of learning, that the formation of such characteristics in students depends on the professional skills of the teacher teaching them**.**

Key words and phrases: student, teacher, creativity, ability, talent, thinking, competence, competence, life and practical experience**.**

Способность общества проявлять педагогическое креативность в конкретном виде социальной деятельности, то есть на основе личного опыта профессионально-творческой деятельности, общее креативность развивается в дальнейшем под влиянием его профессиональной деятельности.

Педагоги не развивают творческие качества сами по себе. Возможно, у них есть творческие качества и ряд способов их успешного развития. Например, Пэтти Дрепо [1] показала четыре способа успешного развития творческих способностей педагогов:

Первый способ заключается в развитии навыков творческого мышления. При этом основной упор педагогов делает на формирование навыков творческого мышления, а обучающихся ориентируют на выражение сущности творческих действий с помощью глаголов. В частности, для эффективного формирования навыков творческого мышления учителя обращают внимание на наличие в вопросах необходимых глаголов, побуждающих учащихся к размышлению. Если эту ситуацию пояснить на примерах, то контрольный вопрос «Охарактеризуйте взаимосвязь подростка и системы юношеских периодов» у учащихся не формирует у них творческих способностей. Ведь понятие «скажи мне» в вопросе равносильно высказыванию «скажи мне, исходя из твоих знаний, умений и навыков».

Использование наводящих на размышления слов (глаголов) при задании учащимся контрольных вопросов способствует их творческому мышлению. Поэтому по первому способу формирования творческих качеств у человека педагогам уместно употребление слов (глаголов), заставляющих разные, старинные, нестандартные и обстоятельные ответы. Например, эффективным с практической точки зрения считается использование таких слов (глаголов), как «находить связи в понятиях», «мыслить», «предсказывать», «логически объяснять мысль», «воображать».

Педагогам представляется целесообразным применить первый способ - использовать «Карту творчества» молодых педагогов в формировании творческих способностей у учащихся.

Второй путь – развитие практических творческих навыков.

Воспитатели используют методические приемы и приемы в формировании и развитии творческих двигательных навыков у учащихся. В этом случае

использование вопросов может помочь только на короткий срок, но не развивает интерактивность и вовлеченность учащихся.

Третий способ – организовать творческие процессы. Такой подход делает акцент на творческом и творческом мышлении в процессе решения проблемных вопросов в образовательном процессе учеников и продвижении инновационных идей. Хотя в этих процессах активно не используются творческие приемы и приемы, творческое мышление имеет место. Например, в «Описании взаимосвязи между подростковым возрастом и возрастной системой» учащиеся будут анализировать различные вопросы, связанные с возрастом человека, выполняя задание. В результате в данном образовательном процессе у учащихся возникает многогранное мышление и наблюдательность.

Четвертый способ – использование креативных продуктов (разработок). Таким образом, педагог может дать учащимся задание разработать презентацию с использованием программы Power Point или мультимедиа на тему «Дифференциация возрастных периодов личности». В процессе подготовки презентации у учащихся активно развиваются навыки творческого мышления.

Учащийся может в полной мере проявить свои способности к творческому мышлению в комфортной обстановке, если у него есть чувство неудачи, страха, если он стесняется выражать свои мысли неправильно, если его критикуют, в такой ситуации не удастся эффективно сформировать или развить навыки творческого мышления. Успешно формировать у учащихся навыки творческого мышления можно только сделав творчество привычкой.

Только в творческой среде учащиеся имеют возможность понять содержание изучаемого предмета, взаимодействие учебной информации и начать обдумывать ее[2].

Креативность, как одно из качеств творчески-профессионального характера, развивается на определенных этапах у педагогов, как и у любого человека. В частности, это выражается в контроле за практикой образовательного процесса, контроле за деятельностью учеников и слушателей курсов повышения квалификации. Деятельность педагогов и результаты проведенной с ними практической работы показывают, что их креативность формируется и развивается в четыре этапа, как показано в таблице ниже.

Таблица 1.

Т/р	**Шаги**	**Содержание креативность**
1.	Первый этап	Освоение теоретико-методологических основ общественных наук (ряда наук) таких как педагогика, психология, философия, эстетика
2.	Второй этап	Формирование навыков практического применения полученных теоретических знаний в период непрерывной и непрерывной педагогической практики, а также в ходе производственной практики и самостоятельного обучения.
3.	Третий этап	Достижение трансформации практических навыков в квалификации на основе самостоятельного изучения и творческого поиска
4.	Четвертый этап	Психологическая подготовка к эффективной организации профессиональной деятельности на основе имеющихся теоретических знаний, практических навыков и квалификации

Все вышеперечисленные этапы непосредственно связаны друг с другом для того, чтобы педагоги овладели креативностьм как умением и квалификацией как профессиональным умением и эффективно организовали педагогическую деятельность, и одно не может найти своего значения без другого.

Качества творческого мышления, нашедшие свое значение в качестве профессиональных умений у наших учителей, проявляются в следующих формах:

Таблица 2.

Т/р	**Особенности творчества у учителей**
1.	Выражение идей, до которых другие учителя не додумались
2.	Выбор уникального стиля выражения идей и концепций
3.	Иногда задает вопросы, не имеющие отношения к обсуждаемой теме или необычные.
4.	Наслаждайтесь открытыми задачами или концепциями
5.	Предпочитает обсуждать мысли и идеи ясно и на основе доказательств
6.	Нетрадиционный подход к поиску решения проблемы или вопроса использует методы

Если мы обратили внимание на особенности творческого мышления педагога, упомянутого выше, то в науке психологии индивидуальное креативность и особенности мышления также различаются по своим характеристикам[3].

Возрастной период и его этапы в жизни каждого человека имеют важное значение в творческом развитии личности. Итак, согласно этому, в определенные периоды и этапы у педагогов развиваются качества творчества и навыки творческой деятельности.

Помимо творческих качеств, педагоги должны обладать также навыками и умениями, представляющими умение организовать творческую деятельность.

Развитие творческого мышления у педагога зависит от определенного периода, то есть определенной единицы времени, связанной с развитием творческих качеств и его окончанием. При этом этап развития креативности зависит от уровня развития тех или иных творческих качеств. Мы можем увидеть это в:

проведение различных форм организационной работы по развитию интереса, потребности и активности учащихся в обучении;

проведение различных воспитательных мероприятий в классе, внеурочной обстановке, в кружках, клубах или обществах;

формирование у учеников потребности в здоровом образе жизни, навыков личной и общей гигиены, навыков оказания первой помощи;

эффективное использование в учебном процессе различных средств обучения, современных технических средств, информационных и передовых педагогических технологий;

учитель разрабатывает дидактический материал и методические пособия;

информировать родителей об основах педагогических и психологических знаний, психологических возрастных особенностях учащихся, их особенностях, сущности взаимоотношений детей и родителей на разных возрастных этапах;

самоанализ, самооценка и коррекция недостатков личностной деятельности.

Наряду со специфическими профессиональными характеристиками считается целесообразным, чтобы педагоги обладали творчески-практическими

(конструктивными) навыками[4] и развивали их. Мы можем видеть это в следующих случаях:

формирование единого учебно-воспитательного материала с использованием разрозненной информации;

обогащение учебного материала различными картинками, темпами, таблицами, схемами, моделями и т. д.;

уметь подобрать уникальный, оригинальный учебный материал и подготовить его;

самостоятельное обоснование нового метода;

разработка комплекса методических пособий для воспитательного занятия (урока) и воспитательного мероприятия;

разработка технологической карты урока или воспитательного мероприятия;

разработка мультимедийных материалов для использования на уроке или образовательном мероприятии;

подготовка презентационной версии учебного материала;

разработка видеороликов при активном участии учащихся для воспитательных мероприятий на различные темы;

разработка тестовых заданий на основе различных форм и методов (вопрос, задание, проблема, пример, упражнение, тест и др.), критериев оценивания;

творческий подход к организации контрольной работы.

Учитель должен также обладать гностическими навыками, то есть исследовательскими навыками, и эффективно использовать их в своей профессиональной и гаитянской деятельности. Мы можем видеть это в следующих процессах:

работа с источниками (умение проводить теоретический и эмпирический анализ, находить и выделять важную информацию из реферата, тезиса, конспекта, реферата, работать с каталожными карточками и создавать список литературы);

выявление современных педагогических проблем и обоснование их актуальности;

определить уровень обработки проблемы на основе имеющихся ресурсов и изучить ее;

преподаватель проводит научный эксперимент и разрабатывает его методику;

подготовка научных статей, информации и отчетов;

обобщение результатов педагогического опыта и его анализ;

математически и статистически анализировать результаты научного анализа;

делать достоверные выводы и продвигать научные рекомендации на основе результатов статистического анализа;

обсуждение результатов педагогического опыта (задавать вопросы, высказывать личное мнение, уметь высказывать критические мнения, давать практические предложения).

Помимо творческих особенностей этого педагога, одной из соответствующих задач считается наличие у них организаторских профессиональных навыков и умение использовать их на высоком уровне на практике для обеспечения эффективности образования.

Креативность учащегося проявляется в его мышлении, общении, чувствах, отдельных видах выполняемой им деятельности[5]. Коммуникация в деятельности педагога является не только средством научно-педагогического общения, но и условием совершенствования профессиональных навыков в деятельности и источником развития личности учащегося, а также воспитательным средством. Именно поэтому коммуникативные навыки педагога, т. К числу основных

творческих признаков относят средства донесения до учащихся информации, возможность выслушать ответ учащегося или личные мысли по поводу заданий, предупреждение, устранение или развитие конфликтов, возникающих в педагогических процессах, достижение учебного сотрудничества со школьниками.

Применение современных технических средств к учебному процессу педагога, освещение содержания учебного процесса с помощью технологического паспорта и технологической карты, подготовка слайдов, освещающих содержание учебного материала, организация учебных занятий с использованием информационных технологий, интерактивных методов , используя различные технические средства исходя из характера специальности.- должен приобрести технологические навыки.

Определенные факторы, наряду с формированием у учащихся творческих качеств, также могут препятствовать развитию у учащихся знаний, умений и навыков. Поэтому педагоги должны ориентироваться на устранение этих факторов в своей профессиональной деятельности. Включая:

избегание риска;

допускать грубость в мышлении и поведении;

недооценка личной фантазии и воображения;

подчинение другим;

думать только о достижении любой ценой.

Таким образом, креативность у учащихся формирует характеристики, в первую очередь учителя понимают характер личной творческой деятельности, самоанализа и самооценки, быстродеятельного подхода, действий, связанных с определенным мыслительно-логическим мышлением, индивидуальными особенностями человека и профессиональные качества, приобретаемые в жизненной деятельности.Мы считаем целесообразным развивать такие творческие качества, как взаимная гармония и творческая направленность педагога.

Исходя из выявленных нами выше особенностей и мнений относительно развития творческих качеств педагогов, творчески-педагогических умений, можно сказать, что работа на основе приоритетных воспитательных принципов в формировании творческих качеств педагога гарантирует эффективность деятельности. направлена на конкретную цель. Это явление «заражения» само по себе формирует и развивает у учащихся процесс творческого мышления.

Литература.

1. Drapeau Patti. Sparking student creativity (practical ways to promote innovative thinking and problem soving). – Alexandria – Virginia, USA: ASCD, 2014.

2. Файзуллаева Н. Педагогик билимлар – ўқитувчи касбий маҳоратининг назарий асоси //Uzluksiz ta’lim ж. – Т.: 2006. 6-сон. – 102-б. 52

3. Ғозиев Э. Онтогенез психологияси. Назарий-экспериментал таҳлил ЎзМУ. Тошкент – 2010

4. Исломова Н., Абдуллаева Д. Ижтимоий психология. – Т.: Ўзбекистон файласуфлари миллий жамияти нашриёти, 2015. –13–б.

5. Кузнецова М.А. Креативность как социокультурный феномен. Вестник Ярославского гос.ун-та им. П.Г.Демидова. Сер. Гуманит. науки. 2011. No1(15). Электронная версия: www.culturalnet.ru/main/getfile/2510

РЕЧЬ ПРИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ

Махмудова Д.А.
(Узбекистан, Ташкент)

Наиболее всесторонне проблема описания множественности функционирования языкового сознания разработана в работах Д.Л. Спивак [1]. В ней представлен обширный обзор отечественных и зарубежных работ в данной области, приводятся классификации **изменений состояния сознания** (ИСС), в т. ч. языкового. Автор рассматривает ведущие концепции природы ИСС, их этиологии и динамики, а также анализирует наиболее перспективные направления их изучения. Эмпирический материал, представленный в монографии, включает данные по обследованию изменений языкового сознания в высокогорных и полярных условиях, при работе в горячем цеху, под действием психоактивных препаратов и суггестии, применяемой в психотерапевтической практике.

Д.Л. Спивак вводит в научный оборот понятие «лингвистика ИСС», которое призвано изучать измененные состояния языкового сознания. Языковое сознание в концепции Д.Л. Спивака является частной категорией от общего понятия «сознание». Оно трактуется автором «…как психическая структура, обеспечивающая полномасштабное, прямое или косвенное использование языковой способности и ведение речевой деятельности» [1,14].

Считается, что специфические ИСС могут возникать под действием определенных агентов или обстоятельств. Причины, вызывающие непроизвольное изменение обыденного состояния сознания, достаточно разнообразны. К ним относятся:

−значительное уменьшение внешней стимуляции или двигательной активности (затворничество, одиночные плавания, путешествия по пустыне и пр.);

−и, наоборот, чрезмерное их усиление (пытки, состояния паники, ритуальные конвульсии, ярость, определенные истерические состояния);

−необычное повышение бдительности или умственной вовлеченности в ситуацию (длительное наблюдение за экраном радара, условия экзаменационной обстановки, страстная молитва, явления массового психоза, слушание харизматического оратора, яркого концерта и др.);

−снижение бдительности или ослабление критики (дрема, самогипноз, глубокие экстатические и творческие переживания, озарения, свободное ассоциирование во время психоаналитических сеансов и др.);

−действие психосоматических факторов (гипо- и гипергликемии, обезвоживание, недосыпание, опьянение, тяжелая болезнь и т.п.).

К состояниям ИСС, кроме упомянутых выше, относятся фармакогенные состояния (инсулиновая, дилантиновая, кетаминовая терапии), экзогенные (высокогорные и полярные условия и прочее) и суггестогенные (психоделические сеансы, гипноз и т.д.). Некоторые ученые относят к ИСС и различные степени проявления состояний эмоциональной напряженности (в т. ч. и предельных эмоциональных состояний): стресса, сверх утомления, аффекта и пр.

Рассмотрение перечисленных выше факторов показывает, что специальные средства или способы создания ИСС могут быть как внешними (например, гипноз), так создаваемыми, управляемыми и контролируемыми самим индивидом (различные медитативные практики) [1, 8-9].

Анализ литературных данных показал, что метод свободных ассоциаций является довольно распространенным диагностическим, а иногда и терапевтиче-

ским средством в исследованиях ИСС. Более того, на сегодняшний день считается, что вербальные ассоциации подчиняются тем же законам, что и все ассоциативные связи человеческой психики, поэтому представляется невозможным понять механизмы ассоциирования из данных только нормативных процессов [2].

Ассоциативный тест выступает в качестве и диагностического, и терапевтического инструментария при изучении состояний эмоциональной напряженности, стресса, аффекта и т.д. Собственно, с этого и началось использование этой методики как психодиагностической (Юнг, 1919). К.Г. Юнг использовал её как средство психоанализа для обнаружения скрытых следов аффектов. Ассоциации дают возможность посмотреть на глубинные уровни психики, они как бы могут снять их блокировку и вывести аффективную ситуацию на сознательный уровень.

В работе М.С. Силантьевой изучалось протекание ассоциативных процессов в их зависимости от состояния сильного переутомления и уровня развития интеллектуальных навыков в позднем онтогенезе [3].

Э. Л. Носенко изучены изменения речи при эмоциональном напряжении, наблюдавшиеся в естественных, а не в лабораторных условиях: перед экзаменом, перед хирургической операцией у больных, у диспетчеров при выполнении ими тестовых заданий в присутствии авторитетной комиссии, у военнослужащих при выполнении профессиональной деятельности, связанной с большой личной ответственностью. Воспользуюсь описанием этих изменений, данным самим автором. В состоянии эмоциональной напряженности активизируются спонтанные речевые проявления; резко возрастает количество привычных речений, слов «паразитов», клише. Эти привычные речения артикулируются в более высоком темпе, чем в речи, происходящей в обычном состоянии, что приводит к изменению темпа артикулирования. Существенно возрастает количество некоммуникативных жестов, сопровождающих речь, факт появления которых не осознается говорящим. Наличие затруднений в выборе слов и в формулировании мыслей, с одной стороны, и активизация спонтанных проявлений, с другой стороны, приводят к резким колебаниям общего темпа речи на отдельных участках речевой цепи, с чем, в известной степени, связаны и колебания частоты основного тона».

На основе анализа приведенных выше особенностей речи в состоянии эмоциональной напряженности Носенко выделила целый ряд показателей, поддающихся количественной оценке, которые могут использоваться при диагностике этого состояния:

1. *Средняя длина отрезка речи, произносимого без пауз нерешительности.* Она рассчитывается путем деления времени «чистой речи» (или количества слов в высказывании) на количество пауз нерешительности. За паузы нерешительности принимаются паузы длительностью от 250 мс и выше.

2. *Темп артикужирования,* т. е. отношение количества слогов в высказывании к времени, затраченному на их произнесение (т. е. количество времени «чистой речи»).

3. *Латентный период речевой реакции* – в прямом и традиционном смысле этим термином обозначают время, протекающее между моментом действия раздражителя на чувствительные нервные окончания (рецепторы) и началом регистрируемой ответной реакции (включая у человека и речевые реакции).

4. *Диапазон колебаний темпа речи в процессе устного высказывания.* Этот показатель характеризует два разнонаправленных сдвига: возникновение затруднений в оперативном выборе слов в речи и оживление спонтанной речевой активности, сопровождающейся увеличением темпа речи. Чем шире диапазон колебаний темпа речи на отдельных участках речевой «цепи», тем с большей вероятностью можно утверждать, что говорящий переживает состояние эмоциональной напряженности.

5. *Длительность временного интервала, по истечении которого в речевом потоке появляются зоны, где частота основного тона голоса превосходит среднюю типичную для данного говорящего частоту.*

6. *Количество явлений нерешительности* (семантически нерелевантных повторов, переформулировок, «заполненных пауз», незавершенных слов или фраз).

7. *Коэффициент словарного разнообразия речи,* характеризующий отношение разных слов в высказывании к общему количеству слов.

8. *Среднее количество жестов* (в расчете на 100 слов высказывания), сопровождающих речь, в частности поисковых и некоммуникативных жестов.

9. *Среднее количество синтаксически незавершенных фраз в устных высказываниях.*

10. *Среднее количество ошибок (оговорок, парафазии) в речи.*

Таким образом, для состояния эмоционального напряжения характерны затруднения в формулировании мыслей и выборе слов для их адекватного выражения, которые проявляются в увеличении в устных высказываниях количества и длительности пауз, нерешительности, поисковых слов, семантически нерелевантных повторений, «заполненных» пауз, поисковых и описывающих жестов, сопровождающих речь. Одним из проявлений этих затруднений является также снижение словарного разнообразия речи. Об ослаблении сознательного контроля за качеством лексико-грамматического оформления высказывания в состоянии эмоциональной напряженности свидетельствует также увеличение количества синтаксически и логически незавершенных фраз, нарушение целостности сверхфразовых единств, возрастание количества некорректируемых ошибок.

Литература.

1. Спивак Д.Л. Измененные состояния сознания: психология и лингвистика / Д. Л. Спивак; Под ред. Н.П. Бехтеревой. - СПб. : Ювента : Филол. фак. С.-Петерб. гос. ун-та, 2000. – 291.
2. Овчинникова И.Г. Ассоциативный механизм в речемыслительной деятельности. Диссертация на соиск.учёной степени доктора филологических наук. – Санкт Петербург, 2002. – 382 с.
3. Силантьева С.Н. Формирование структурно-семантического анализа предложений у старших дошкольников с общим недоразвитием речи. Диссертация на соиск.учёной степени кандидата педагогических наук. – Москва, 2011 – 167 с.
4. Носенко Э.Л. Особенности речи в состоянии эмоциональной напряженности. – Днепропетровск, 1975. – 96 с.
5. Носенко Э.Л. Эмоциональное состояние и речь – Киев: Вища школа, 1981. – 195 с.

ОСОБЕННОСТИ ДИАГНОСТИКИ И ПСИХОМЕТРИИ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Мелибаева Р.Н.
(г. Ташкент, Узбекистан)

Психосоматика – это сложная проблема современной медицины, которую начали изучать в далекие времена, изучалась веками, отражая неразрывную связь психики и соматики[10] [10, 13, 19]. В научных исследованиях по психосоматике можно встретить множество таких комментариев: в повседневной жизни горло болит в результате стресса, рак развивается из-за неспособности простить кого-то и сохранения враждебности, а аллергия «вылезает» в результате «проглоченного» гнева. Иными словами, виновата печаль в болезнях – это и называется психосоматикой[11] [12].

Всем известно, что плохое настроение человека может значительно замедлить процесс выздоровления. Однако связь между стрессом, вызванным плохими мыслями, и болезнями людей (психосоматическими расстройствами) гораздо теснее, хотя это невозможно интерпретировать конкретным образом, поскольку понятие «Психосоматика» введено в научное применение почти 200 лет назад[12].

Психосоматика (греч. *psycho* – душа, *soma* – тело) – раздел медицины и психологии, изучающий влияние психологических факторов на происхождение и последующие последствия заболеваний организма. Согласно основной идее этой науки, психосоматическое заболевание основано на влиянии эмоциональных реакций, сопровождающихся функциональными изменениями в органах и патологическими расстройствами[13] [12].

Влияние психологических факторов на формирование различных заболеваний изучает психоматика, которая является направлением психологии и медицины. Психосоматические расстройства личности относятся к расстройствам, причины которых больше связаны с мыслительными процессами человека, чем с каким-либо физиологическим состоянием. Необходимость такого направления зависит от следующих обстоятельств: если медицинские приборы не способны идентифицировать физическую причину заболевания у пациента, это означает отсутствие заболевания. Такой человек считается страдающим психическим расстройством. Однако и в этом случае, если оба варианта неверны, возникает множество случаев, когда необходимо задуматься об отнесении болезни к числу психосоматических заболеваний. Причинами этого заболевания оказываются тревога, чувство вины, гнев, депрессия, постоянные конфликты или длительный стресс[14].

Существует множество определений психосоматики. Основные различия во взглядах исследователей заключаются в соотношении психологической и медицинской составляющих. По мнению В.В. Николаева и Г.А. Арины, психосоматика – это учение о физической взаимосвязи психических и соматических процессов в организме [11, 13]. А. Манегетти объясняет ее следующим образом: психосомати-

[10] Малкина-Пых И.Г. Психосоматика: Справочник практического психолога. – М.: Изд-во «Эксмо», 2005. – 992. с.
[11] Психосоматические заболевания // https://uz.everaoh.com/psixosomatik-kasalliklar/
[12] Психосоматические заболевания // https://uz.everaoh.com/psixosomatik-kasalliklar/
[13] Малкина-Пых И. Г. М 18 Психосоматика: Справочник практического психолога. - М.: Изд-во Эксмо, 2005. - 992. с.
[14] Психосоматические заболевания // https://uz.everaoh.com/psixosomatik-kasalliklar/

ческим расстройствам более подвержена только их психическая природа, психосоматический гилеморфизм выражает концепцию единства – единства человеческих действий. В узком смысле это означает функционально-историческое расстройство, вызванное только психической причиной [8]. Обобщая эти и другие научные определения, можно сказать, что психосоматика – это междисциплинарное учение о неразрывной деятельности психики и тела, неизбежном влиянии психических процессов на соматическую сферу и наоборот [4, 8, 11].

Современные взгляды в психологии на причины психосоматических заболеваний отражают следующее. В психологии принято выделять восемь источников развития таких заболеваний [12]: 1) условная прибыль; 2) внутренний конфликт; 3) предложение; 4) чувство вины; 5) самовыражение; 6) имитация; 7) психологическая травма; 8) эмоциональное отношение к серьезным событиям в жизни.

Суммируя все причины, любые виды психосоматических заболеваний могут быть вызваны неспособностью выразить возникающее нервное напряжение, проявляющееся на уровне тела.

Психосоматические расстройства являются предметом исследований в области психосоматики, которая возникла на стыке таких дисциплин, как психиатрия, терапия, хирургия и медицинская психология. На сегодняшний день это направление перешло от психоаналитических взглядов к формированию психосоматических заболеваний к биопсихосоциальным и целостным парадигмам понимания [8, 9, 10, 13, 15, 16].

В свою очередь, существуют определенные классификации психосоматических расстройств, что гарантирует соответствие диагноза типам заболеваний [14, 16, 18].

Трудно диагностировать психосоматические заболевания только путем сравнения с симптомами других заболеваний. Например, боль в области сердца может имитировать ангину и дискомфортные ощущения в животе, вызывать проблемы с пищеварительной системой. Правда, что характерной чертой психосоматического заболевания является ухудшение состояния на фоне нервной системы. Поэтому нет сомнений в том, что при диагностике заболевания существует необходимость применения как медицинских, так и психологических методов.

Многолетняя медицинская практика дает четкие указания на симптомы заболевания, которые приводят к постановке диагноза заболевания. Эти симптомы – первые впечатления пациента о заболевании. Согласно приведенной по психосоматическим заболеваниям классификации, их можно разделить на заболевания сердечно-сосудистой системы (коронарные заболевания артерий, выраженная гипертония, сердечная недостаточность, сердечная аритмия, не страдающий сердечными заболеваниями, но жалующийся на психогенез со стороны сердца); дыхательной системы (бронхиальная астма, пыльцевая аллергия, гипервентиляционный синдром); пищеварительную систему (язва желудка, язвенный колит); из-за потери веса (увеличение массы тела (увеличение массы тела на 20% от нормы), анорексии, вызванной нарушением функционирования нервной системы); заболевание скелетных мышц (ревматоидный артрит, боли в позвоночнике); головную боль (мигрень, боль, связанная с мышцами головы); хроническую боль, то есть боль в коже, общий зуд, местный зуд, гипергидроз (повышенное потоотделение) [12, 13, 15, 18]. Российский ученый А.Б. Смулевич выделял ряд психосоматических отношений [14]: 1) соматизированные психические реакции, формирующиеся при невротических или конституциональных расстройствах (неврозы, невропатии); 2) психогенные реакции, связанные с реактивными состояниями, возникающими в

связи с соматическими заболеваниями; 3) реакции по типу симптоматической лабильности – психогенно обусловленное проявление или обострение соматического заболевания (психосоматических заболеваний в традиционном понимании).

Диагностика и психометрия психосоматических заболеваний занимают центральное место в исследовании. Приводим некоторые комментарии по диагностике психосоматики в соответствии с традицией анализа, основанного на изучении научных источников и анализе методов в направлении, предшествующем медицинской психодиагностики.

Сегодня при диагностике психосоматических заболеваний проводятся химические и физические обследования соматического состояния, диагностические интервью и психологические тесты для оценки психологического состояния пациента [1, 2, 3, 5, 6, 8, 10,15, 17].

Диагностическая беседа – один из наиболее удобных методов психодиагностики. Эмоциональная беседа (эмпатия) между пациентом и врачом изначально носит клинический характер и в итоге способствует определению терапевтических целей.

Помимо диагностического интервью в области психосоматики, в диагностической практике существуют различные тестовые методики и личностные опросники, проективные тесты. Это удобно для анкет и обработки данных для снижения субъективности в процессе тестирования. В свою очередь, помимо опросников и тестов можно использовать опросники, описывающие заболевание и психологию больного. Такая оценка экономит время исследователя и позволяет проводить систематический сравнительный анализ данных пациентов [3, 8, 13].

В современных исследованиях в диагностике психосоматических больных при помощи Миннесотского многомерного личностного опросника (MMPI) используются 16-факторный личностный опросник Р. Кеттелла (16 pf), опросник Г. Айзенка (MPI), клинические шкалы (гипохондрия, истерия, психопатия, маскулинизм–феминизм, паранойя, психостения, шизофрения и маниакальные черты, социальная интроверсия) [9, 10].

В психологической клинике и в то же время в психосоматической диагностике особое место занимают анкеты, составленные в более прагматичной манере, не имеющие прямой связи с теорией. Примером этого является опросник соматических жалоб Гиссена, который измеряет эмоциональное отношение к физическому здоровью и служит для оценки замаскированной депрессии [6, 10, 15].

Хотя эти методы используются в местных исследованиях, есть необходимость обеспечить адаптацию к психометрическим требованиям представителей населения и групп пациентов, только после этого возможна стандартизация методов для этнокультурной среды, которые могут быть использованы для оценки отдельных пациентов [10].

Дифференциальная оценка функционального состояния (САН) на основе полярности используется для изучения оценки общего состояния, активности и настроения больных. Адаптированная Ю.Л. Ханиным [17] шкала личности и реактивной тревожности Спилбергера оценивает уровень тревожности в психике и состояние пациентов [10].

При определении характеристик отношения пациентов к заболеванию совместно используется личностный опросник Института Бехтерева – ЛОБИ, опросник для изучения самооценки социальной значимости заболевания [10].

Особое место занимает использование проективных методов в области психосоматики. «Тематический апперцептивный тест» (ТАТ) направлен на

определение причины внутреннего конфликта [7], также для психосоматических исследований эффективно используется «Тест обнаружения фрустрации» Розенцейвга, позволяющий анализировать характер реакций человека на фрустрацию, особенности направленности внешней или внутренней агрессии [10], а исследовательский тест Бентона служит для выявления органических нарушений [3].

Согласно статистике, психосоматические расстройства формируются в детстве в результате многих факторов, в том числе инфантилизма, психопатических черт характера, невропатии, психофизической слабости из-за болезни, усталости, хронических и острых психотравмирующих расстройств, предрасположенности к акоголизму, непропорциональных семейных отношений, нарушений в поведении и т.д. [10].

Одним из наиболее интересных способов решения сложной психодиагностической задачи может стать интегрированная система психодиагностики с использованием метода Роршаха, основанная на структурно-интегративном подходе и характеризующаяся достоверностью психометрических показателей методов; конкретными правилами применения инструментов психодиагностики и обработки данных; интегративным подходом к интерпретации данных, полученных в результате исследования; оценкой конструктивного материала в дополнение к проективной методике [2].

Среди перечисленных выше методов проективные тесты уникальны, и их стимульные материалы имеют большое значение. В проективном методе невозможно предсказать правильный ответ. Эта особенность, как правило, имеет соматический симптом, и ее нарушение является одним из важных моментов в диагностике психосоматического пациента, который не может принять свою эмоциональную природу. Этот диагностический метод позволяет лучше изучить врожденные особенности восприятия индивида и его индивидуальный жизненный опыт, снижая субъективное отношение исследователя [10].

Эксперимент включает в себя диагностическое интервью с использованием анамнестического (биографический) метода для устранения сопротивления и защитных отношений к незнакомым ситуациям, а также для установления надежных, рабочих отношений. В результате тестирования получено более 70 показателей, распределенных по различным кластерам и шкалам, что значительно упростило дальнейшую интерпретацию. Полученные переменные включали индекс депрессии, индекс совладающего дефицита, индекс гипербдительности, индекс обсессивности, индекс социальной зрелости, индекс суицидального поведения, показатели расстройства мышления и формирования эмоций, контроль стресса и толерантность, индекс самовосприятия или индекс эго и другие данные, описывающие различные психологические расстройства [10].

Важность психодиагностики и психометрии в соматической медицине определяется прежде всего нарушением психологической адаптации, преобладанием пограничных психических изменений, часто проявляющихся как дисфункция внутренних органов (например, тахикардия), что затрудняет правильную диагностику и лечение. Доказана важная роль психологических факторов в этиологии и патогенезе заболеваний (гипертония, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, бронхиальная астма и др.).

Психологические факторы во многом определяют уровень участия больных в программах реабилитации и вторичной профилактики соматических заболеваний.

Неготовность пациентов следовать медицинским рекомендациям резко снижает эффективность медицинской помощи. Например, менее половины пациентов с гипертонией следуют указаниям врача по приему лекарств, и лишь немногие пациенты следуют рекомендациям по безлекарственному лечению.

Этот пример показывает, как решение проблемы низкой приверженности может улучшить результаты лечения пациентов с хроническими соматическими заболеваниями [10, 13, 14, 15].

Психологические факторы играют важную роль в реабилитации больных, возвращении к работе и оказывают наибольшее влияние на качество жизни. Улучшение качества жизни – одна из основных задач и показателей эффективности лечения и медицинской реабилитации пациентов с хроническими соматическими заболеваниями.

Психологические показатели – наиболее чувствительные показатели общего состояния здоровья. На предшествующей заболеванию стадии, в том числе и при соматических заболеваниях, в большинстве случаев в первую очередь изменяются психологические показатели.

Помимо клинических и биологических показателей, психометрия необходима при лечении, реабилитации и оценке эффективности вторичной профилактики хронических соматических заболеваний.

Все это связано с тем, что в современных условиях психологическая оценка должна стать неотъемлемым элементом регулярного обследования пациентов с соматическими заболеваниями. Эта система может быть выражена в виде показанного в таблице комплекса методологий. Они решают задачи соматической медицины как психодиагностический и психометрический инструментарий:

– выявление психологических факторов риска развития соматических заболеваний (хроническая поведенческая депрессия типа а, враждебность, высокий уровень невротизма и т.д.);

– психологическая адаптация пациентов с соматическими заболеваниями, выявление психопатологических изменений;

– выявление психологических показателей приверженности к реабилитации, лечению и профилактике;

– определение психологических показателей эффективности медицинских вмешательств;

– оценка психологического состояния пациентов и качества жизни как важные аспекты комплексной оценки эффективности лечения, реабилитации и профилактики.

Таблица

Методики, используемые в клинических психодиагностических и психометрических целях

Диагностическая беседа	Психологические тесты, используемые в психосоматической практике	Анкеты психологической диагностики соматических расстройств	Акцентуация характера личности и типологические опросники, отношение к конфликтным ситуациям	Диагностика степени тревожности, фрустрации, стрессовых ситуаций, ведущих инстинктов	Диагностика депрессивных состояний	Анкеты для изучения личностных профилей психосоматических больных	Проективные методики
Беседа по определению внутреннего и внешнего состояния пациента	Шкала оценки алекситимии Торонто	Методика незаконченных предложений Сакса–Сиднея, модифицированная для психосоматических больных	Тест определения акцентуации характера (Леонгард–Шмишек)	Анкета Тейлора, определение степени тревожности	Дифференциальная диагностика депрессивных состояний (В.А. Жмуров)	MMPI	«Чернильные пятна» Роршаха
Анкета по анализу личности и истории жизни пациента при возникновении заболевания	Функциональный статус с помощью собственного опросника для дифференциальной оценки (САН)	Опросник субъективного контроля Роттера (УКС)	Анкета Кейрса	Анкета Холмса и Рейна, определение социальной адаптации и устойчивости к стрессу	Шкала Гамильтона, оценка депрессии	Анкета Мини-мульт	Тематический апперцептивный тест
Причины обращения к психотерапевту	Тест-анкета Спилбергер–Ханина «Определение степени тревожности»	Опросник Келлермана–Плутчика	Анкета «Цель»-«Средства»-«Результат» (МВН)	Анкета Гарбузова, ведущие инстинкты	Анкета Бека, определение степени депрессии	Институт Бехтерева личностная анкета – ЛОБИ	Незаконченные предложения
Определение времени переживаний проявления болезни	Опросник Айзенка MPI		Анкета для изучения типа поведения в конфликте (К. Томас)			Анкета Кеттелла 16 pf	Тест Сонди
Понимание внутренних конфликтов и прояснение психосоциальных отношений	Анкета Сердюка, самооценка социальной значимости болезни					Анкета личности Айзенка	Проективные тесты с картинками
Выражение полной картины личности пациента						Анкета определения психологических характеристик темперамента	

–методы психодиагностики и психометрии в соматической медицине должны прежде всего оценивать текущее психологическое состояние, личностные особенности, а также психологические аспекты качества жизни пациентов. В дополнение к подлинности и надежности они должны быть очень экономичными и пригодными для медицинской практики.

На основании этого анализа мы делаем следующие выводы:

– диагностика и психометрия психосоматических заболеваний основываются на общепсиходиагностических и медицинских психодиагностических принципах;

–диагностика психосоматических заболеваний имеет историческую основу, хотя связанные с ней диагностические средства можно найти в исследованиях этнокультурной среды, она требует необходимых психометрических нормативов для психосоматических больных;

–диагностическая беседа обогащает возможности работы специалиста как исследовательский метод, указывающий направление психотерапевтической помощи в системе диагностики психосоматических заболеваний;

– психодиагностическая практика показывает, что интегративный характер применяемых методов диагностики психосоматики (за счет интеграции проективных тестов с личностным опросником) позволяет в полной мере осветить особенности заболевания;

– адаптация и стандартизация методов, применяемых при диагностике психосоматических заболеваний, к местным условиям, снижение субъективных установок исследователей – главный критерий оценки деятельности.

Литература.

1. Аронов Д.М., Зайцев В.П. Методика оценки качества жизни больных сердечно-сосудистыми заболеваниями // Кардиология. – 2002. – № 5. – С. 92–95.
2. Ассанович М.А. Интегративная система психодиагностики методом Роршаха. –М.: «Когито-Центр», 2011. — 397 с.
3. Афанасьева А.В. Медицинский психолог и психосоматический пациент // Актуальные проблемы психосоматики в общемедицинской практике: сб. науч. ст. — СПб., 2014. – С. 19-24.
4. Бройтигам В., Кристиан П., Рад М. Психосоматическая медицина: Кратк. учебн. / Пер с нем.Г.А. Обухова, А.В.Бруенка. — М.: ГоэтарМедицина, 1999. — 376 с.
5. Зайцев В.П., Айвазян Т.А. Клиническая шкала оценки психического статуса больных хроническими соматическими заболеваниями // Вопросы курортологии, физиотерапии и и лечебной физической культуры. – 2010. – № 2. – С. 44–47.
6. Зайцев В.П., Айвазян Т.А. Психологический тест СМОЛ: применение в клинической медицине (аналитический обзор). – Тер. архив. – 2008. – № 4. – С. 89–92.
7. Леонтьев Д.А. Тематический апперцептивный тест. — М.: Смысл, 2000. — 254 с.
8. Любан-Плоцца Б., Пёльдингер В., Крёгер Ф., Ледерах-Хофман К., Психосоматические расстройства в общей медицинской практике. — СПб.: СпецЛит, 2000. — 288 с.
9. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика: понимание структуры личности в клиническом процессе. — М.: Класс, 1998. — 480 с.
10. Малкина-Пых И.Г. Психосоматика. – М.: Эксмо, 2010. – 1024 с.
11. Петрова Н.Н. Основы психосоматической медицины: учеб.-метод. пособие. – СПб.: Изд-во С.-Петерб. Ун-та, 2013. — 72 с.

12. Психосоматик касалликлар// https://uz.everaoh.com/psixosomatik-kasalliklar/
13. Сидоров П.И., Соловьев А.Г., Новиков И.А. Психосоматическая медицина: Руководство для врачей. – М.: МЕДпрессинформ, 2006. — 568 с.: ил.
14. Смулевич А.Б. Психосоматические расстройства (клиника, терапия, организация медицинской помощи) // Психиатрия и Психофармакотерапия. – 2000. – Т. 2. — №2. – С. 35-39.
15. Старшенбаум Г.В. Психосоматика: руководство по диагностике и самопомощи. – Ростов н/Д.:Феникс, 2015. – 251 с.
16. Сторожкова Г.И. Расстройства психосоматического спектра: патогенез, диагностика, лечение: руководство для врачей / под ред. Г.И. Сторожакова, В.К. Шамрея. – СПб.: СпецЛит, 2014. – 303 с.: ил.
17. Тест дифференцированной самооценки функционального состояния / В.А. Доскин, Н.А. Лаврентьева, М.П. Мирошников [и др.] // Вопросы психологии. – 1973. – № 6. – С. 141–144.
18. Фесенко Ю.А. Первичная профилактика психосоматических расстройств у детей // Актуальные проблемы психосоматики в общемедицинской практике: сб. науч. ст. — СПб., 2014. – С. 195-199.
19. Шапкин В.Е. Психосоматика в практике современной семейной медицины // Актуальные проблемы психосоматики в общемедицинской практике: сб. науч. ст. — СПб., 2014. – С. 204-205.

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ

Мигель А.К.
(Россия)

Актуальность темы исследования заключается в том, что российская и зарубежная психология сформировала серьезный объем исследований по проблемам социальной психологии личности, были созданы и обоснованы научные подходы к изучению личности. Тем не менее, по мнению многих авторов, все еще не достигнут баланс между проведенными теоретическими и эмпирическими исследованиями, поэтому целый круг важнейших теоретических проблем все еще открыт. Также отметим, что для поиска решения данных проблем в социальной психологии личности в настоящий момент необходимо сближение существующих научных подходов и научных школ.

Между науками социологии и психологии до начала прошлого века оставалось некое неисследованное пространство, так называемая «терра инкогнита», которая только сто лет назад стала открываться принципиально новой наукой – социальной психологией. Отметим, что изначально данная дисциплина начиналась именно как психология личности. И в зону ее научных интересов попали как раз пограничные сферы перечисленных дисциплин. Именно в силу данного аргумента определение предмета социальной психологии весьма широко и разнообразно:

1) предмет исследует принципы и правила поведения и действий человека, связанные с его принадлежностью конкретной социальной группе;

2) предмет изучает психологические черты и специфику непосредственно таких групп.

Отметим, что группой считается абсолютно любое социальное объединение людей: как дриада, состоящая из двух коммуницирующих между собой индивидов, так и этнос, насчитывающих десятки миллионов человек.

Основной проблемой исследования У. Мак Даугалла является необходимость пояснения того, как «людям, управляемым разнообразными импульсами, удается поступать так, как они должны – морально и разумно»[1]. При этом ученый фиксирует и значительную роль социального окружения в вопросе формирования «духовного склада индивида»[2].

Исследование личности индивида в качестве представителя той или иной группы, который задействован в разнообразных коммуникациях и сам становится их инициатором, в настоящее время выступает ключевой задачей науки «социальная психология». При этом данная дисциплина используется в ряде смежных – политологии, социологии и клинической психологии.

Благодаря представленному определению специалисты в области социальной психологии получают возможность акцентировать особое внимание на любой проблеме из существующего широкого спектра. В том числе, начиная исследования с психологии личности, завершая психологией этноса и массового создания.

Между непосредственно психологией и социальной психологией существует принципиальное отличие – последняя делает упор на конкретной личности, на том, как именно правила всего общества отражаются на конкретном человеке, а не на абстрактном члене конкретной социальной группы.

Куда больше усилий требуется для того, чтобы очертить сферу влияния каждой из дисциплин – общей и социальной психологии. Главная проблема состоит в том, что в качестве объекта познания каждая дисциплина выбрала одно и тоже – психическую жизнь индивида, который позиционируется в качестве личности.

Формирование личности происходит в процессе взаимного воздействия врожденных черт психики человека и сложившегося у него социального опыта. В силу того, что каждый из нас уже в момент рождения попадает в систему многочисленных социальных связей, представляется практически нереализуемым отделение врожденных и приобретенных (социальных) детерминант его формирующейся личности. Заложенные природой, генетически предусмотренные черты психики, например, природные склонности, пол и характер, способствуют тому, как человек будет осваивать приобретаемый социальный опыт. Именно он может видоизменить или даже отменить врожденные качества психики и темперамента человека.

Крайне важным представляется найти ответ на вопрос почему любые исследования личности не относить к социально-психологическим:

1) особенность подхода с точки зрения общей психологии заключается в том, что особенности социально-детерминированной личности представляются как определенная данность. При этом не учитываются влияния прошлых периодов и существующие в текущий момент коммуникации;

2) особенность подхода с позиции социальной психологии личности обусловлена следующими обстоятельствами:

[1] Мак-Даугалл У. Основные проблемы социальной психологии / У. Мак-Даугалл. – М., 1916. – С.7.

[2] Мак-Даугалл У. Основные проблемы социальной психологии / У. Мак-Даугалл. – М., 1916. – С.12.

– анализом выявленных закономерностей и причин, действий личности в рамках определенной фактической групп. Социальная психология, в данном случае, исследует взаимоотношения индивида и окружающих, воздействие которых обуславливает процесс формирования его личности;

– данная дисциплина выделяет очень особенный аспект изучения существующих проблем, которые присущи социальной психологии микро- и малых групп. В частности, к сложностям, которые требуют решения, относятся вопросы лидерства, независимости членов группы, способности принять самостоятельные решения. В рамках данной специфики проводится анализ персонифицированных социально-психологических характеристик конкретной личности;

– большой акцент ставится на все аспекты социализации – способность человека понять, принять и соответствовать нормам и системам ценностей, которые приняты в его группе или обществе. Принципиальным при этом является то, с помощью каких групп и методов производится социализация конкретного человека. Именно это и определяет специфику и даже патологию реализации данного процесса. Результаты проведенной социализации видны в действиях, коммуникациях и самосознании личности, включая и социальную идентичность;

– социальная психология особый упор ставить на причины формирования и действие аттитюдов (социальных установок личности человека). Аттитюд – его способность поступать определенным образом в конкретных ситуациях в процессе коммуникации[1].

По мнению Г.М. Андреевой, основной ориентир в социально-психологическом исследовании личности – не то, что происходит коммуникация человека с той или иной группой, а, как правило, итог подобной коммуникации[2]. После того, как личность стала участницей разных групп, вступила в них в непосредственную коммуникацию, разные виды взаимодействия, происходит создание личности в качестве субъекта взаимоотношений. Именно в силу данного аргумента едва ли не главной проблемой социальной психологии личности выступает вопрос ее социализации и ресоциализации.

В частности, в соответствии с научной точкой зрения О.А. Тихомандрицкой и Е.П. Белинской, термин «социализация» характеризуется социально-психологическим отнесением[3]. Эффекты социализации личности являются ключевыми инстанциями, которые определяют специфику и интенсивность социальной активности и поведения индивида. Именно в силу данного аргумента исследование такого процесса включает в себя многовекторность всех аспектов. В первую очередь, таким аспектом выступает динамический. В его рамках производится анализ изменений, которые сопровождают личность на всех стадиях ее социализации.

Второй достаточно острой проблемой является вопрос социальных представлений. В частности, по мнению С. Московичи, следует позиционировать социальные представления не в качестве коллективного создания, а как те или иные ментальные конструкции, которые созвучны участникам социальных групп[4].

Отметим, что представления могут создаваться институционально, в частности, в средствах массовой информации или во время фактического

[1] Лютова С.Н. Социальная психология личности: теория и практика / С.Н. Лютова. – М.: Изд-во МГИМО, 2002. – С. 77.

[2] Андреева Г. М. Социальная психология / Г.М. Андреева. – М.: Проспект, 2019 – С. 37.

[3] Белинская Е. П., Тихомандрицкая О. А. Социальная психология личности / ЕФ.П. Белинская, О.А. Тихомандрицкая. – М.: Научная литература, 2001. – С. 101.

[4] Московичи С. Социальное представление: исторический взгляд / С. Московичи // Психологический журн. 1995. Т. 16, № 1. С. 5.

общения членов той или иной группы. Другими словами, подразумевается осознание личностью уже созданного или только конструируемого представления во время взаимодействия. Таким образом, можно сделать логичный и обоснованный вывод, что что социальным представлением является процесс социализации личности[1].

При этом главным моментом является предоставление разным, не только общественным терминам, социального смысла и наполнения.

Важной задачей, стоящей перед социализацией личности, выступает создание социальной конгруэнтности, которая умеет адаптироваться к различным социальным условиям, вступать во взаимодействия и обеспечивать объективное и оперативное реагирование на отношение окружающих. Тем не менее, в данной задаче нельзя игнорировать личностную конгруэнтность. При том, что в теории декларируется разница между указанными категориями. Ряд психологов даже считают их не просто противоположностями, но и элементами процессов, которые находятся в противопоставлении – индивидуализации и социализации. Указанные процессы должны быть согласованы друг с другом. Таким образом, соотношения, существующие между личностной и социальной конгруэнтностью очень непростые.

Также очень актуальной на данном этапе развития науки социальной психологии личности считается ее приближение к догмам сразу двух направлений:

1) позитивной психологии, представителями которой являются Э. Динер, М. Селигман и М. Чиксентмихайи – в рамках данного направления исследуются особенности оптимального функционирования индивида;

2) этической психологии (последователи М.И. Воловикова, Т.В. Бескова и Л.М. Попов).

При всей внешней персонифицированности и индивидуалистичности, субъективность реакций конкретных переживаний, анализ эффективности и достаточности функционирования личности, указанные подходы выступают производными от социально-психологических процессов. Главным из процессов является именно социализация. Это поясняется сразу несколькими причинами:

– во время социализации личностью перенимается значительная часть критериев оптимальности, возможность их применения и важность использования;

– под эффектами социализации понимаются те интегративные образования конкретной личности, которые задают определенный вектор развития личности и ее бытия – определяют уровень социализированности, независимости, позитивности;

– именно социализация личности является полноценной базой ее ориентации на определенные культурные ценности, что, в свою очередь, обеспечивает специфику адаптированность личности индивида к внешней социальной среде[2].

Именно поэтому существует два вида благополучия, в соответствии с их отнесением к разным культурным образованиям:

1) индивидуальное благополучие;

---

[1] Емельянова Т. П. Концепция социальных представлений и дискурсивная психология / Т.П. Емельянова // Психологический журн. – 2020. – Т. 26. – № 5. – С. 18.

[2] Оконечникова Л.В.. Макерова В.В., Боднар Э.Л. Социальная психология: современная практика / Л.В. Оконечникова, В.В. Макерова, Э.Л. Боднар. – Екатеринбург: Изд-во Уральского университета. – 2016. – С. 161.

2) коллективистски настроенное благополучие.

Вместе с тем, важной проблемой исследования социальной психологии личности в нашей стране остается вопрос субъективного благополучия. Некоторые аспекты в данной области в XXI ст. были подробно изучены, тем не менее, все еще ощущается дефицит эмпирической базы, которая бы принимала во внимание отечественную специфику, включая различия между разными национальностями и народностями, а также особенности культурной традиции[1].

Начиная с 2010 г., стала более острой проблема включенности личности в отношения внутри той или иной группы. Данную проблему стоит рассматривать с двух сторон:

1) в современном обществе существует неограниченное количество возможностей установить контакт (особенно с появлением и проникновением во все сферы интернета);

2) наблюдается стремительный переход отношений на поверхностные рельсы, границы между отдельными группами становятся почти прозрачными[2].

На этой проблеме акцентируют внимание многие социальные психологи, приводя в качестве доказательств факт минимизации времени поддержания отношений.

Еще одним принципиально важным фактором субъективного благополучия или неблагополучия личности в настоящее время выступает усилившаяся маргинализация индивида. Этот фактор не просто выступает спецификой социальных отношений, но и самым неблагоприятным образом сказывается на устоях.

Следовательно, можно сделать обоснованный вывод, что предметные сферы социальной психологии личности в 21 веке несколько изменились и эти изменения связаны с актуализацией проблем развития данной науки и изменениями в обществе. Интенсификация научных теоретических исследований, принципов и правил ключевых социально-психологических явлений, центром которых выступает личность как субъект отношений в социуме, делает необходимым консолидацию итогов проводимых эмпирических исследований. Также нуждаются в пересмотре и методологии по раздвиганию сегодняшних границ анализа.

Литература.

1. Андреева Г. М. Социальная психология / Г.М. Андреева. – М.: Проспект, 2019 – 384 с.
2. Белинская Е. П., Тихомандрицкая О. А. Социальная психология личности / ЕФ.П. Белинская, О.А. Тихомандрицкая. – М.: Научная литература, 2001. – 301 с.
3. Емельянова Т. П. Концепция социальных представлений и дискурсивная психология / Т.П. Емельянова // Психологический журн. – 2020. – Т. 26. – № 5. – С. 16-25.
4. Лютова С.Н. Социальная психология личности: теория и практика / С.Н. Лютова. – М.: Изд-во МГИМО, 2002. – 167 с.
5. Мак-Даугалл У. Основные проблемы социальной психологии / У. Мак-Даугалл. – М., 1916. – 282 с.

[1] Шамионов Р.М. Социальная психология личности: проблемы и перспективы / Р.М. Шамионов // Известия Саратовского университета. – 2018. – Т.3. – №3 (11). – С. 236.

[2] Сухов А. Н. Российская социальная психология: состояние и перспективы / А. Н. Сухов. — Текст : непосредственный // Психология в России и за рубежом : материалы II Междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург : Реноме, 2018. — С. 78.

6. Московичи С. Социальное представление: исторический взгляд / С. Московичи // Психологический журн. 1995. Т. 16, № 1. С. 3-18.
7. Оконечникова Л.В.. Макерова В.В., Боднар Э.Л. Социальная психология: современная практика / Л.В. Оконечникова, В.В. Макерова, Э.Л. Боднар. – Екатеринбург: Изд-во Уральского университета. – 2016. – 228 с.
8. Сухов А. Н. Российская социальная психология: состояние и перспективы / А. Н. Сухов. — Текст : непосредственный // Психология в России и за рубежом : материалы II Междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург : Реноме, 2018. — С. 78-84
9. Шамионов Р.М. Социальная психология личности: проблемы и перспективы / Р.М. Шамионов // Известия Саратовского университета. – 2018. – Т.3. – №3 (11). – С. 236-240.

ВЗАИМОСВЯЗЬ АДАПТАЦИИ, МОТИВАЦИИ И СОЦИОМЕТРИЧЕСКОГО СТАТУСА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Морозова В.В., Карпова Е.В.
(Россия)

Аннотация. Представлены результаты эмпирического исследования уровней адаптации, мотивации и социометрического статуса первоклассников. Установлено отсутствие взаимосвязей между этими параметрами, что свидетельствует о влиянии на адаптацию, по-видимому, других, более сильных факторов. Обнаружено, что чем выше социометрический статус испытуемых-первоклассников, тем выше у них уровень школьной мотивации.

Ключевые слова: адаптация; мотивация; социометрический статус; первоклассники; взаимодействие.

Annotation. The results of an empirical study of the levels of adaptation, motivation and sociometric status of first-graders are presented. The absence of interrelations between these parameters was established, which indicates the influence on adaptation, apparently, of other, stronger factors. It was found that the higher the sociometric status of first-graders, the higher their level of school motivation.

Keywords: adaptation; motivation; sociometric status; first graders; interaction.

Проблема адаптации в психолого-педагогических науках и, в частности, в педагогической психологии, изучена достаточно хорошо [Балабекян, 2018; Дорожевец, 1995; Абдуллина, 2019; Карпова, 1996]. Но, вместе с тем, ряд аспектов, в том числе влияние социометрического статуса и мотивации школьника на процесс его адаптации исследованы явно недостаточно; отсутствуют четкие представления о наличии или отсутствии взаимосвязи этих параметров. Вместе с тем, установление конкретных закономерностей могло бы способствовать такой организации учебно-воспитательного процесса, которая бы минимизировала риски возникновения дезадаптации. Исходя из сказанного, мы предположили, что чем выше социометрический статус школьников и их мотивация, тем выше у них и показатели адаптации.

Для проведения эмпирического исследования в качестве испытуемых были взяты ученики 1 класса школы №83 города Ярославля - 36 человек, из них 21 девочка и 15 мальчиков. Использовались методика определения уровня адаптации для учеников 1 класса (Л. М. Ковалева, Н. Н. Тарасенко), методика определения уровня мотивации для учеников 1 класса (Н.Г. Лусканова), а также

методика Социометрия (Дж. Морено) для выявления межличностных отношений и межгрупповых отношений.

Были получены следующие результаты. У 70% школьников был выявлен нормальный уровень адаптации, у 27% школьников определяется средний уровень адаптации и у 3% школьников имеют место показатели серьезной степени дезадаптации. Отсутствуют испытуемые, чей уровень дезадаптации требует консультации у психоневролога. Существенной разницы в уровне адаптации мальчиков и девочек не было обнаружено. Исходя из полученных результатов, мы можем заключить, что большая часть учеников первого класса к началу второй четверти являются адаптированными к условиям школьной жизни (70%). Следовательно, можно заключить, что процесс адаптации обследованных первоклассников протекает благоприятно.

Далее, анализ уровней школьной мотивации испытуемых показал, что у 25% имеется высокий ее уровень, у 31% определяется хороший уровень мотивации, у 22% испытуемых установлено наличие положительного отношения к школе, у 11% - низкий уровень школьной мотивации и еще у 11% выявлено негативное отношение к школе. Исходя из полученных результатов, можем заключить, что у большей части учеников первого класса к началу второй четверти школьная мотивация расположена на высоком уровне (78%), но есть и ученики, чья мотивация снижена и даже имеется негативное отношение к школе (22%). Следовательно, у испытуемых - первоклассников определяются разные уровни мотивации, но у большинства испытуемых доминирует высокий ее уровень.

Анализ социометрического статуса школьников показал, что лидерами в классе являются 21% первоклассников, предпочитаемыми – 37%, пренебрегаемые составляют 33% и изолированные – 9%. Исходя из полученных результатов, можно сделать вывод, что межличностные отношения учеников первого класса неустойчивы, коллектив не сформирован. В позиции лидера по большей части выступают мальчики, в качестве предпочитаемых девочек выбирают чаще, чем мальчиков. Категорию пренебрегаемых и изолированных составили и мальчики, и девочки.

Следующим шагом явилось определение взаимосвязи этих трех параметров – адаптации, мотивации и социометрического статуса первоклассников. С этой целью был использован подсчет коэффициентов ранговой корреляции по Спирмену. Оказалось, что корреляция между параметрами адаптации и мотивации (0.113), между параметрами адаптации и социометрическим статусом (-0.116) не достигает уровня статистической значимости. Вместе с тем, корреляция между параметрами мотивации и социометрическим статусом (0.363; $p>0,05$) достигает уровня статистической значимости. Иными словами, чем выше социометрический статус испытуемых-первоклассников, тем выше у них уровень школьной мотивации.

Таким образом, можно сделать следующий вывод: взаимосвязи между параметрами адаптации, мотивации и социометрическим статусом выявлено не было, что свидетельствует о том, что на адаптацию, по-видимому, влияют другие, более сильные факторы. Однако наблюдается взаимосвязь мотивации и социометрического статуса младшего школьника, что объясняет, в частности, известный факт, что первоклассники ищут себе друзей, опираясь при этом, преимущественно, на такие внешние их характеристики как активность на уроке, а также похвалу и положительную оценку учителя.

Литература.
1. Бугаева Н.Н. Комфорт младших школьников в образовательной деятельности. // Начальная школа. 2004. № 1. С. 6-9.
2. Карпова Е. В. Социально-психологическая адаптация первоклассников // Вестник ЯГПУ. 1996. № 2. С. 15-17.
3. Карпова Е.В. Структура и генезис мотивационной сферы личности в учебной деятельности: монография. Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2007. 570 с.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ЛИЧНОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКА

Назаров А.М.
(г.Бухара, Узбекистан)

Социально-экономические преобразования, происходящие за последние годы в нашей стране, оказывающие влияние на институты образования, находят свое отражение и в личности школьника. В настоящее время число подростков и юношей, переживающих не только возрастной, но и личностный кризис, увеличивается с каждым годом. Вследствие этого психологическая устойчивость может оказаться за гранью нормальной, либо стать источником психологических проблем. Психологическая устойчивость личности играет на этапе школьного обучения огромную роль. Она неизмеримо велика и значима для процесса взросления, успешного решения задач учебной деятельности, поскольку такая устойчивость личности дает возможность переживать кризис самоидентификации и сохранять гармонию в отношениях с другими людьми в различных жизненных ситуациях.

Понятие «психологическая устойчивость личности» в педагогической психологии исследована не в полной мере. Между тем, на разных этапах школьного обучения данное понятие имеет собственное психологическое содержание. В нашей диссертации мы исследуем явление «психологическая устойчивость личности старшеклассника». Нас интересует психологическая устойчивость личности старшеклассника в процессе перехода в профильные классы.

Психологическая устойчивость личности представляет собой сложное сочетание понятий: «устойчивость личности», «психологическая устойчивость личности». Начнем наш анализ с понятия «устойчивость личности».

Термин «устойчивый» имеет целый ряд синонимов: стабильный, стойкий, твердый, прочный, крепкий. В «Словаре синонимов русского языка» мы обнаружили два синонима этого слова: стабильный и константный [3].

В «Большом психологическом словаре» под общей редакцией Б.Г. Мещерякова и В.П. Зинченко (2003), «устойчивость» (tolerance, stability) рассматривается в ее различных сочетаниях и проявлениях: устойчивость внимания, помехоустойчивость, нравственная устойчивость личности, трансситуативная устойчивость поведения личности, нервно-психическая устойчивость, эмоциональная устойчивость [2].

«Устойчивый» в словаре А. Ребера, например, представляется как характеристика индивида, поведение которого относительно надежно и последовательно. Антоним этого понятия – «неустойчивый».

В психологии термин «неустойчивый» имеет несколько значений. Два основных: 1) индивид, действующий в беспорядочных и непредсказуемых моделях поведения и настроениях; 2) индивид, склоненный действовать в невротических психотических или в опасных для окружающих моделях поведения.

Другой термин – «стабильность», который является синонимом понятия «устойчивость», в этом же словаре интерпретируется как черта (в теориях личности), характеризующаяся отсутствием чрезмерных эмоциональных изменений. В таком контексте используется уточняющее слово «эмоциональная» (стабильность). Стабильность является синонимом понятия «устойчивость» в английском, немецком, французском и испанском языках [2].

В качестве отдельной категории в словарях выделяется понятие «нравственная устойчивость личности», которое определяется, как способность человека регулировать свое поведение, исходя из принятых и усвоенных им нравственных норм и принципов. Если исходить из важного дополнения понятия «устойчивость» – понятием «способность к регуляции», наиболее часто в психологии мы встречаемся с такой его интерпретацией, как саморегуляция. Саморегуляция очень тесно связывается с устойчивостью, так как смысловое содержание этого понятия предполагает умение регулировать свое поведение в различных ситуациях и поддерживать к ним стабильное (устойчивое) позитивное отношение. Мы выяснили, что в современной отечественной психологии много работ посвящено проблемам психической саморегуляции человека. Чаще всего данное понятие рассматривается в связи с преодолением трудных жизненных ситуаций.

На каждом возрастном этапе школьного обучения учащийся, так или иначе, проявляет психологическую устойчивость. По мере взросления психологическая устойчивость старшеклассника в структурном и содержательном планах меняется, усложняется и наполняется новым содержанием. Иными словами, она развивается и становится все более многогранной по своей структуре. Содержание психологической устойчивости учащихся 11-ти — 12-ти лет значимо отличается от содержания психологической устойчивости старшеклассника. В подростковом возрасте психологическая устойчивость личности отличается нестабильностью, в этом возрасте преобладают противоречивые желания и поступки. Старшеклассник характеризуется более стабильными эмоциональными проявлениями и в целом сформированным образом «Я», что способствует повышению его психологической устойчивости.

Конкретизировано понятие «образовательная среда профильного класса». Это сложная полиструктурная система прямых и косвенных воспита-тельно-обучающих воздействий в педагогическом процессе, психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие психологической устойчиво-сти личности, применение знаний, умений и навыков в повседневной жизни и деятельности, создание образовательных, воспитательных возможностей для ка-ждого старшеклассника, стимулирование стремления к высокому статусу в учеб-ной группе, способствующих установлению тесных разноплановых контактов в образовательной среде.

Выявлены в образовательной среде психолого-педагогические усло-вия, обеспечивающие развитие психологической устойчивости личности старшеклассника: создание гуманных межличностных взаимоотношений учителя с учеником в образовательной деятельности; формирование у старшеклассника умения противостоять влиянию негативных молодежных субкультур; нацелен-

ность обра-зовательного процесса на раскрытие и развитие личностного потенциала каждого старшеклассника; приобщение старшеклассника к социальным ценностям; реали-зация знаний, умений, навыков в повседневной жизни и деятельности, а также в достижении высокого статуса в учебной группе.

При переходе от средней (5-9 классы) к старшей (10-11 классы) ступени образования в качестве важнейших предпосылок успешного обучения и развития выступают ориентированность старших школьников на осознанный выбор профессии и личностное самоопределение, осознание личностной значимости учебно-познавательной деятельности, овладение умениями успешного сотрудничества со взрослыми (родителями и педагогами) и сверстниками, ценностно-смысловые установки, способствующие процессу самореализации. Психологическая устойчивость старшеклассника защищает его личность от дезинтеграции и личностных расстройств, создает основу внутренней гармонии, полноценного психического здоровья, высокой работоспособности и адаптации, особенно в связи с переходом в профильные классы.

Анализ научной литературы показывает, что в настоящее время накоплен определенный объем знаний по проблеме психологической устойчивости личности. В исследованиях А. Адлера, Л.И. Анцыферовой, А. Бандуры, Е.И. Головахи, Е.Е. Даниловой, Е.П. Крупника, Л.В. Куликова, К. Левина, А.Н. Леонтьева, А.В. Либина, Г. Олпорта, СЛ. Рубинштейна, В. Франкла, Э. Фромма, Ф. Хоппе, В.Э.Чудновского, Э.Х.Эриксона разработаны базовые принципы развития психологической устойчивости личности: социальной обусловленности психики, лич-ностно-развивающий, единства сознания и деятельности и другие. В работах Л.М. Аболина, О.С. Анисимова, А.А. Баранова, А.А. Братко, В.Ф. Власова, В.М. Ген-ковска, А.А. Деркача, О.И. Жданова, Н.И. Конюхова, Г.К. Лозанова, Г.С. Михайлова, В.Ф. Перевалова, М.Ф. Секача, А.Н. Сухова, С.И. Съедина выявлены взаимосвязи устойчивости личности и психической саморегуляции.

В гуманистической психологии психологическая устойчивость рассматривается в ракурсе духовно-нравственного воспитания (И.С. Кон, Т.Н. Петракова, Э. Фромм и др.) и представляется как системообразующая составляющая внутренних характеристик личности, которая определяет ее сущностную природу и качественное своеобразие. В работах Л. Колберга, А. Маслоу, Г. Оллпорта, К. Роджерса, К. Юнга акцентировано внимание на личностных характеристиках, способствующих либо препятствующих преодолению негативных ситуаций, в которых необходимо проявление психологической устойчивости личности.

Представители экзистенциальной психологии (Л. Бинсвангер, М. Босс, Дж. Бугенталь, Р. Мэй, В. Франкл, М. Хайдеггер) выявляют природу внутренних факторов психологической устойчивости (активность в поведении и деятельности). В исследованиях Б.Г. Ананьева, М.М. Бахтина, А.А. Бодалева, Л.И. Божович, Л.С. Выготского, Н.В. Кузьминой, А.В. Петровского психологическая устойчивость рассматривается через систему внутренней поведенческой регуляции индивида. В работах отечественных психологов выделены виды психологической устойчивости: эмоциональная устойчивость (эмоционально-волевая) (Ф.Д. Горбов, П.Б. Зильберман, В.И. Лебедев, Е.А. Мирелян, В.В. Суворова), нравственная устойчивость (В.Э. Чудновский). JI.A. Китаев-Смык, Н.В. Литвиненко, В.И. Медведев, В.В. Суворова рассматривают психологическую устойчивость в процессе адаптации к стрессовым ситуациям. Г.Т. Берегова, Ф.Д. Горбов, В.И. Лебедев, А.А. Леонов определяют психологическую устойчивость через подго-

товку человека к сложным видам профессиональной деятельности. В.И. Медведев выделяет устойчивость физиологических и психологических функций при действии экстремальных факторов. У.Н. Кузнецов, В.И. Лебедев рассматривают устойчивость в условиях сенсорной изоляции. На конструктивную природу личности, являющейся источником стремления к поиску и разрешению трудных проблем, обращает внимание Г. Олпорт. Особо следует отметить работы, авторы которых доказывают, что фундаментом психологической устойчивости личности являются равновесные психические состояния (А.В. Петровский, А.О. Прохоров и др.).

В последние десятилетия проблема психологической устойчивости личности занимает одно из ведущих мест в современной психологии (А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, Н.И. Королюк, М.А. Котик, Е.П. Крупник, Б.В. Кулагина, Л.В. Куликова, Н.Н. Телепова). Т.Ю. Артюхова и Н. Моррис выявляют особенности психологической устойчивости в возрастном развитии человека в контексте психогенных факторов, влияющих на жизнедеятельность человека. Процесс перехода от психологической устойчивости к неустойчивости, соответствующий так называемой бифуркации (от англ. fork - вилка), где может проявляться потеря устойчивости системы, рассматривают П.К. Анохин, В.И. Аршинов, Ф. Мун, Е.Н. Князева, С.П. Курдюмов, М.Ю. Усманова, Г. Хансен и другие. В этом случае происходят изменения в структуре подсистемы, ее закрепление в новом качестве.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что его результаты расширяют научное представление о возможностях психологической устойчивости личности старшеклассника в процессе адаптации к образовательной среде профильного класса и могут быть взяты за основу в дальнейших исследованиях содержания понятия «психологическая устойчивость личности старшеклассника» и его компонентного состава, что будет способствовать появлению новых научных представлений об этом явлении, обогащению педагогической психологии в части обучения и воспитания старшеклассников профильных классов, методической деятельности учителей и психологов школ.

Практическая значимость заключается в том, что результаты исследования способствуют совершенствованию деятельности психолога в аспекте изучения психологической устойчивости личности старшеклассника в образовательной среде профильного класса; в определении методов, позволяющих изучать психологическую устойчивость личности старшеклассника; разработанный тест «Определение уровня психологической устойчивости личности» для учащихся старших классов позволит расширить и обновить содержание работы психологов, учителей, классных руководителей в образовательной среде школы в аспекте психологической устойчивости старшеклассника. Материалы исследования могут быть использованы в практической деятельности психологов, учителей, классных руководителей.

Литература.

1. Аболин Jl.M. Эмоциональная устойчивость и пути ее повышения / Л.М.Аболин // Вопросы психологии. - 1989. - №4. - С. 141-149.
2. Аза Л.А., Поддубный В.А., Ручка А.А. Ценностные ориентации работающей молодежи / Л.А. Аза, В.А. Поддубный, А.А. Ручка. - Киев: Наукова думка, 2008. - 394 с.

3. Александрова З.Е. Словарь синонимов русского языка / З.Е. Александрова. - 11-е изд., перераб. и доп. - М.: Русский язык, 2001. - 568 с.
4. Александрова Н.М. Среда обучения - компонент образовательной среды / Н.М. Александрова // Мир психологии. - 2005. - № 1. - С. 210-220.
5. Андреева Г.М. Социальная психология / Г.М. Андреева. - М.: Аспект -Пресс, 2001.-378 с.
6. Андреева Г.М., Богомолова Н.Н., Петровская Л.А. Современная социальная психология на Западе / Г.М. Андреева, Н.Н. Богомолова, Л.А. Петровская. -М., 1978.-271 с.

МОДЕЛЬ ЛИЧНОСТИ В ВОСТОЧНОЙ ТРАДИЦИИ

Наркевич А.В.
(Россия)

Аннотация. В статье рассмотрена модель личности в восточной литературе, описаны оболочки (коши), приведен метод слияния с Высшим Я для эффективного использования в медитативных практиках.

Ключевые слова: медитативные практики, направленная визуализация, оболочки личности (коши).

Annotation. The article examines the personality model in the Eastern literature, describes the shells (koshi), and provides a method of merging with the Higher Self for effective use in meditative practices.

Keywords: meditative practices, directed visualization, personality shells (koshi).

С давних времен исследователи Востока большое внимание уделяли систематизации знаний о строении и развитии человека, которые передавались устно и письменно и дошли до нас в виде стройных концепций с богатым инструментарием психотехнологий.

Восточные модели личности описаны различной терминологией, но практически идентичны по семантике. В обобщенном виде - это система, состоящая из четырех тел (оболочек, коши), взаимосвязанных между собой, и функционирующих как единый механизм.

Согласно буддийской и йоговской модели, человек состоит из следующих пяти основных «слоев» или оболочек (коши), которые ограничивают различные уровни сознания от физического и более тонкого, ментального, к каузальному (причинному) уровню [1]:

1) Аннамайя коша (физическое тело), состоит из плотной материи (плотное, жидкое и газообразное физическое состояние), где 12 основных систем увязаны в единый организм. Зависит от пищи, воды и воздуха, которые представляют собой грубые формы праны.

2) Пранамайя коша (витальное, праническое или эфирное тело), пронизывает, поддерживает и обеспечивает праной (энергией) физическое тело. В некоторой литературе эту оболочку называют эфирно-физическим телом, т.к. связь между ними очень тесная. В йогической литературе считается, что эфирная энергия протекает через 72 тысячи энергетических канала. Свободное протекание жизненной силы обеспечивает высокий иммунитет,

здоровье и активность физического тела. Высокий развитый потенциал эфирной энергии приводит к снижению зависимости тела человека от пищи, жидкости, инфекций, сна и т.п. Тому много примеров йогинов, отшельников и монахов, длительное время пребывавших в пустынях, горах и другой местности, скудной для пищи, сохранивших высокую активность, здоровье и развивших когнитивные способности.

3) Виджнянамайя коша (астральное тело), обеспечивает проявление эмоционально-чувственной природы личности и восприятие на интуитивно-чувственном уровне. Астральное тело представляет еще более тонкую материю, чем эфирное тело. Развитое астральное тело позволяет человеку управлять своей эмоциональной сферой, путешествовать вне физического тела, а также развивать четыре следующих драгоценных состояния сознания и подняться на духовный уровень, именуемый буддхическим [2, 3]:

- любящая доброта – всеобъемлющая любовь, доброжелательность, бессамостная всеобщая и безграничная любовь ко всему живому. Это состояние любви, бескорыстного стремления к достижению счастья каждого человека. Прямыми следствиями метта являются: добродетель, свобода от раздражительности и возбужденности, мир внутри и в отношениях с окружающим миром.

Это состояние превосходит сферу чувственных желаний, получаемых от сексуальной, социальной эмоциональной привязанности и иных источников удовольствия. В буддизме любовь является главнейшей добродетелью.

- Сострадание (каруна) – это размышление человека обо всех существах, находящихся в беде, ясно представляя в своем воображении их печали и тревоги, так, чтобы пробудить в своей душе глубокое сострадание к ним. Каруна представляет собой сочувствие чужим печалям и активные шаги с целью оказания помощи и поддержки другим. Это качество и состояние развивается на основе любящей доброты.

Сострадание – это состояние вне страдания, вне эмоциональных переживаний сочувствия, жалости. Оно полно знания, силы и ясности, открытости для честной и безупречной помощи другим существам и основано на логических доводах, умения смотреть на вещи в широкой перспективе. Свойством каруны является желание освободить других от страдания.

- Радостность (мудита – счастье в счастье других) – это медитация радости, в которой человек размышляет о процветании других и радуется их радостям. Это радость успеху и благополучию других без оттенка зависти. Радостность – это состояние сознания, когда человек является носителем чистой энергии жизни, которая светлыми лучами струится на все существующее.

- Равностность (упекха – состояние равного ко всем и ко всему отношения, без рассуждений о приобретении и потере, без хватания, цепляния за веру как за истину, вне отношений, гнева и горестей) – это сосредоточенность на безмятежности. В ней человек поднимается выше любви и ненависти, жестокости и подавления, богатства и желания и смотрит на свою собственную судьбу с беспристрастным и совершенным спокойствием.

Равностность указывает на спокойное, устойчивое и стабильное состояние ума и проявляется при столкновении с несчастьем и неудачей. Обладающий этим состоянием встречает любую ситуацию с невозмутимостью, с одинаковым мужеством, без волнений, отчаяния, сожаления. Равностность – это беспристрастное размышление над действиями (карма) и их результатами (випака).

В равностности нет разницы между людьми по половому признаку, возрасту, расовой, кастовой или этнической принадлежности, достатка, образования, родственных отношений. В православной религии аналогом этого состояния является Великое смирение.

Эти четыре качества являются основополагающими состояниями сознания в буддизме, ламаизме, христианстве, магометанстве, других религиях и духовных школах.

4) Маномайя коша (ментальное тело), обеспечивает ментальные процессы личности и всю психическую деятельность, кроме той, которая охвачена концепцией Виджнянамайя-коши, и содержит психические инструменты для восприятия внешнего мира. Ментальное тело связано с мышлением человека. Чем более развито ментально тело, тем более ясно и глубоко человек может мыслить, понимать себя, законы жизни и развития, а также пребывать в состоянии «безмыслия».

5) Анандамайя коша (тело блаженства) – это каузальное или трансцендентальное тело, место пребывания самой тонкой праны. Его природа – чистое сознание.

Данные оболочки (коши) представляют собой пять уровней энергии, которые сосуществуют в диапазоне от самой грубой до самой тонкой.

Развитие человека происходит через укрепление связи между своим Высшим Я (Душой) и сознанием, воплощенным в личности, посредством акта воли, а также освоения природы энергии и способов ее мудрого использования интегрированной личностью [4].

В христианской поминальной традиции после ухода сознания из физического тела человека его хоронят на второй день, когда физическое тело уже начинает распадаться на элементы земли, воды, огня и воздуха. На девятый день сознание оставляет эфирное тело, на 30-40-й дни – оставляет астральное тело, а через год – ментальное. Сознание оставляет одну оболочку (коши) за другой пока в Анандамайя коша не достигнет каузального мира [].

Для развития каждой оболочки (коши) разработаны соответствующие психотехнологии, в том числе и на основе направленной визуализации.

Медитативные практики визуализации активно применяются во всех религиозных системах и духовных школах. Например, визуализации в ваджраяне в буддизме, медитации на образ полярной звезды в даосизме, созерцание лика Христа, Богородицы или святых в христианстве и так далее [5].

Главная цель медитативных практик визуализации, например, с точки зрения буддизма, – очистить наше привычное, помраченное восприятие феноменального мира посредством развития «чистого восприятия» [6].

Метод медитативной практики направленной визуализации применяется в определенном контексте, с определенной целью, в определенной предметной области человеческого существования.

Смысл направленной визуализации, с одной стороны, в том, чтобы сфокусировать осознание на объекте направленной визуализации и идти «внутрь» в сопровождении ведущего или самостоятельно, а, с другой, – в отвлечении от всех раздражителей (мешающих факторов), которые не касаются объекта медитации.

Стимулирование образного пространства, практикующего происходит на основе нормальных механизмов неглубоких измененных состояний сознания – трансовых состояний сознания. Чтобы индуцировать транс должны быть созданы специальные условия, использованы специальные психотехнические

методы. В основе лежит психологический механизм сужения фокуса сознания, которое происходит при помощи механизмов частичной сенсорной депривации и индукции монотонии (Козлов, 2007).

Технически медитативные практики направленной визуализации – это психотехники, которые сочетает расслабление, концентрацию на дыхании и построение образного пространства с включением модальностей. В ходе направленной визуализации происходит обретение внутренней самоподдержки, а также активизируются подсознательные процессы, направленные на достижение физического благополучия.

Методы медитативных практик направленной визуализации, как часть интегративной психотехнологии, являются эффективным инструментом при работе с психической реальностью человека, гармонизируют его личность и создают ресурсные состояния сознания, посредством психологической проработки базовых архетипических образов.

При выполнении медитативных практик представление образов и осмысление их значения оказывает следующие терапевтические эффекты:

- нормализация психофизиологических функций;
- улучшение психического настроя;
- изменение неблагоприятных психических состояний за счет формирования образа желаемого состояния;
- появление ресурсного состояние сознания – экстатического или инстатического состояния. В этом состоянии доминирует мотивационно-эмоциональная сфера мышления и духовность;
- концентрация на любом объекте внутренней территории (ощущении, эмоции, мыслеформе) меняет его состояние, то есть инициирует эволюцию его свойств, качества и характеристик;
- интеграция личности в зоне актуального развития - максимальная мобилизация резервных возможностей человеческой психики;
- создание зоны перспективного развития психофизиологической системы личности – зоны ближайшего развития - получение расширенных возможностей управления психическими уровнями.

Подлинный смысл ресурсных состояний сознания – это постижение глубины конечного (кластеры «образа Я»), чтобы найти неисчерпаемое (обрести духовное) [7].

Направленные визуализации в медитативных практиках являются адекватными, релевантными тогда, когда в них используются образы, связанные с архетипическими структурами, архетипическими символами.

В рамках направленной визуализаций нами разработана психотехнология - м*етод слияния со своим Высшим «Я»* (рисунок 1) [8].

Цель медитативных практик на основе данного метода – интеграция личности со своим Высшим «Я» и переход от формы в бесформенность согласно буддизму. Метод является эффективным инструментом при работе с психофизиологической и социально-психологической сферами личности.

Сущность метода заключается в визуализации управляемого архетипического образа своего Высшего «Я» (Сущностного «Я», Я-духовного), расположенного вертикально высоко в космосе в виде яркой звезды, а также светового потока, идущего от него через тело медитирующего до центра земли. Таким образом, практикующий создает источник необходимых ресурсов для каждой оболочки (коши), интегрирует в себе «небо и землю» согласно восточным традициям. На основе данного метода разработаны базовые техники с концентрацией внимания на объекте (осознанном дыхании,

наблюдении за мыслями, чувствами, ощущениями, телом, потоковом состоянии сознания (В.В. Козлов) и т.п.) и безобъектные медитации.

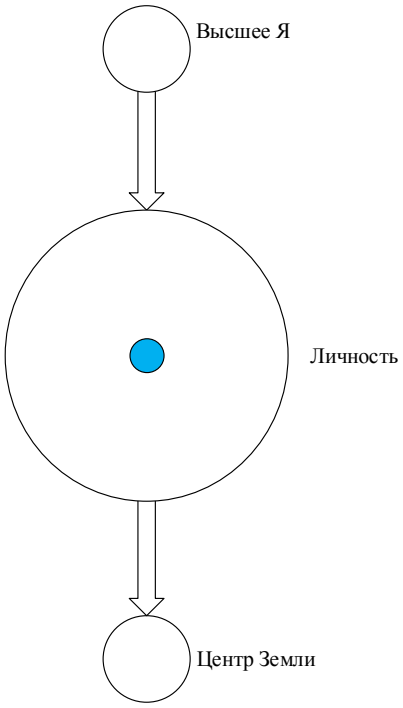


Рисунок 1 - Модель визуализации связи медитирующего с образом своего Высшего «Я» и центром Земли

Таким образом, на основе выше сказанного можно сделать следующие выводы:

1. Обобщенный вид восточной модели личности описан как система взаимосвязанных между собой пяти тел (оболочек, коши), одухотворяемых сознанием, воплощенным в личности.

2. Разработанный метод слияния с Высшим «Я» может использоваться в медитативных практиках направленной визуализации для развития оболочек (коши), реализации различных задач практикующего от создания ресурсных состояний до интеграции и духовной реализации личности и является эффективным инструментом при работе с психофизиологической и социально-психологической сферами личности.

Литература.

1. Козлов В.В., Наркевич А.В. Влияние медитативных практик на социально-психологические свойства личности: – Монография / Под ред. проф. В.В. Козлова, А.В. Наркевича. – М.: МАПН, 2022. – 319 с.
2. Козлов, В.В. Психология буддизма: четвертое колесо дхармы. 2–е изд., Вологда: Древности Севера, 2016. – 296 с.
3. Бейли, А.А. Письма об оккультной медитации. – Изд–во: Амрита-Русь, 2010. – 320 с.
4. Толокин, О.А., Толокина, О.В. Базовый курс. - М.: 2018. – 106 с.
5. Кхьенце Д. Р. Популярно о визуализации в ваджраяне // Буддистский журнал Lion’s Roar//перев.: K. Dechen, 2016, , – Электронный ресурс. – Режим доступа:. https://www.lionsroar.com/pure-clear-and-vibrant/
6. Tainya C. Clarke, Ph.D., M.P.H.; Patricia M. Barnes, M.A.; Lindsey I. Black, M.P.H.; Barbara J. Stussman, B.A.; and Richard L. Nahin, Ph.D., M.P.H. Use of Yo-

ga, Meditation, and Chiropractors Among U.S. Adults Aged 18 and Over, NCHS, [Online]. Доступно: https://www.cdc.gov/nchs/data/databriefs/ db325–h.pdf. [Проверено в июле 2019 г.].
7. Козлов В.В., Донченко И.А. Направленные визуализации: теория и метод / В.В. Козлов, И.А. Донченко. – Запорожье, 2015. – Электронный ресурс. – Режим доступа: https://www.b17.ru/article/?razdel_new=96
8. Наркевич, А.В. Практические рекомендации для актуального применения медитативных практик // Вестник интегративной психологии // Журнал для психологов. Вып. 23. /Под ред. В.В.Козлова, Ш.Р. Баратова, М.Н.Усмановой. – Бухара – Ярославль: МАПН, 2022., с. 251 - 253

ФЕНОМЕН БЕСПОМОЩНОСТИ В УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

Невзорова А.В.
(Россия)

Аннотация. Рассмотрен феномен беспомощности в учебно-профессиональной деятельности студентов педагогического бакалавриата. Дана качественная характеристика проявлений беспомощности в поведении студентов в процессе учебно-профессиональной деятельности. Описаны примеры подобных проявлений поведения студентов. Выдвинуты предположения относительно факторов, оказывающих влияние на возникновение беспомощности студентов, предложены пути преодоления исследуемого явления.

Abstract. The phenomenon of helplessness in the educational and professional activities of students of pedagogical bachelor's degree is considered. A qualitative characteristic of the manifestations of helplessness in the behavior of students in the process of educational and professional activity is given. Examples of similar manifestations of students' behavior are described. Assumptions are made about the factors influencing the occurrence of helplessness of students, ways of overcoming the phenomenon under study are proposed.

Ключевые слова: бакалавриат, учебно-профессиональная деятельность, педагогическая деятельность.

Key words: bachelor's degree, educational and professional activity, pedagogical activity.

Феномен выученной беспомощности, описанный М. Селигманом, является предметом междисциплинарных исследований, поскольку собственно механизмы этого явления вскрыты в психологии [Карпов, 2018], в то время как само явление – профессиональная и научная проблема в сфере образования, благодаря чему оно представляет большой интерес для педагогики. В отечественной психологии рассмотрены вопросы профилактики и преодоления выученной беспомощности, симптомокомплекс беспомощности и противоположный ему симптомокомплекс самостоятельности, структура и психологическое содержание данного явления как ситуативного состояния и как устойчивого образования личностного уровня [Богатырев 2015, Панченко 2016, Резниченко 2018].

В настоящей работе феномен беспомощности анализируется в контексте учебно-профессиональной деятельности студентов педагогического

бакалавриата, поскольку, исходя из наших наблюдений, рассматриваемое явление получает все большее распространение в образовательной практике, что обосновывает актуальность изучения данного вопроса. Анализ научных публикаций за последнее десятилетие показывает рост интереса исследователей к проблеме беспомощности именно применительно к сфере высшего образования.

Обновленные Федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования во многом унифицировали подготовку бакалавров в области педагогического образования без учета профилей подготовки. Этот подход является, с одной стороны, оправданным исходя из общих подходов к определению универсальных и общепрофессиональных компетенций, формируемых у будущих педагогов в процессе освоения образовательных программ. С другой стороны, в процессе освоения конкретного профиля подготовки студент непременно сталкивается с необходимостью осознания и освоения этих обобщенных компетенций применительно к своей будущей профессии. Трудности подобной самостоятельной индивидуализированной работы особенно ясно проявляются в процессе учебно-профессиональной деятельности. Профессиональную деятельность студент осваивает первоначально именно в учебном формате, выполняя конкретные задания учебных и производственных практик. Профессиональные пробы проходят более благополучно под непосредственным руководством и сопровождением преподавателей, к тому же часто они предполагают коллективные формы деятельности, что также облегчает процесс освоения компетенций и опыта решения профессиональных задач. Но есть и такие практики, где студенту необходимо действовать абсолютно самостоятельно, в условиях приближенных к реальной профессиональной деятельности. Речь идет о вожатской практике в детских оздоровительных лагерях, где практика проходит с оформлением студентов на рабочие места по срочному трудовому договору. В процессе прохождения студентами данного вида практики нами был собран эмпирический материал, позволяющий судить о проявлениях беспомощности в поведении студентов. Эти проявления характеризуют именно беспомощность, поскольку соответствуют описанному в психологических исследованиях симптомокомплексу беспомощности: пессимистический атрибутивный стиль, эмоциональная неустойчивость, робость, замкнутость, фрустрированность. Приведем лишь некоторые ситуации, демонстрирующие проявления беспомощности студентов в учебно-профессиональной деятельности вожатых в детском лагере:

- на второй-третий день работы жалобы на плохое самочувствие, болезнь, отказ от работы, желание уволиться, уехать из лагеря;
- обман руководства лагеря, уклонение от работы (например, обращение с просьбой разрешить съездить домой за теплыми вещами и “исчезновение” из области взаимодействия - отключение средств связи, спустя время - письменное сообщение о невозможности вернуться);
- избегание необходимости объяснений с руководителем практики от университета, общение лишь в письменной форме, страх личной коммуникации;
- боязнь детей, неумение вступить с ними в коммуникацию, не говоря уже об организации их деятельности;
- неожиданное бездействие, неуверенность, растерянность тех студентов, которые показывали лучшие результаты и высокий уровень знаний в процессе подготовке к вожатской работе в учебной процессе на базе университета.

В течение одного семестра было зафиксировано, что не менее 20 % студентов испытали подобный опыт от общего числа студентов, проходивших вожатскую практику в лагере. В предыдущие годы подобных явлений или не фиксировалось вообще или это были очень редкие, единичные случаи. Анализ подобных проявлений поведения студентов предполагает, прежде всего, поиск обусловливающих их причин. В литературе описаны следующие факторы беспомощности: родительские стили воспитания, травмирующие события в прошлом, специфические особенности мотивационной сферы, преобладание стратегии избегания неудач [Веденеева, 2008]. Причины и факторы беспомощности собственно в учебно-профессиональной деятельности требуют дальнейшего изучения, в частности, их количественного и качественного состава и силы влияния на проявления беспомощности. На наш взгляд, помимо перечисленных факторов необходимо добавить к исследуемому комплексу также такие возможные причины и факторы, как влияние виртуальной среды на формирующуюся личность, низкий уровень коммуникативных компетенций, отсутствие достаточного социального опыта, недостаток развития культуры поведения и общения, недостатки развития нравственных и ценностных ориентаций. Большой проблемой является также и то, что, несмотря на формально значительную долю практического обучения в учебном плане, студенты реально получают опыт прохождения практики на базе образовательной организации - а значит, и опыт общения с детьми - лишь обучаясь на третьем курсе, в то время как в ранее существовавших учебных планах предусматривалась ознакомительная, учебная, непрерывная, другие виды практик, которые организовывались на базе образовательных организаций уже начиная с первого курса.

Подводя итог рассмотрению вопроса беспомощности студентов педагогического бакалавриата в учебно-профессиональной деятельности, необходимо отметить следующее:

1. Обоснована актуальность изучения феномена беспомощности студентов в учебно-профессиональной деятельности.

2. Проектирование учебных планов и образовательных программ в педагогическом образовании требуют дальнейшего совершенствования.

Литература:

1. Богатырёв А.А. Приобретенная беспомощность как социальный факт / А.А. Богатырев, С.А. Шамсутдинов // Международный студенческий научный вестник. 2015. № 4-4. С. 600-602.

2. Веденеева Е.В. Мотивационный компонент в структуре личностной беспомощности на разных возрастных этапах / Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2008. Т. 14. № 5. С. 165-169.

3. Карпов А.В. Соотношение психологического и педагогического знания / А.В. Карпов. – Москва, ИД РАО, 2018. – 144 с.

4. Панченко Т.А. Организация самостоятельной работы студентов в условиях выученной беспомощности / Т.А. Панченко, Н.П. Долгих Проблемы высшего образования. 2016. № 1. С. 231-233.

5. Резниченко М.А. Особеннности проявлений выученной беспомощности в процессе профессиональной подготовки студентов / Психологическое сопровождение личностно-профессионального самоопределения и развития на различных этапах становления профессионала: Сборник научных статей по итогам проведения международного круглого стола. 2018. С. 57-65.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ СТУДЕНТОВ: ВОПРОСЫ ПРОФИЛАКТИКИ

Нозимов Ж.Т.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. Рассматривается актуальная проблема профилактики интернет-зависимости у студенческой молодежи. Охарактеризованы психолого-педагогические особенности студенческой молодежи, рассмотрена специфика интернет-зависимости у студентов, проанализированы основные аспекты профилактики в контексте изучаемого вопроса.

Ключевые слова: профилактика; интернет-зависимость; студенческая молодежь; проектная деятельность; проект.

Abstract: The article is devoted to the topical problem of prevention of the Internet addiction of the student youth. The article describes the psychological and pedagogical features of student youth, the specificity of the Internet addiction, analyses the main aspects of prevention in the context of the issue.

Key words: prevention; Internet addiction; student youth; project activity; project.

Цифровая революция, произошедшая в конце XX - начале XXI века ознаменовала этот период как совершенно новый этап в истории человечества - начало информационной эпохи, а символом этой эпохи стала система объединенных компьютерных сетей - интернет. Началась стремительная информатизация общества, затрагивающая социальную, экономическую, техническую и научную сферы. Данный процесс направлен, прежде всего, на улучшение условий жизнедеятельности и удовлетворение информационных потребностей человечества. Однако тенденция повсеместного внедрения информационных технологий имеет не только положительные стороны, но и отрицательные последствия. Растущая вовлеченность людей во Всемирную паутину привела к сужению круга интересов, замене реального общения на виртуальное, а также к нецелесообразному использованию временных ресурсов. Психологическая наука столкнулась с проблемой неконтролируемого использования интернета и зависимостью от него.

В науке допускается рассмотрение интернет-зависимости как самостоятельной аддикции, так и средства для достижения аддиктивного контента. Её определяют как пристрастие непосредственно к интернету и к каким-то конкретным его функциям (Р. Дэвис); патологическое увлечение интернетом, нарушение контроля влечения нехимического генеза (К. Янг); «доброкачественное расстройство», направленное на компенсацию недостатков поведения в реальной жизни (А. Холл, Д. Парсонс); серьезное расстройство, имеющее не только психологические, но и физиологические последствия (М. Орзак). Имеются результаты исследований, указывающие не только на патогенность интернет-пространства, но и на его "саногенную" функцию.

Проблема интернет-зависимости некоторое время была вне поля зрения отечественных ученых. Стабильный приток новых пользователей подкреплялся своевременными разработками новейших программ для общения и взаимодействия. Отсутствие мер профилактики привело к развитию интернет-зависимости.

В настоящее время в психологии достаточно широко представлены теоретические и практические данные, раскрывающие суть и содержание интернет-

зависимости. Изучается природа, сущность, диагностические признаки интернет-зависимости (А. Голдберг, Дж. Сулер, У. Браун, М. Гриффитс, С. Чен, А. Е. Войскунский, В. А. Лоскутова, Л. О. Пережогин, А. Ю. Егоров и др.), а также психологические особенности интернет-зависимой личности (Дж. Морахан-Мартин, Х. Ан, Д. Ен, Л. Лиан, Е. Харди, М. Ти, Х. Ким, К. Дэвис, И. А. Чудова, В. Л. Малыгин, Н. А. Кузнецова, М. С. Радионова, Т. С. Спиркина и др.). Имеются исследования, ориентированные на изучение роли интернета как фактора совладания с проблемами в реальной жизни (Г. Райнголд, Е. Рэйд, Дж. Этвуд, Л. Шварц. Психологические факторы развития интернет-зависимости анализируются К. Янг, М. А. Шаталиной, В. Л. Малыгиным. При этом до сих пор в исследованиях отсутствует базирующееся на системном подходе представление о структурно -содержательных характеристиках, детерминантах, закономерностях, механизмах и условиях формирования интернет-зависимости, что ограничивает возможности диагностических и коррекционных мероприятий, снижая их продуктивность. Результаты подобных исследований позволят разработать научно обоснованные методические рекомендации для коррекции интернет-зависимого поведения, а также повысить эффективность психологического сопровождения лиц, имеющих данное поведенческое расстройство.

Сегодня именно посредством Интернета человек решает множество задач, в том числе вопросы трудоустройства, поиска новой информации, установления социальных связей на уровне бесконтактного общения, не включающего в себя эмоционально-чувственную сферу, воспитательную направленность, невербальную информацию, что приводит к отсутствию навыков межличностного взаимодействия в целом.

Невозможно не признать положительные моменты Интернета, но необходимо указать и на негативную сторону использования ресурсов глобальной сети. Речь идет прежде всего о риске формирования интернет-зависимости. В широком смысле под данным термином понимается нехимическая зависимость от пользования Интернетом, характеризующаяся стремлением ухода от реальности путем достижения особого эмоционального состояния удовлетворенности, уверенности в себе, которого иным путем человек достичь, в силу различных причин, не может. В основе интернет-зависимости — навязчивая потребность личности в использовании Интернета, сопровождающаяся социальной дезадаптацией и выраженными психологическими симптомами.

Таким образом, одной из современных проблем, угрожающих нервно-психическому здоровью человека, является интернет-зависимость, сегодня превратившаяся в серьезную общественную проблему, требующую специального изучения.

Об интернет-зависимости и пойдет речь в данной статье. Интернет-зависимость — психическое расстройство, навязчивое желание подключиться к Интернету и болезненная неспособность вовремя отключиться от него [5]. Кроме того, интернет-зависимость определяется как нехимическая зависимость — навязчивая потребность в использовании Интернета, сопровождающаяся социальной дезадаптацией и выраженными психологическими симптомами. В настоящее время данная проблема наиболее актуальна, так как разрабатываются и изучаются адекватные методы и формы профилактики этого вида зависимости.

По данным различных исследований, интернет-зависимыми сегодня являются около 10 % пользователей во всём мире.

Наибольшая предрасположенность к возникновению интернет-зависимости наблюдается у людей, имеющих трудности в межличностном об-

щении. В Интернете за счет анонимности, доступности и ощущения безопасности человек может формировать доверительные отношения с малознакомыми людьми, не опасаясь негативных последствий, ведь в случае неудачи всегда есть возможность просто отключиться от Интернета или уйти на другой ресурс. В виртуальной реальности не имеют значения такие характеристики социального статуса, как внешний вид, возраст, пол, род деятельности и др. Интернет позволяет формировать новую идентичность, создавать новый образ и осуществлять нереализованные потребности личности.

Перед человеком открывается новый мир бесчисленного количества возможностей и интересов, который «отключает» его от реальности, «переключая» на себя, что ведет к ограничению социальных контактов, ухудшению психологического состояния, возбуждению внутренних раздражителей, возникновению агрессии, замкнутости, апатии, потере социального статуса, разрушению собственного «Я» и, как следствие, приводит к деструкциям личности в целом.

Основной предпосылкой развития интернет-зависимости у студентов, как утверждает М. И. Дрепа, является неполное разрешение кризиса встречи со взрослостью, что проявляется в развитии кризиса идентичности с возникновением конфликта между самоидентичностью личности и предлагаемыми социальными ролями и сменяется кризисом интимности с формированием психологической изоляции; интернет-среда привлекательна для разрешения данного кризиса за счет возможности конструирования в ней желаемой реальности.

Для большинства студентов Интернет является неотъемлемой частью жизни. Это обусловлено рядом причин, среди которых выделяют следующие: 1) использование Интернета в целях учебной деятельности; 2) доступность и разнообразие ресурсов Интернета; 3) познавательная мотивация студентов; 4) потребность студентов в общении, развлечении; 5) наличие определенных психологических проблем у студентов.

Кроме того, для студенческой молодежи (17—25 лет) в целом характерны следующие психолого-педагогические особенности: проблема выбора жизненных ценностей; присвоение социально значимых свойств личности; развитие способности к сопереживанию, к активному нравственному отношению к людям, к самому себе и к природе; развитие саморефлексии, то есть самопознания в виде размышлений над собственными переживаниями, ощущениями и мыслями; проблема смысла жизни; появление жизненных планов; поиск профессии; освобождение от непосредственной зависимости тесного круга значимых лиц.

На основе вышесказанного можно констатировать, что систематическая работа по профилактике интернет-зависимости служит условием прекращения ее прогрессирования, так как способствует формированию у студентов осознанного отношения к использованию Интернета, уменьшению количества времени, проводимого ими в Сети, снижению уровня их зависимости, приобретению эффективных поведенческих стратегий и личностных ресурсов, конструктивных навыков межличностного общения и решения стрессовых ситуаций, адекватному целеполаганию, повышению уровня коммуникабельности, самооценки, уверенности в себе, рефлексивности и стрессоустойчивости.

Литература.

1. Безрукова В.С. Педагогика. Проективная педагогика: учеб. пособие. - Екатеринбург: Деловая книга, 1996.

2. Боброва Т.В. Педагогические условия организации профилактики аддиктивного поведения в молодежной среде: автореф. дис. … канд. пед. науки: 13.00.01 / Т.В. Боброва; Моск. город. пед. ун-т. - М., 2004.
3. Волыкин В. И. Педагогика в схемах и таблицах: учеб. пособие. 2-е изд. - Ростов-н/Д: Феникс, 2008.
4. Дрепа М. И. Психологическая профилактика интернет-зависимости у студентов: дис. … канд. психол. наук: 19.00.07 / М.И. Дрепа; Северо-Кавказ. соц. ин-т. - Ставрополь, 2009.

ФАКТОРЫ РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ УЧЕНИЦ

Нурматова Н.У.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация: В данной статье рассматриваются понятия социальной активности девочек, педагогический и социологический анализ данного понятия, внимание, уделяемое данной проблематике на сегодняшний день, факторы, влияющие на социальную активность молодых девушек, основные показатели социальной активности, социальные, культурные, образовательные, индивидуально- психологические факторы, экологические и экономические факторы.

Ключевые слова: социальная активность, факторы, культурные, индивидуально-психологические, экологические, экономические, инициативность, целеустремленность, ответственность, общение, образ жизни, язык.

Annotatsiya: Ushbu maqolada qizlarning ijtimoiy faolligi tushunchasi, ushbu tushunchaning pedagogik va sotsiologik tahlili, bugungi kunda unga qaratilayotgan e’tibor, yosh qizlarning ijtimoiy faol bo’lishiga ta’sir qiluvchi omillar, ijtimoiy faollikning asosiy ko’rsatkichlari, ijtimoiy, madaniy, ta’limiy va tarbiyaviy, individual-psixologik omillar, ekologik omillar va iqtisodiy omillar borasida so’z yuritiladi.

Kalit so’zlar: ijtimoiy faollik, omillar, madaniy, individual-psixologik, ekologik, iqtisodiy, tashabbus, maqsadlilik, mas'uliyat, muloqotchanlik, turmush tarsi, til.

Abstract: This article discusses the concepts of social activity of girls, the pedagogical and sociological analysis of this concept, the attention paid to this issue today, the factors affecting the social activity of young girls, the main indicators of social activity, social, cultural, educational, individual psychological factors, environmental and economic factors.

Keywords: social activity, factors, cultural, individual-psychological, environmental, economic, initiative, purposefulness, responsibility, sociability, lifestyle, language.

В сегодняшнем развивающемся Новом Узбекистане создаются всесторонние условия для дальнейшего развития общественной активности молодежи, особенно девушек, для всестороннего проявления ими своих талантов, кроме этого Президент нашего государства Ш.М. Мирзиёев акцентрирует свое внимание на вопросах гендерного равенства в своей книги “Стратегия Нового Узбекистана”, подчеркивая необходимость повышения общественно-политической ак-

тивности юных девушек и всячески их поддерживать, создавать им условия для проявления своих талантов[1].

Социальная активность – это проявление качественной, познавательной, коммуникативной, активной и творческой деятельности, объединяющей в себе различные характеристики личности, формирующиеся в процессе образовательного процесса. Социальная активность – это специфическая деятельность, которая проявляется только отдельными людьми, группами людей и обществом в соответствии с сознательно определяемыми целями изменяющегося характера в системе общественных отношений.

В социологии социальная активность определяется как образ жизни социального субъекта, заключающийся в сознательном направлении своей деятельности на изменение, продвижение и реализацию социальных условий в соответствии с текущими потребностями, интересами, целями и идеалами. Например, социальная инициатива, участие в решении текущих социальных проблем, задач, формирование необходимых социальных качеств. Социальная активность является показателем пригодности человека к цели[2].

Прежде чем говорить на тему «Факторы развития социальной активности учениц», нужно определиться с понятием самого фактора, “фактор (от.лат. - factor “производство") - причина, движущая сила, определяющая характер или индивидуальные особенности любого процесса[3]”. Исследовательница университета Veer Narmad South Gujarat Лахир Руби Рав отметила, что развитие социальной активности девочек зависит от многих факторов, таких как их место жительства (город/село), уровень образования, социальный статус и возраст.

Прежде чем говорить о факторах, влияющих на развитие социальной активности школьниц, мы сочли допустимым привести информацию об основных показателях социальной активности школьниц. Это:

ПОКАЗАТЕЛЬ	ХАРАКТЕРИСТИКА
ИНИЦИАТИВНОСТЬ	это способность человека проявлять самостоятельную волю: инициатива проявляется в самостоятельной постановке целей ученицами и самостоятельной организации действий, направленных на достижение этих целей;
ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННОСТЬ	это положительное морально-волевое качество человека. Проявляется как способность человека ставить перед собой четкие и понятные цели и задачи;
ОТВЕТСТВЕННОСТЬ	это специфическая форма саморегуляции и самоопределения: ответственность означает сознательное и внимательное выполнение требований, предъявляемых к девушкам;
ВНИМАНИЕ, НАПРАВЛЕННОЕ НА ИЗМЕНЕНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛОВИЙ	выполняет функции регуляции социокультурной среды; является одним из важнейших показателей социальной активности человека;
ВНИМАНИЕ К САМОРАЗВИТИЮ	предполагает постоянную работу над собой с совершенствованием и развитием личностных качеств: в этом процессе учащиеся обращают внимание на свои желания и цели, концентрируются, постоянно стараются усвоить все новые и новые знания;
КОММУНИКАБЕЛЬНОСТЬ	это способность девушек обращать внимание на других людей, уметь с ними общаться, решать конфликтные ситуации, понимать других людей.

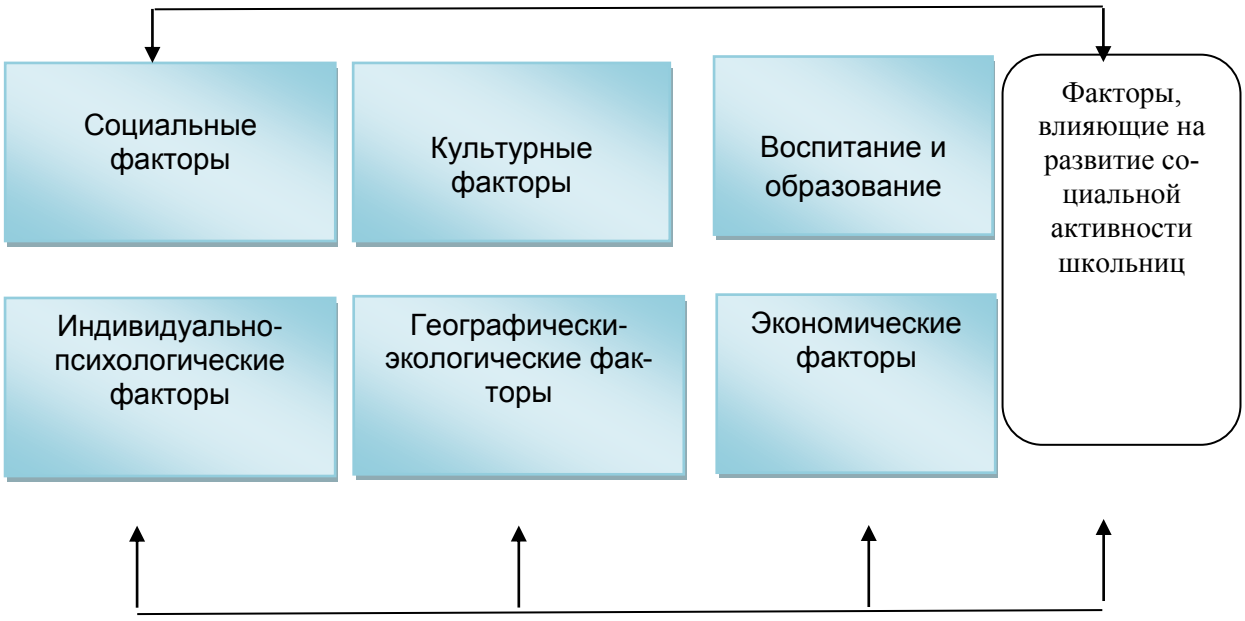
Также в процессе повышения социальной активности учениц общеобразо-

[1] Мирзиёйев Ш.М. Янги Ўзбекистон стратегияси. – Тошкент. “Ўзбекистон” нашрёти 2001. 248-252 бетлар

[2] Е. В. Щанина. Факторы социальной активности старшего поколения. Общественные науки. Социология. № 2 (10), 2009. 57-с.

[3] Большая советская энциклопедия :. А. М. Прохоров. — М. : Советская энциклопедия, 1969—1978

вательной школы, в процессе организации факторов формирования навыков социальной активности проводятся лекции, семинары, практические занятия, круглые столы, экскурсии, научные конференции, самостоятельные занятия. необходимо рассматривать учебные задания, курсовую работу, выпускную квалификационную работу, педагогическую практику, участие в научных олимпиадах, научных кружках и традиции «учитель-ученик» как специфическую систему и обеспечивать их взаимное единство.



Социальные факторы связаны с образом жизни школьниц и их отношениями в обществе. Включает: Образ жизни; Социальную мобильность; среду: микросреду (семья, соседи, группа друзей и т. д.), макро, мезо, мэго среду; роли и статусы; общественно-политические процессы.

Образ жизни отражает повседневное поведение, образ жизни и распорядок дня школьниц. В связи с этим жизнь взрослых в семье, образцы для подражания по соседству и, конечно же, школьный коллектив всегда занимают ведущее место в здоровой и социально активной жизни наших девочек, в процессе организации распорядка дня. В этом случае необходимо организовать режим дня и следить за соблюдением здорового образа жизни.

Психолог А.И.Саидов в своих исследованиях подчеркивал, что эта мысль является главным центром жизни человека и подчеркивал, что люди могут изменить свою судьбу, исходя из своего образа жизни.[1]

Культурные факторы включают ценности и идеологии определенного сообщества или группы лиц. Культура этого человека определяет то, как он себя ведет. Проще говоря, культура – это ценности человека. Культура включает набор убеждений, моральных ценностей, традиций, языка и законов (или правил поведения), разделяемых нацией, сообществом или другой определенной группой людей.

Маркеры, определенные культурой, включают: язык, на котором говорят дома; религиозные церемонии; обычаи (включая брачные обычаи, часто связанные с религиозными и иными убеждениями); приемы пищи; стремление к интеллектуальному, творческому и свободному времени; и другие аспекты по-

[1] Саидов А.И. Оилада ёшларнинг соғлом турмуш тарзи тўғрисидаги тасаввурларини шакиллантиришнинг ижтимоий-психологик хусусиятлари. Дисс….Псих..фан.дос.Т.:2022.37-б.

ведения. Основными элементами культуры, которые мы обсуждаем, являются ее ценности и убеждения.

Ценности -это культурные стандарты для определения того, что хорошо и справедливо в обществе. Ценности глубоко укоренились и необходимы для передачи и обучения убеждениям культуры.

Убеждения – это принципы или убеждения, которые люди считают истинными. Ценности помогают формировать общество, предлагая, что хорошо и что плохо, красиво и безобразно, к чему стремится, а от чего избегать.

Язык – это символическая система, посредством которой люди общаются и передается культура. Некоторые языки включают системы знаков, используемые для письменного общения, в то время как другие полагаются только на вербальное общение и невербальные действия. Алфавит представляет собой письменную систему, состоящую из символических форм, связанных с произносимыми звуками, и эти символы комбинируются для передачи определенных значений. [1]

Факторы образования и воспитания. *Образование является одним из факторов повышения социальной активности школьниц, образование имеет большое значение, особенно в подростковом возрасте. Потому что они начинают думать о своем будущем и принимать решения, которые определяют их будущее.* Решения, принятые в подростковом возрасте, влияют на их будущее (выбор профессии, подготовка к вступительным экзаменам в вузы, приобретение дополнительных навыков, изучение языка и т. д.). В будущем девушки будут играть различные роли, такие как учитель, супруга, мама, домохозяйка, менеджер, врач и т. д., поэтому очень важно уделять особое внимание их образованию. Количество исследований о важности образования девочек в развивающихся странах растет. Цель образования девочек состоит в том, чтобы помочь им стать более активными в обществе, развивая их грамотность и коммуникативные навыки.

Воспитание – это понятие определяется в «Энциклопедии семьи» следующим образом: «Воспитание – это практический педагогический процесс, направленный на формирование у человека определенных физических, психических, нравственных и духовных качеств». Процесс обучения и воспитания учениц не является односторонним процессом, то есть только семья или только школа не могут в одиночку выполнить эту задачу. Несравненная роль в проведении воспитательной и образовательной работы принадлежит семье, махалле, воспитательным учреждениям и, конечно, всей социальной системе и обществу. Основными целями обучения и воспитания учениц являются:

Индивидуально-психологические факторы - в развитии социальной деятельности школьниц необходимо организовать учебно-воспитательный процесс с учетом возрастных особенностей, т. е. различных биологических и физиологических изменений, происходящих в подростковом возрасте, и психологических кризисы. На данном этапе уместно, чтобы школьные психологи и общественные активисты всегда помогали семьям, воспитывающим девочек этого возраста, организовывали краткосрочные образовательные курсы для девочек этого возраста.

[1] William Little. Introduction to Sociology – 1st Canadian Edition. Chapter 3. https://opentextbc.ca/introductiontosociology/chapter/chapter3-culture/



Географические и экологические факторы. Географические и средовые факторы имеют важное значение для социальной активности и социализации школьниц, так как отличаются друг от друга в городской и сельской местности, или в климате. Например, социальная активность может хорошо развиваться в результате создания условий для проявления активности и получения образования в городах. Наоборот, у девушек, живущих в сельской местности, могут быть таланты или способности, но могут быть препятствия для развития таких талантов или способностей.

Социально-экономический фактор является одним из факторов, влияющих на социальную активность учениц. Социально-экономическое положение семьи и материальное обеспечение родителей оказывают существенное влияние на активность школьниц. В частности, оно чувствуется в посещении курсов которые они хотят, в покупки книги и удовлетворяющим другие подобные потребности. В нашей стране создано множество возможностей для женщин, столкнувшихся с такими экономическими трудностями, включая регистрацию молодежи и выделение дополнительных квот для поступления девушек в высшие учебные заведения.

В заключение можно сказать, что целесообразное использование вышеперечисленных факторов в воспитании школьниц в семье, в махалле и в образовательных учреждениях служит повышению социальной активности школьников через гармонию национального воспитания и менталитета.

Литература.

1. Мирзиёев Ш.М. Янги Ўзбекистон стратегияси. – Тошкент. “Ўзбекистон” нашрёти 2001. 248-252 бетлар
2. Ruby Ravi, "Empowering Adolescent Girls Through CSR Initiatives_A Study". Veer Narmad South Gujarat University-2021.: http://hdl.handle.net/10603/351319
3. William Little. Introduction to Sociology – 1st Canadian Edition. Chapter 3. https://opentextbc.ca/introductiontosociology/chapter/chapter3-culture/
4. Большая советская энциклопедия :. А. М. Прохоров. — М. : Советская энциклопедия, 1969—1978
5. Е. В. Щанина. Факторы социальной активности старшего поколения. Общественные науки. Социология. № 2 (10), 2009. 57-с.
6. Оила енциклопедияси. –Т.: “O’zbekiston milliy ensiklopedoyasi” давлат илмий нашрёти, 2019 й, 155-бет
7. Саидов А.И. Оилада ёшларнинг соғлом турмуш тарзи тўғрисидаги тасаввурларини шакиллантиришнинг ижтимоий-психологик хусусиятлари. Дисс….Псих..фан.дос.Т.:2022.37-б.

SPECIFICITY OF DEFENSE MECHANISMS IN ADOLESCENTS IN EXTREME SITUATIONS

Olimov L.Y., Maxmudova Z.M.
(г.Бухара, Узбекистан)

Abstract. This article is based on scientific observations on the mechanisms of protection in adolescents in extreme situations, the manifestations of coping behavior, and mainly the psychological views of foreign psychologists in this regard. The relationship between the two is analyzed, the conclusion is made based on the results obtained through the research method of studying the problem.

Key words: coping behavior, coping strategy, coping, defense mechanism, "two factor" theory, "conquest behavior", coping strategy, sensory psychological protection, perceptual psychological protection, psychological protection of the individual.

Аннотация. Данная статья основана на научных наблюдениях за механизмами защиты подростков в экстремальных ситуациях, проявлениях совладающего поведения и, главным образом, на психологических взглядах зарубежных психологов в этой области. Проанализирована взаимосвязь между ними, сделан вывод. На основе результатов, полученных на основе исследовательского метода изучения проблемы.

Ключевые слова: копинг-поведение, копинг-стратегия, копинг, защитный механизм, теория «двух факторов», «завоевательное поведение», копинг-стратегия, сенсорная психологическая защита, перцептивная психологическая защита, психологическая защита личности.

The problem of Coping behavior has always been one of the most pressing problems facing humanity. After all, the social development of a person in all respects, his activity and self-development in the quality of a person depend largely on this process.

If the members of the society have enough information about their psychological possibilities, achievements and shortcomings of a certain circle, this will allow them to easily cope with the various difficulties that they face in life, to make more productive use of their opportunities, to form a deeper, positive and peculiar picture about themselves.

In everyday life, there is Dynamics, complexity and dependence, therefore, a person must constantly overcome difficulties and oppositions of various manifestations, adapt to the situation, find the best way to complexity. This leads to the fact that a person makes productive use of all the resources he needs, as a result of which he himself adapts to the situation and feels more or less protected. Coping behavior consists in the ability of a person to demand a complicated difficult situation. Enga acquisition manifests itself dynamic cognition, as well as the power of personality behavior, directing external or internal forces, in which there is a threat assessment.

Coping behavior in psychology arose in the 2 half of the XX century. Coping behavior is derived from the English language “cope, to cope” – meaning to overcome, to take the Enga. The first to this term is L.Murphy used it in 1962 year in children during the crisis period to learn how to cope with the problem. The A.Maslau, however, introduced this term in science. In general, coping behavior is characterized by the readiness of the individual to solve life problems.

It manifests itself in the use of opportunities, means to overcome problems, which are characterized by the elimination of stressful behavior.

Relying on the opinion of many foreign specialists, we can say that coping behavior has a variety of strategies and methods, which people use only when they are faced with life-threatening situations. There are many different classifications of coping behavior in color, it is analyzed according to several research directions. We will consider a few of them. R one of the leading experts who have studied coping techniques.S.According to Lazarus, there are two global types of coping strategies: (stress relief method) – take the problem with the goal, take the sub-goal.

The type of problem that receives an abundance, is directed to rational solution of a difficult situation, in their behavior there is a tendency to independently analyze the situation, to seek help from others, to seek information from additional sources.

As for the subspecies of the plural, they solve the situation emotionally when coping with stress, they have absolutely no desire to do specific work, think about the problem, they take out their grief in the form of alcohol, sleep, food, compensating for it with negative emosiya means. They use passive strategies more intensively in restoring their emotional balance, if a person does not have any knowledge of the situation or can not take advantage of real opportunities, the pressure of the stressor decreases.

It is known that the concept of “overcoming life problems” itself plays a different role. First of all, this is a constantly changing process. T.Oills and S.Shifman they believe that this process can be divided into three stages.

The first stage is a warning. At this stage of activity, a person eliminates the complexity of approaching again by eliminating the vital negative.

The second stage is to solve the problem directly. Bunda uses cognitive and behavioral power to solve a specific problem.

The third stage is the critical approach of a person to the results of the phenomenon. The goal of this stage is to decrease the strokes you can take, return to the previous normal state faster. This is the stage of recovery.

Added to the comments, coping behavior manifests itself in the individual's reaction to the stress response to himself. This means that whenever a person feels stress, he tries to overcome it in terms of cognitive and behavioral problems in a problematic situation. This approach does not take into account the everyday and previously achieved aspects of the subject's behavior, taking into account the aspects of overcoming the usual negative sides. For example, this approach is an exception to the possibility of an individual avoiding stress. Also, this requirement can not be looked at as overcoming a life problem until a person reacts with stress.

The concept of "coping strategy" is also broadly analyzed as the management of process resources. According to estimates, the elimination of life complexities is carried out by mobilizing the resources of the individual in essence.

In overcoming the stressful situation, empirical materials with a different determinant and effective negative were obtained. Indeed, all the work within the framework of coping behavior relies on a deeply empirical character. Thus, together with colleagues from Folkman and Lazarus, they developed the “ability to cope” technique that determines the response of the individual to an unpleasant 67 phenomenon. Orliorl analysis motivated to divide into 8 discrete strategies:

Ψ **The strategy of overcoming the insistence** - unpleasant and hateful problem in relations, the person tries to overcome the situation by means of aggressive force.

Ψ **Distance keeping strategy** - an individ separates their problems from the blunder they are trying to unify about.

Ψ **Self - control strategy**-covers personal births and attempts to control their affairs.

Ψ **Strategy - the individ has the power to seek information**, material and emotional support from society.

Ψ **The strategy for obtaining insight**-the result of the problem caused by his role, the previous answer involves trying not to repeat his mistakes again.

Ψ **Strategy of escape** - man has the power to gather and escape from the problematic situation halos to become a hero.

Ψ **A planned solution strategy** is to build a plan and increase it by trying to reach the AMA.

Ψ **A positive evaluation strategy** is the use of positive terms in overcoming difficulty, in interpreting action and its positive reception by a person.

The strategies used in the above 8 life complex situations are completely different from each other according to the individual's goal acquisition. In order to correct such situations, the person either attacks those around him, either tries to get help from them, either tries to avoid this situation, either distinguishes the problem to himself, either tries to assess the situation positively, or tries to focus all his attention on the emotional state and the personality (keeps his feelings in order not to make mistakes in the Although in fact these strategies are a few exceptions, sometimes they complement each other. The results of the practice showed that every second person who faced a problem situation was using multiple coping strategies at the same time. A number of researchers estimated that the effective use of several methods in eliminating the negative phenomenon would give the opportunity to master practical steps. Strategies in avoidance and re-positive evaluation strategies noeffektiv strategies out-of-date re-positive evaluation strategies are a trap in crisis time, giving positive importance to a complex situation in such a situation paves the way for the occurrence of emotional stress while reducing distress. Along with this, this artificial attitude distracts us from the problem that we need to solve practically. And the strategy of escape is clearly manifested in the process of decadence.

Lazarus R. coping behavior as a passive psychological protection, depending on the parameters of the protection mexanizm and coping mexanizm differenciasiyalaband determined:

1) **Temporary orientation**. According to the rule of protection, the situation is resolved “now”, the acute situation will have nothing to do with the next situation, that is, the acute psychological protection will serve the acute psychological comfort.

2) **Instrumental orientation**. Bunda defensively “thinks” only about herself, if her interests tenderly-in the direction of the surrounding, too, she will discuss her interests in the first place.

3) **Objective-functional significance.** Whether bundamm can control the function of disturbances in relations with the environment and people (coping behavior) or, only, it performs the function of controlling the emotional state (protection mexanizm)

4) **Modality of Management.** Whether the role of the action in the search for information is directly realized, whether the reflection (coping is related to behavior) or occurs under pressure, etc.the G.

V for psychological protection and limiting perceived coping strategies.The A.Tashlikov presents his turn-by-turn analysis scheme.

1. **Inersialism.** The mechanism of psychological protection is not adapted to the rigid situation requirement. And the perceived technique of self-control will be low-key and adapted to the situation.

2. **Direct and delayed effects.** Psychological defenses try to reduce the emotional tension that occurs as rapidly as possible. But through the use of control, which a person understands, he can also lead to more grief and, even, sometimes, to compression.

3. **Tactical and strategic effects.** Psychological defenses can only arouse tension in the conversational process, according to kaltabinlik, (printsipi" here and now"), Bunda coping strategies are considered on the account of perspective (perspective).

4. **Objective different** dimensions in perception of the situation. Psychological defenses lead to an incorrect perception of the real state. Self-control is associated with real perception and the ability to be in an object relationship.

When coping strategies and methods differ from protections, the constructive asset implies necessity and is an attempt to avoid dislike through the situation. In psychology there is a subject of coping, which carries out the reconstruction of vital situations according to its goals according to its intended optimal behavior in the study of emotional attachment and rational regularity in man on the territory of a particular study.

When coping strategy and its methods differ from protective machinations, constructive active necessity is implied and is an attempt to avoid dislike through the situation. In psychology there is a subject of coping, which carries out the reconstruction of vital situations according to its goals, according to its intended optimal behavior in the study of emotional attachment and rational regularity in man on the territory of a special study.

Coping behavior in stressful situations of the individual is of great importance for the response reaction in stressful situations to a certain extent. It will be necessary to take this process seriously, especially in adolescence. Taking into account this, it was envisaged to study empirically the Social Psychological omillarni associated with the proportionality between coping behavior in adolescents and response reaction in stressful situations and to analyze its results on the basis of conditionally accepted criteria. To carry out this task, research methodology was chosen (detailed information on the application of these methods was recorded in Chapter Two).

It is also worth noting that sometimes every teenager can have difficulty in a certain sense to give an adequate assessment of their capabilities in stressful situations. In our opinion, such a difficulty can be explained by the fact that he does not have enough imagination about stressful situations in his time.

Now we proceed directly to the analysis of empirical data obtained using these methods.

1- table.

Average general indicators of the manifestation of a response reaction in stressful situations in adolescents (P.Norman, D. F.Endler, D.The A.James, M.I.Parker; T.The A.Adapted variant of kryukova) (before the experiment)

Shapes / Participants	Form 5 n=340				Form 9 n=340			
	Boys		Girls		Boys		Girls	
	n_1=173		n_2=137		n_1=183		n_2=157	
Coping to solving the problem	37	21	23	17	76	41	43	37
Emotional copings	59	34	54	40	45	25	53	34
Coping in the direction of escape	77	45	59	43	62	34	61	39
A) Rejection of the avoidance scale, the distraction scale	31	60	36	39	29	47	37	61
Б) The scale of social distancing from the scale of avoidance	46	40	23	61	33	53	24	39

2- table.

Average general indicators of the manifestation of a response reaction in stressful situations in adolescents (Adapted variant of P.Norman, D. F.Endler, D.The A.James, M.I.Parker; T. A. Kryukova) (after the experiment)

Shapes / Participants	Form 5 n=340				Form 9 n=340			
	Boys		Girls		Boys		Girls	
	n_1=173		n_2=137		n_1=183		n_2=157	
Coping to solving the problem	77	44	57	42	76	41	68	43
Emotional copings	62	36	51	37	45	25	48	31
Coping in the direction of escape	34	20	29	21	62	34	41	26
A) Rejection of the avoidance scale, the distraction scale	19	43	36	61	41	66	17	41
Б) The scale of social distancing from the scale of avoidance	25	57	23	39	21	34	24	59

It is worth noting that at first the results were obtained by well-known psychologists S.Norman, D. F.Endler, D.A.James, M.I.Parker a special three-scale (coping

directed to task resolution, absorption and escape (a) rejection from within the escape scale, diversion sub-scale, B) social distraction sub-scale from within the escape scale), developed, was determined on the basis of the application of a set of methods and with the help of additional statistical criteria confirming the validity of all empirical evidence. For this purpose, theoretical and practical views on certain scientific literature were taken as a basis.

Analysis of behavioral indicators of stress-induced anxiety in stressful situations in adolescents plays an important role in ensuring the social psychological development of the personality of a teenager. It is also natural that gender and age factors also play a special role in the course of this process. In this regard, separate studies have been carried out in adolescents to learn more about the behavior of stress-inducing behavior and its possibilities, which are characteristic of adolescents.

Each result obtained was included in the system of criteria and points received in a special order, which allowed to have the following information: base coping strategies such as problem solving, expectation of social support, avoidance of problem.

Each result obtained in these directions was combined on the basis of the purpose of the study and studied in a general order.

The results of the methodology used by D.Amirhan with the modification of the so-called “strategies for coping in stressful situations” have made it possible to obtain very important empirical data on the strategies for coping with stressful situations in adolescents, as we have noted above. This information will enable adolescents to know their perceptions about stress-avoidance strategies in stressful situations and to identify ways to properly approach the adolescent psychologically through these perceptions. From the figures in the presented table, the same thing is known that we can see that there are different manifestations of stress-inducing strategies between 5-and 9-graders, that is, at the beginning and end of adolescence. In particular, for students of the 5th grade of general secondary schools (n=310, boys-n1=173, girls - n2=137), the strategy for solving the problem in stressful situations in boys is 22%, in girls this indicator is indicated 15%, in girls this case came to the 9th grade (n=340, boys - n1=183, girls - n2=157), that is, if the strategy for solving the According to the strategy of social support in stressful situations, the figure showed 47% in 5 class guys, 53% in girls, 27% in 9-class guys, and 46% in girls. Indeed, both in guys and in girls, we can see that the figure is lower in the 5th grade than in the 9th grade.

3-table.

Secondary general indicators of manifestation of strategies for prevention in stressful situations in adolescents (According to D.Amirhan methodology) (after the experiment)

Shapes / Participants	Form 5 n=340				Form 9 n=340			
	Boys		Girls		Boys		Girls	
	n_1=73	%	n_2=137		n_1=183	%	n_2=157	%
Coping to solving the problem	77	44	57	42	76	41	68	43
Emotional copings	62	36	51	37	45	25	48	31

Coping in the direction of escape	34	20	29	21	62	34	41	26
A) Rejection of the avoidance scale, the distraction scale	19	43	36	61	41	66	17	41
Б) The scale of social distancing from the scale of avoidance	25	57	23	39	21	34	24	59

In general, when analyzing the average general and comparative typical indicators of the proportion of anxiety characteristics and psychological protection options in a person, it is shown that both personal and reactive anxiety levels are higher in Grade 5 students than in Grade 9 students.

2. Manifestation of a response reaction in stressful situations in adolescents (S.Norman, D.F.Endler, D.A.James, M.I.Parker; T. A. Kryukova's in the data obtained on adapted variant), it was shown that the manifestation of stress-inducing indicators, in most cases, was due to the determination and estimation of the content of social distractions from within the escape scale of coping (a) rejection from within the escape scale, the distraction subscale, B) the quality of social distractions from within the escape scale At the moment, this “attachment” has confirmed that in stressful situations it is possible to pass on the basis of causative strategies and self-adequate individual emotional evaluation of the individual.

3. D.The study of the scale of indicators on the manifestation of strategies for coping in stressful situations in adolescents studied on the basis of amirhan methodology created the opportunity to explore new empirical data for the beginning of adolescence (5th grade) and the last stage of adolescence (9th grade students).

This means that the heads of educational institutions, school teachers, psychologists, class leaders and parents are required to properly conduct educational work, taking into account this situation. It is worth noting that otherwise, in extreme situations, the psychological protective capabilities of the individual may decrease.

References

1. Додонов Б.И. Эмоции как ценность. Москва. Наука, 1978. – 360 с.
2. Дубровина И.В. Общие вопросы организации и деятельности школьной психологической службы // Рабочая книга школьного психолога.-М.: Просвещение, 1991. Ч. 1. – С. 6-64.
3. Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности. М.: Психоаналитическая Ассоциация, 1998.-496 с.
4. Олимов Л.Я. ва бошқалар. Umumiy psixodiagnostika. O‘quv qo‘llanma. “Durdona” nashriyoti. Buxoro. 2020. -B. 632.
5. Олимов Л.Я., Махмудова З.М. Механизмы возникновения девиантного поведения. Вестник интегративной психологии.(журнал для психологов). 2019 год, Выпуск 19. 295-297 ст.
6. Узнадзе Д.Н. Экспериментальние основы психологии установки. - Тбилиси. 1961.-212 с.
7. Фрейд З. Психология бессознательного: Сборник. Произведние /Сост.и

науч.ред. М. Т. Ярошевского.-М.: Просвещение, 1990.-448 с.
8. www.zhivun.com Freud S. The Problem of Anxiety. New York: Norton, 1936, p. 43.
9. www.zhivun.com Freud A. The Ego and the Mechanisms of Defence. London: Hogarth Press, 1946, p. 9.
10. Олимов Лазиз Ярашович, Махмудова Зулфия Мехмоновна. Стрессли вазиятларда психологик ҳимоя механизмлари ва копинг хулқ-атвор намоён бўлишининг ижтимоий психологик хусусиятлари: стрессли вазиятларда психологик ҳимоя механизмлари … Psixologiya ilmiy jurnali. 2020 yil, 4 son 109-115 b.
11. Olimov Laziz Yarashovich, Maxmudova Zulfiya Mexmonovna. Social Psychological Characteristics Of Psychological Defenses Manifested In Adolescents In Extreme Situations. Вестник интегративной психологии журнал для психологов. Выпуск № 22, 2021 г. С 233-237.
12. Olimov Laziz, Avezov Olmos. Social Psychological Characteristics Of Psychological Defenses Manifested In Adolescents In Extreme Situations. International Journal of Scientific & Technology Research. VOLUME 9, ISSUE 02, FEBRUARY 2020. P 2784-2786.
13. Maxmudova Zulfiya Mexmonovna Olimov Laziz Yarashovich. O`smirlarda ekstremal vaziyatlarda psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish. Monografiya. “Buxoro viloyat bosmaxonasi MChJ” nashriyoti. Buxoro. 2021. -B. 160.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ КРЕАТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ ПОСРЕДСТВОМ АРТ-ТЕРАПИИ

Останов Ш.Ш.
(г.Бухара, Узбекистан)

Главной целью системы образования во всем мире является предоставление учащимся знаний, исходя из требований новой среды, обеспечение их активности во всех сферах общественных отношений, творчества учащихся и молодежи, способных создавать новые идеи и находить решения проблем в любой ситуации. В научно-практических исследованиях Университета Мельбурна (Австралия) особое внимание уделяется вопросам творчества человека, его эмоционального состояния, интеллекта и их взаимосвязи с обществом. В частности, такие международные программы, как PISA, SCAMPER, STEAM, PIRLS проводят свои исследования уровней развития креативности учащихся в системе образования всех стран. Кроме того, сегодня в условиях бурного развития науки и техники все этапы непрерывного образования, в том числе, в обеспечении результативности и качества высшего образования особое значение придается развитию уровней творчества, логичности, осмысленности и творческих способностей обучающихся. Поэтому вопрос о психологических аспектах развития творческих способностей учащихся остается актуальным.

Развитие общества в мире во многом определяется его интеллектуальными возможностями. Потому что страна с высокоразвитым научным потенциалом всегда будет впереди во всех областях. Внимание к молодежи занимает важное место в историческом развитии государства. В

настоящее время в современных государственных образовательных стандартах **отмечено, что** важно воспитывать студентов мыслить критически, находить четкие решения проблем, возникающих в образовательном процессе. В указе Президента Республики Узбекистан ПФ-60 от 28 января 2022 года Стратегия развития Республики Узбекистан на 2022-2026 годы (71 цель отмечено, что образовательный процесс эффективен в обеспечении духовного развития и разработке творческих и инновационных методов и принятии мер по их своевременному внедрению.В связи с быстрыми изменениями, происходящими в системе образования в нашей стране, появлением новых правил и новой системы предъявляются высокие требования к развитию творческой личности в современном мире. Творческая личность признается обществом на всех этапах своего развития и имеет определенный социальный статус. В психологических исследованиях особое место занимают характеристики, определяющие успешность решения задач, связанных с развитием творческих способностей человека. Сегодня возрастающая интенсивность межличностных отношений, обмен студентами и преподавателями, сотрудничество высших учебных заведений, международные конференции, развитие сферы туризма требуют от будущего специалиста творческого подхода. Постановление Президента Республики Узбекистан № ПФ-60 от 28 января 2022 года о новой Стратегии развития Республики Узбекистан на 2022-2026 годы, № ПФ-5106 от 7 июля 2017 года «Повышение эффективности государственной политики в отношении молодежи и «О поддержке деятельности Союза молодежи Узбекистана» от 8 октября 2019 года № ПФ-5847 «Об утверждении Концепции развития системы высшего образования Республики Узбекистан до 2030 года». определенной мере в реализации масштабных стратегических мероприятий, определенных в рамках Указов Президента Республики Узбекистан «Пять инициатив в социальной и духовно-образовательной сферах.

В процессе исследования применялись интервью, наблюдение, анкетирование и психологический опросник «Уровень творческих характеристик учащихся», психологический опросник, метод Вартега «Круги», методика - тест (творческого) мышления Ф. Вильямса, тест «Творческие характеристики личности» (Е.Э. Туник**а**), методика Каракулина «Рисунки» и математико-статистические методы (факторный анализ, критерий Стьюдента, расчет коэффициента r_p -корреляции К. Пирсона).

Научная значимость исследования заключается в разработке модели психологического исследования развития студенческо-юношеского творчества средствами арт-терапии, научное раскрытие изучаемой проблемы, квалификационных требований высшей школы к подготовке кадров в областях бакалавриата и магистратуры, что объясняется созданием теоретической базы для разработки программ развития творческих способностей студентов и молодежи средствами арт-терапии, и возможностью их использования в процессе профессионального развития и переподготовки педагогов.

Практическая значимость исследования определяется возможностью использования эффективной тренинговой программы, подготовленной для развития креативности, влияющей на результативность учебной деятельности студенческой молодежи, и объясняется возможностью использования ее в процессе подготовки учебных программ, пособий, лекций и практических занятий в области социальной психологии.

Проблема исследования качеств креативности у зарубежных ученых П. Торренса, В. Ловенфельда, З. Фрейда, А. Адлера, А. Н. Луки, Дж. Гилфорда, М.

Вертгеймера, К. Коффка, К. Дункера, Д. Векслера, Р. Вайсберг, Г. Айзенк, Л. Термен, В. Келлер, К. Коффка, Н. Майер, Л. Секи, Ф. Уильямс, Р. Штернберг, Д. Фельдман, Дж. Моран, Р. Милграм, Дж. Soers, W. Это нашло отражение в исследованиях таких известных ученых, как Фу, Р. Кеттель, А. Маслоу.

Российские ученые Л.С.Выготский, В.А.Бухвалов, А.И.Савенков, А.М.Матюшкин, С.Л.Рубинштейн, Д.Б.Богоявленская, Я.А.Пономарев, Н.С.Лейснин, З.И.Калмокова, В.Н.Дружинин, Е.Л. Такие ученые, как Яковлева, Н.Г.Маркова, Н.В.Хазратова, В.Т.Кудрявцева, И.П.Антонов, Е.С.Ермакова, В.К.Козленко, Я.А.Пономарёв, В.А.Петровский, В.И.Андреев в своих научных исследованиях сосредоточили внимание на качествах, компонентах и развитии креативности у студентов.

Российские ученые Л.С.Выготский, В.А.Бухвалов, А.И.Савенков, А.М.Матюшкин, С.Л.Рубинштейн, Д.Б.Богоявленская, Я.А.Пономарев, Н.С.Лейснин, З.И.Калмокова, В.Н.Дружинин, Е.Л. Такие ученые, как Яковлева, Н.Г.Маркова, Н.В.Хазратова, В.Т.Кудрявцева, И.П.Антонов, Е.С.Ермакова, В.К.Козленко, Я.А.Пономарёв, В.А.Петровский, В.И.Андреев в своих научных исследованиях сосредоточили внимание на качествах, компонентах и развитии креативности в студенты укушенные.

Краткую классификацию и содержание теоретических подходов к проблеме творчества мы можем увидеть в таблице ниже:

Таблица 1.

Подходы к категории творчества

Зарубежные исследователи, изучавшие природу творчества	**Подходы к характеристикам креативности**
Выяснить уникальные качества творчества целенаправленные подходы	
И. Кант, И. Фихте, Ф. Шеллинг, Г. Регель	Креативность – это основа теоретического отношения человека к действительности, его развитое творческое (продуктивное) воображение.
Л. Выготский	Креативность понимается как способность людей глубоко понимать способность создавать уникальные ценности и принимать новаторские решения.
Амабиле, Бэррон, Любарт, Маккиннон, Оксе, Штернберг, Любарт	Kreativlik – faoliyatga ijodiy yondashish va yangilik yaratish qobiliyatidir.
Стернберг, Кауфман, Претз	Творчество должно быть оригинальным и неожиданным.
А.Маслоу	Творчество – врожденная творческая направленность, свойственная каждому, активность, которая утрачивается у многих людей из-за влияния окружающей среды.
П.Торренс	Креативное мышление – это способность человека воспринимать недостатки, дефекты, недостающие элементы, пробелы в знаниях и несоответствия.
Ж.Гилдфорд	Креативность – это текучесть мысли, гибкость мысли, оригинальность, любознательность, способность выдвигать

	гипотезы и способность удовлетворять.
Г.Алтшуллер	Творчество – норма жизни человека.
Э.Яковлева	Творчество – это процесс мышления на более высоком уровне.
Д.Векслер, Р.Вайсберг, Г.Эйзенк, Л.Термен	Чем выше интеллект, тем выше творческий потенциал.
Д.Фелдман, Х.Гарднер	Творчество заключается в достижении чего-то значимого и нового.
Д.Богоявленская	Основным показателем креативности является интеллектуальная деятельность, представленная познавательным и мотивационным компонентами.
С.Рубинштейн	Креативность – творческая сущность мышления, проявление способности увидеть проблему с новой точки зрения, соотнести с уже известными знаниями.
Я.Пономарев	В творчестве интуитивность считается центральным звеном.
Н.Лейцнин	Незаменим для творческого, интеллектуального и личностного развития.
З.Калмокова	Креативность - это такие черты, как глубина мышления, гибкость мышления, устойчивость мыслительной деятельности, осознанность мыслительной деятельности, самостоятельность мышления, чуткость к помощи.
С.Герберт	Процесс творческого решения задач представляет собой взаимодействие других процессов: мышления и памяти.
Подходы, отрицающие независимость в творчестве	
Н. Хомский	Врожденные структуры человеческого языка
Дж. Фодор	Врожденные структуры
С. Герберт	Взаимодействие мышления, памяти и других процессов.
Подходы, рассматривающие творчество как самостоятельный процесс	
Ф.Баррон	имеющий воображение, символическое значение
С. Медник	умение выходить за рамки стереотипных ассоциаций, работать с широким смысловым полем.

Из вышеизложенного видно, что креативность – это творческий подход и новаторство, оригинальная и неожиданная активность, беглость мысли, гибкость мысли, оригинальность, любознательность, выработка и удовлетворение гипотезы.

Вторая глава диссертации, озаглавленная «Эмпирические основы изучения развития творческих способностей студентов», содержит теоретико-методологические основы исследования, общую характеристику использованных в исследовании методов и порядок его проведения. Также особое внимание уделяется актуальности проблемы творчества у студентов,

выявлению и коррекции психологических факторов творчества, а также определению познавательных, интеллектуальных и индивидуальных факторов творчества.

На основе теоретического и эмпирического анализа исследования по теме «Психологические особенности развития творческих способностей студентов средствами арттерапии» были сформированы следующие общие выводы:

1. Проведенное исследование позволило сформировать основные выводы работы «Развитие творческих способностей учащихся средствами арт-терапии».

2. Использование арт-терапии в учебном процессе улучшает проявление показателей креативности у учащихся: активизирует их к выполнению оригинальных творческих задач, развивается креативность, формируется изобретательность, проявляется увлеченность изобразительной деятельностью, повышается интерес, способность к отстаивать свою точку зрения формируется, побуждает к поиску альтернативных решений.

3. Процесс развития творческих способностей учащихся определяется педагогическим потенциалом арттерапевтических средств, при этом требует определенных условий в преподавании сезонных предметов (поддержка идей со стороны педагога, возможность самостоятельной реализации творческих планов, отсутствие критика, создание ценностей по отношению к человеку и результатам его деятельности), а также могут служить для изменения показателей «беглость», «адаптивность», «уникальность», «способность к объединению».

Литература.

1. Андреев В.И. Диалектика воспитания и самовоспитания творческой личности. Основы педагогики творчества. — Изд-во Казанского университета, 2008. - 237с.
2. Аникеева Н.П. Воспитание игрой - М.:, 2007, - 84 с.
3. Арт-терапия /сост. и общая редакция А.И. Копытина. СПб.: Питер, 2001
4. Бабаева Ю.Д., Щербакова О.Ю. Проблемы диагностикиинтеллектуальной и социальной одаренности// Ежегодник РПО. М., 2005. - Т.1. - Вып.2.
5. Барышникова E.J1. Особенности эмоциональных состояний креативных детей: Дисс.канд. психол. наук: 19.00.07. - М., 2000.-340 с.

ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВЫЕ ФАКТОРЫ ЭКОНОМИЧЕСКОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ РОССИЙСКИХ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ

Поддубный С.Е., Позняков П.В.
(г. Москва, Россия)

Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ, грант № 19-013-00230.

Ключевые слова: психология предпринимательства, экономическое самоопределение, деловая активность, психологические отношения, ценностные ориентации, смысложизненные ориентации.

Key words: psychology of entrepreneurship, economic self-determination, business activity, psychological relations, value orientations, life-meaning orientations.

В докладе представлены результаты эмпирического исследования ценностных и смысложизненных ориентаций российских предпринимателей как факторов их экономического самоопределения. Объектом исследования были предприниматели различных сфер малого и среднего бизнеса, проживающие и ведущие свой бизнес в Москве и в других регионах Центральной России (гг. Владимир, Кострома и Ярославль) – всего 120 чел. (т.е. по 60 респондентов в каждой выборке). Для диагностики особенностей ценностно-смысловой сферы личности предпринимателей были использованы следующие методики: «Опросник ценностей Ш. Шварца» в адаптации В.Н. Карандашева и тест «Смысложизненные ориентации)» Д.А. Леонтьева. В качестве содержательных характеристик экономического самоопределения были выявлены и проанализированы: уровень деловой активности и его динамика (по самооценке респондента) и психологические отношения к предпринимательской деятельности: оценки благоприятности экономических условий и собственных возможностей в повышении успешности своего бизнеса, оценки успешности своей предпринимательской деятельности и удовлетворённости её результатами.

Результаты регрессионного анализа показали, что оценки уровня деловой активности респондентов и динамики её изменения статистически детерминированы выраженностью смысложизненной ориентации «Процесс жизни» и ценностной ориентации «Стимуляция». Оценка собственных возможностей в достижении успеха своей предпринимательской деятельности статистически детерминирована выраженностью смысложизненной ориентации – «Локус Я» и высокой значимостью ценности «Гедонизм». Оценка успешности своей предпринимательской деятельности и удовлетворенность её экономическими результатами зависит от такой смысложизненной ориентации, как «Локус жизни» и ценности – «Стимуляция». Таким образом, чем более предприниматель удовлетворен своей жизнью в настоящем, чем более он воспринимает процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом, чем выше убежденность предпринимателя в его способности контролировать свою жизнь, свободе в принятии решений и их осуществлении вместе со стремлением к новизне и переживаниям, тем более высоко он оценивает уровень своей деловой активности и динамику его изменения, успешность своей предпринимательской деятельности и удовлетворенность её экономическими результатами. Результаты исследования подтверждают правомерность рассмотрения смысложизненных и ценностных ориентаций личности в качестве факторов экономического самоопределения предпринимателей.

ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТОП-МЕНЕДЖЕРОВ ПО ПРОДАЖАМ

Присяжная Е.Э., Теляковская К.Л.
(г.Москва, Россия)

Аннотация. В статье раскрываются проблемы выявления психологических качеств топ-менеджера по продажам, которые обеспечивают эффективность его управленческой деятельности

Ключевые слова: Личность, менеджер, качества, эффективность, управление организацией

Annotation. The article reveals the problems of identifying the psychological qualities of a top sales manager that ensure the effectiveness of his managerial activities

Keywords: Personality, manager, quality, efficiency, organization management

В настоящее время наблюдается все возрастающий спрос на высококвалифицированных работников – так называемых топ-менеджеров по продажам. Сегодня при подборе кандидатов на должность топ-менеджеров по продажам преимущественно обращается внимание на его профессиональные и личные качества. В разных организациях предпочтение может отдаваться как первым, так и вторым. В то же время известно, что если высокие профессиональные качества предопределяют успех в специальности, то психологические – эффективность топ-менеджера в управлении, его способность взаимодействовать с подчиненными, вести деловые переговоры, совершать сделки и т.д. [2,3]. Профессиональная успешность и эффективность руководителя определяется тремя составляющими: уровнем управленческой компетенции, уровнем лидерской компетенции и его индивидуальными (личностно-психологическими) особенностями [1]. Сегодня эффективный топ-менеджер по продажам - это основное конкурентное преимущество.

Целью нашего исследования являлось выявление психологических качеств топ-менеджера по продажам, которые обеспечивают эффективность его управленческой деятельности. Были выдвинуты две гипотезы:

1. Уровень эффективности зависит от требуемых психологических качеств.

2. Эффективность топ – менеджеров зависит от некоторых социально-психологических характеристик его должности.

Использовались следующие методики: 1) оценка эффективности деятельности руководителя, 2) «характеристика», 3) профессиографическое изучение социально-психологических характеристик деятельности топ-менеджера. В исследовании приняли участие 30 топ-менеджеров, являющихся руководителями эффективно работающих фирм по продажам со сроком деятельности более 10 лет. Для статистической обработки данных были использованы U – критерий Манна-Уитни, H – критерий Крускала-Уоллиса и коэффициент ранговой корреляции r_s Спирмена.

В результате проведенного исследования было выявлено, что эффективность топ-менеджеров определяется в большей степени определенным набором психологических качеств. Рассмотрим более подробно качества, которые оказались статистически достоверно связаны с эффективностью топ-менеджеров по продажам .

Способность заранее обнаруживать трудности и находить пути их преодоления, несомненно, способствует эффективности управления. На достаточно высоком уровне (оценки от 7 до 10) данное качество было выявлено у 47 % респондентов. Умение учитывать обстоятельства, влияющие на результат и позволяющие оценить обстановку здесь и сейчас, продемонстрировали на достаточно высоком уровне лишь 37 % руководителей.

Эффективное управление организацией сочетает в себе помимо достаточного владения управленческими навыками еще и знание в той области, где осуществляется деятельность. Наличие данного качества продемонстрировали 53 % опрошенных. Далее следует качество объективности в восприятии информации, а именно умение отличать субъективное мнение от фактов. Указанная способность наличествует у 67% опрошенных топ-менеджеров.

Одним из главных психических черт руководителя является способность к разумному риску. В сочетании с предыдущими качествами оно дает положительный результат в плане эффективности управленческой деятельности. Установлена корреляция таких качеств как дальновидность, объективность в принятии решений и способность к разумному риску, что дает возможность максимизировать управленческий эффект. Однако на высоком уровне данная склонность выявлена только у 13% руководителей. Возможно, это связано с видением многочисленных препятствий на пути достижения целей, что может снижать вероятность рискованного поведения. Следующее качество – терпеливость, которое удалось выявить на высоком уровне лишь у 23 % респондентов. Целенаправленность - одно из основополагающих качеств успеха, так как с его помощью возможно достижение основных целей организации. Данное качество наиболее высоко выражено у 63 % руководителей, что примерно совпадает с процентом эффективных руководителей и имеющих возможность повысить свою эффективность (66 %).

Надежность – также один из залогов успеха эффективного топ-менеджера, поскольку помогает избежать недоразумений в общении с деловыми партнерами и заслужить авторитет, что несомненно способствует развитию деловых отношений и сотрудничества организации. Надежность характерна для 90% респондентов. Низкие показатели надежности характерны только для самых неэффективных руководителей.

Принципиальность в конфликтных ситуациях. На наш взгляд, она может оказывать как положительное, так и отрицательное воздействие. На высоком уровне данное качество выражено у 50 % руководителей высшего звена, что говорит о его неоднозначности и отсутствии четких граней успеха-неуспеха при использовании данного стремления.

Умение вовремя отказываться от неверных решений – напрямую связано с самокритичностью и тенденцией брать ответственность за выполнение поставленных задач на себя. Данное качество дает возможность смотреть на задачу с различных позиций, исключая, так называемое «тоннельное» мышление. Это свойство имеет высокую выраженность у 40 % респондентов. Объективность в оценке подчиненных – еще одна важная составляющая результативности управленческого процесса. Данное качество присутствует в наибольшей степени у 63 % руководящих работников. Лояльность по отношению к подчиненным позволяет руководителю более демократично относиться к ошибкам сотрудников, что сохраняет благоприятный социально-психологический климат в коллективе и мотивирует персонал на эффективное

выполнение своих обязанностей. Лояльность к подчиненным характерно для 63 % опрошенных.

Готовность работать сверхурочно подчеркивает работоспособность, преданность интересам дела и мотивацию к достижению организационных целей. Ярко выраженная тенденция к сверхурочной работе была выявлена у 90 % респондентов, что, в общем-то, и соответствует специфике управленческой работы.

Такое свойство как принятие ответственности на себя в высокой степени было выявлено лишь у 37 % топ-менеджеров по продажам. Наконец, одним из ключевых факторов успешности управления является умение принимать решение. На высоком уровне данную способность продемонстрировали 80 % респондентов.

Все вышеперечисленные качества, в различной степени встречаются у всех принимавших участие в исследовании топ-менеджеров, что объясняется эффективным характером их управленческой деятельности, способствующей успешной экономике, руководимых ими фирм. В докладе будут приведены конкретные результаты, иллюстрирующие проведенное исследование.

Кроме того, выявлена взаимосвязь эффективности топ-менеджмента и некоторых социально-психологических характеристик его должности, которые позволяют делать прогноз об эффективности того или иного специалиста. Немалую роль здесь играет уровень подготовки топ-менеджеров в области профессионально-управленческой и предметно-профессиональной деятельности.

Таким образом, установлено, что, во-первых, уровень эффективности топ-менеджеров по продажам зависит от ряда качеств с выделением требуемых психологических качеств, этических характеристик, направленности по отношению к работе, умению принимать управленческие решения и, во-вторых, эффективность топ-менеджеров зависит от некоторых социально-психологических характеристик занимаемой должности. Используя вышеописанные качества можно составить своеобразный психологический портрет эффективного руководителя.

Литература.

1. Бодров В. А. Психология профессиональной деятельности .- М.: ИП РАН, 2006.
2. Дж.Мэннинг, Барри Рос. Психология продаж. Искусство партнерских отношений. Г. Санкт-Петербург, Изд-во «Прайм –ЕВРОЗНАК», 2003 г.

Присяжная Е.Э. – доктор психологических наук, профессор, академик МАПН, Москва, Россия
Теляковская К.Л., к.пс.н., член-корреспондент МАПН, управляющий Партнёр РА "Баркстел", Москва, Россия

СОЦИАЛЬНЫЕ ФОБИИ: ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И ВЛИЯНИЯ НА ПОВЕДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА, ДИАГНОЗ И ПСИХОКОРРЕКЦИЯ

Рузиев У.М.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. Эта статья дает представление о проявлениях социальной фобии и их профилактике, симптомах социальной фобии, которые чаще наблюдаются, причинах социальной фобии.

Ключевые слова: фобия, поведение, навязчивые мысли, соматические расстройства, влечение, биохимическая реакция,иррациональный страх, гипергидроз, стереотип.

Annotatsion. This article gives a presentation on the manifestations of social phobias and their prevention, symptoms of social phobias, kotoryye chashche nablyudayutsya, prichinax sotsialnoy phobias.

Keywords: phobia, behavior, obsessive thoughts, somatic disorders, attraction, irrational fear, psychoactive drug, hyperhidrosis, stereotype.

Страх - естественная, сильная и примитивная **человеческая эмоция.** Согласно исследованиям в области психологии, он включает в себя универсальный биохимический ответ и высокий индивидуальный эмоциональный отклик. Страх предупреждает нас о наличии опасности или угрозы причинения вреда, независимо от того, является ли эта опасность физической или психологической. Иногда страх возникает из-за реальных угроз, но он также может быть вызван воображаемыми опасностями. Хотя страх является естественной реакцией на некоторые ситуации, он также может привести к страданиям и нарушениям, когда он чрезмерен или непропорционален реальной угрозе. Страх также может быть симптомом некоторых психических расстройств, включая паническое расстройство, социальное тревожное расстройство, *фобии* и посттравматическое стрессовое расстройство. Страх состоит из двух основных реакций на некоторый тип воспринимаемой угрозы: биохимической и эмоциональной.

*Биохимическая реакция***.** Страх — это естественная эмоция и механизм выживания. Когда мы сталкиваемся с предполагаемой угрозой, наш организм реагирует определенным образом. Физические реакции на страх включают потоотделение, учащенное сердцебиение и высокий уровень адреналина, которые делают нас чрезвычайно бдительными. Эта физическая реакция также известна как реакция “сражайся или беги”, с помощью которой ваше тело готовится либо вступить в бой, либо убежать. Эта биохимическая реакция, вероятно, является эволюционным развитием. Это автоматическая реакция, которая имеет решающее значение для нашего выживания.

*Эмоциональная реакция***.** С другой стороны, эмоциональная реакция на страх очень индивидуальна. Поскольку страх включает в себя некоторые из тех же химических реакций в нашем мозге, что и положительные эмоции, такие как счастье и волнение, чувство страха при определенных обстоятельствах может восприниматься как забава, например, когда вы смотрите *фильмы ужасов*.

Некоторые люди - *искатели адреналина*, увлекающиеся экстремальными видами спорта и другими вызывающими страх острыми ощущениями ситуациями. Другие испытывают негативную реакцию на чувство страха, избегая ситуаций, вызывающих страх, любой ценой. Хотя физическая реакция одинакова,

переживание страха может восприниматься как положительное, так и отрицательное, в зависимости от человека.

*Симптомы страха***.** Страх часто включает в себя как физические, так и эмоциональные симптомы. Каждый человек может испытывать страх поразному, но некоторые из общих признаков и симптомов включают: боль в груди; озноб; сухость во рту; тошнота; учащенное сердцебиение; одышка; потливость; дрожь; расстройство желудка.

В дополнение к физическим симптомам страха люди могут испытывать психологические симптомы подавленности, расстройства, потери контроля или ощущения надвигающейся смерти.

*Диагностика страха***.** Поговорите со своим психологом, если вы испытываете постоянное и чрезмерное чувство страха. Ваш психолог может провести медицинский осмотр и выполнить лабораторные тесты, чтобы убедиться, что ваш страх и беспокойство не связаны с основным заболеванием. Ваш психолог также задаст вопросы о ваших симптомах, в том числе о том, как долго они у вас были, их интенсивности и ситуациях, которые, как правило, их вызывают. В зависимости от ваших симптомов ваш психолог может диагностировать у вас тип тревожного расстройства, например, фобию.

***Фобии*.** Одним из аспектов тревожных расстройств может быть тенденция к развитию страха. В то время как большинство людей склонны испытывать страх только во время ситуации, которая воспринимается как пугающая или угрожающая, те, кто живет с тревожными расстройствами, могут испугаться, что они испытают реакцию страха. Они воспринимают свои реакции на страх как негативные и изо всех сил стараются избежать этих реакций.

Фобия - это искажение нормальной реакции на страх. Страх направлен на объект или ситуацию, которые не представляют реальной опасности. Хотя вы признаете, что страх необоснован, вы не можете помочь реакции. Со временем страх имеет тенденцию усиливаться, поскольку возникает реакция страха.

Как отличить страх от фобии. Страх невероятно сложен, и у него нет единой первопричины. Некоторые страхи могут быть результатом переживаний или травм, в то время как другие могут представлять собой страх чего-то совершенно другого, например, потери контроля. Тем не менее, могут возникать другие страхи, потому что они вызывают физические симптомы, такие как боязнь высоты, потому что они вызывают головокружение и тошноту в животе.

Некоторые распространенные триггеры страха включают: определенные конкретные объекты или ситуации (пауки, змеи, высота, полет и т.д.; будущие события; воображаемые события; реальные экологические опасности; неизвестное.

Некоторые страхи, как правило, являются врожденными и могут быть подвержены эволюционному влиянию, потому что они помогают выживать. Другие изучаются и связаны с ассоциациями или травматическими переживаниями.

*Виды страха***.** Некоторые из различных типов тревожных расстройств, которые характеризуются страхом, включают: агорафобия, генерализованное тревожное расстройство, паническое расстройство, посттравматическое стрессовое расстройство, тревожное расстройство при разлуке, социальное тревожное расстройство, специфическая фобия.

*Лечение страха***.** Повторное попадание в похожие ситуации приводит к знакомству, что может значительно снизить реакцию страха. Этот подход лежит в основе некоторых методов лечения фобий, которые зависят от постепенного сведения к минимуму реакции страха путем придания ей привычного ощущения. Лечение фобий, основанное на психологии страха, как правило, сосредо-

точено на таких методах, как систематическая десенсибилизация и наводнение. Оба метода работают с физиологическими и психологическими реакциями вашего организма, чтобы уменьшить страх.

Систематическая десенсибилизация предполагает постепенное прохождение через ряд ситуаций воздействия. Например, если у вас есть страх перед змеями, вы можете провести первую сессию со своим терапевтом, говоря о змеях. Постепе нно, в течение последующих сеансов, ваш терапевт проведет вас через просмотр изображений змей, игру с игрушечными змеями и, в конечном итоге, обращение с живой змеей. Обычно это сопровождается изучением и применением новых методов преодоления для управления реакцией на страх6.

*Наводнение***.** Это тип метода воздействия, который может быть весьма успешным. Наводнение основано на предпосылке, что ваша фобия - это усвоенное поведение, и вам нужно отучиться от него. При наводнении вы подвергаетесь воздействию огромного количества объектов, вызывающих страх, или подвергаетесь воздействию ситуации, вызывающей страх, в течение длительного времени в безопасной, контролируемой среде, пока страх не уменьшится. Например, если вы боитесь самолетов, вы все равно полетите на одном. Суть в том, чтобы преодолеть непреодолимое беспокойство и потенциальную панику и привести вас к тому месту, где вы должны противостоять своему страху и в конечном итоге понять, что с вами все в порядке. Это может помочь усилить положительную реакцию (вам ничего не угрожает) на событие, которого вы опасаетесь (находясь в небе на самолете), в конечном итоге избавляя вас от страха. Хотя эти методы лечения могут быть очень эффективными, важно, чтобы такие конфронтационные подходы применялись только под руководством квалифицированного специалиста в области психического здоровья.

*Преодоление страха***.** Есть также шаги, которые вы можете предпринять, чтобы помочь справиться со страхом в повседневной жизни. Такие стратегии направлены на управление физическими, эмоциональными и поведенческими последствиями страха. Некоторые вещи, которые вы можете сделать, включают в себя:

- *Получите социальную поддержку***.** Наличие поддерживающих людей в вашей жизни может помочь вам справиться со своим чувством страха.
- *Практикуйте осознанность***.** Хотя вы не всегда можете предотвратить определенные эмоции, осознанность может помочь вам справиться с ними и заменить негативные мысли более полезными.
- *Используйте методы управления стрессом*, такие как глубокое дыхание, прогрессивное расслабление мышц и визуализация.
- *Позаботьтесь о своем здоровье***.** Хорошо питайтесь, регулярно занимайтесь спортом и высыпайтесь каждую ночь.

Социальная фобия определяется как тревожное расстройство, характеризующееся сильным и постоянным страхом перед социальными или служебными ситуациями, в которых пациент может чувствовать смущение или унижение. Обобщенная социальная фобия относится к страху перед большинством социальных взаимодействий в сочетании со страхом перед большинством ситуаций, связанных с выступлением, таких как публичное выступление или прием пищи в ресторане. Лица, которые боятся только одного типа ситуации исполнения или боятся только нескольких, а не большинства социальных ситуаций, могут быть описаны как имеющие не обобщенную, ограниченную или специфическую социальную фобию. Социальная фобия, которая также известна как социальное тревожное расстройство, является серьезной проблемой психического здоровья в Узбекистане. В любой данный год социальная фобия за-

трагивает 3,7% узбекского населения в возрасте от 18 до 54 лет, или около 5,3 миллиона человек. Это третье по распространенности психическое состояние после депрессии и алкоголизма. Пациенты с диагнозом социальная фобия имеют самый высокий риск злоупотребления алкоголем среди всех пациентов с тревожными расстройствами; кроме того, они страдают от худших нарушений, чем пациенты с серьезными заболеваниями, включая застойную сердечную недостаточность и диабет.

Социальная фобия различается по своему развитию и первоначальному проявлению. У некоторых молодых людей это расстройство проистекает из многолетней застенчивости или социальной подавленности. В других случаях социальная фобия становится очевидной после перехода в новую школу или аналогичных проблем в развитии. У взрослых ограниченная социальная фобия может быть связана со сменой профессии или продвижением по службе, наиболее распространенным примером является возникновение расстройства в отношении публичных выступлений у человека, чья предыдущая работа не требовал от них делать презентации или выступления перед другими. Начало социальной фобии может быть коварным, что означает, что она ухудшается постепенно. Однако около половины всех пациентов испытывают внезапное начало социальной фобии после особенно унизительного или пугающего опыта. Например, в одном британском тематическом исследовании социальная фобия пациентки резко развилась после внезапной смерти ее отца. Однажды утром пациент поссорился с ним, и он погиб в результате несчастного случая позже в тот же день. Начало социальной фобии почти всегда происходит в детстве или в подростковом возрасте; начало после 25 лет является необычным. Это расстройство часто является проблемой на всю жизнь, хотя его тяжесть может уменьшиться во взрослой жизни. Взрослые и подростки с социальной фобией, а также многие дети с расстройством, обладают достаточной проницательностью, чтобы признать, что их страхи чрезмерны или необоснованы. Этот фактор часто усугубляет их страдания и чувство неполноценности.

Вторая причина - потеря для общества в целом даров и талантов, которыми обладают эти пациенты. Социальная фобия может оказывать разрушительное воздействие на интеллектуальную жизнь молодых людей и выбор карьеры, заставляя их отказываться от образования, оставаться на тупиковой работе, отказываться от продвижения по службе, связанного с поездками или переездом, и делать подобные обреченные на провал выборы из-за страха участия в занятиях, собеседований при приеме на работу и других социальные взаимодействия в образовательных и рабочих условиях. Одна выборка пациентов с диагнозом социальная фобия обнаружила, что почти половина не закончила среднюю школу; 70% находились в двух нижних квартилях социально-экономического статуса; и 22% были на социальном обеспечении. В дополнение к трудностям, связанным с учебой и трудоустройством, люди с социальной фобией имеют ограниченные или несуществующие сети социальной поддержки. Они реже вступают в брак и создают собственные семьи из-за страха межличностных отношений. Многие продолжают жить дома со своими родителями, даже будучи взрослыми, или остаются в неудовлетворительных отношениях.

Психосоциальные факторы. На развитие социальной фобии также влияют взаимоотношения родителей и детей в семье происхождения пациента. Несколько исследований показали, что дети родителей с тяжелой депрессией, независимо от того, сочетается она с паническим расстройством или нет, подвергаются повышенному риску развития социальной фобии. Дети родителей с глубокой депрессией и сопутствующим паническим расстройством под-

вергаются повышенному риску развития более одного тревожного расстройства. Однако семейная модель социальной фобии сильнее характерна для обобщенного, чем для специфического или ограниченного подтипа.

Весьма вероятно, что дети родителей, страдающих депрессией, могут перенять от своих родителей определенные установки и модели поведения, которые делают их более восприимчивыми к развитию социальной фобии. Одно исследование детей с социальной фобией показало, что их когнитивная оценка неоднозначных ситуаций была сильно негативной не только в отношении опасности ситуации, но и с точки зрения их способности справиться с ней. Другими словами, эти дети склонны переоценивать угрозы и опасности в жизни и недооценивать свои силы, интеллект и другие ресурсы для преодоления трудностей. Этот процесс обучения на основе наблюдения за поведением своих родителей или других взрослых называется социальным моделированием .

Симптомы социальной фобии несколько отличаются у детей и взрослых, поскольку раннее начало социальной фобии обычно означает, что дети с расстройством не достигают прогнозируемого уровня, в то время как взрослые и подростки демонстрируют снижение по сравнению с ранее достигнутыми уровнями функционирования.

*Симптомы у детей***.** Симптомы социальной фобии у детей часто включают истерики, плач, "замораживание", цепляние за родителей или других знакомых людей и препятствие взаимодействию вплоть до отказа разговаривать с другими (мутизм).

*Симптомы у взрослых***.** Симптомы социальной фобии у взрослых включают ряд физических признаков беспокойства, а также отношения и поведение.

· покраснение, потливость, тошнота, диарея, сухость во рту, тремор и другие физические признаки беспокойства

· трудности с самоутверждением

· чрезвычайная чувствительность к критике, отвержению или негативным оценкам

· интенсивная озабоченность реакциями и реакциями других

· повышенный страх быть смущенным или униженным

· избегание опасной ситуации (ситуаций) и предвосхищающее беспокойство

У взрослых часто наблюдается "порочный круг" симптомов, поскольку беспокойство и симптомы приводят к фактическим или предполагаемым плохим результатам, что, в свою очередь, усиливает беспокойство и избегание.

Типы ситуаций, связанных с социальной фобией, различаются в общей популяции в отличие от клинических популяций. Опросы взрослых в общей популяции показывают, что большинство людей с диагнозом социальная фобия боятся публичных выступлений; только 45% сообщают, что боятся встречи с новыми людьми или необходимости разговаривать с незнакомцами. Страхи, связанные с приемом пищи, питья, или писать в общественных местах, или с использованием общественного туалета, гораздо реже встречаются в этой группе пациентов. Напротив, люди, проходящие лечение от социальной фобии в амбулаторных клиниках, с большей вероятностью будут бояться целого ряда социальных ситуаций, а не только одной. На социальную фобию приходится 10-20% тревожных расстройств, диагностируемых у пациентов в амбулаторных клиниках, но она редко является причиной госпитализации пациента.

Та же разница между общей и клинической популяциями влияет на соотношение полов, указанное для социальной фобии. Исследования на уровне сообществ показывают, что социальная фобия чаще встречается у женщин, но в

большинстве выборок клинических пациентов соотношение полов составляет либо 1:1, либо большинство составляют мужчины. Исследование социальной фобии у детей препубертатного возраста показало, что девочки чаще выражали беспокойство словами, чем мальчики, но исследователи, которые наблюдали, как дети взаимодействуют со взрослыми и друг с другом, не наблюдали никаких поведенческих различий между мальчиками и девочками. Исследователи пришли к выводу, что явно более высокие показатели социальной фобии у женщин могут просто отражать большую открытость женщин в отношении своих чувств.

Диагноз-социальной фобии обычно ставится на основании истории болезни пациента и сообщаемых симптомов. Психолог может также принять решение о проведении диагностических опросников, предназначенных для исключения других фобий, других тревожных расстройств и глубокой депрессии. При диагностике ребенка психолог обычно спрашивает родителей ребенка, учителей или других людей, которые хорошо знают ребенка, для их наблюдений.

Дети и подростки. Психолог, который обследует ребенка на предмет социальной фобии, должен учитывать, что у детей нет той свободы, которой обычно обладают взрослые, чтобы избегать ситуаций, которые их пугают. В результате они могут быть не в состоянии объяснить, почему они беспокоятся. Важно оценить способность ребенка к социальным отношениям с людьми, которых он или она знает; и оценить его или ее взаимодействие со сверстниками на предмет признаков социальной фобии, а не только его или ее поведение в окружении взрослых.

Лечение. Социальная фобия хорошо поддается надлежащему лечению; однако пациенты с социальной фобией имеют особый набор барьеров для лечения. В отличие от людей с некоторыми другими типами психических расстройств, они вряд ли будут отрицать, что у них есть проблема. Исследователи обнаружили, что по сравнению с людьми, страдающими другими расстройствами, люди с социальной фобией значительно чаще говорят, что финансовые проблемы, неуверенность в том, куда обратиться за помощью, и страх перед тем, что могут подумать другие, мешают им обратиться за лечением. Исследователи пришли к выводу, что предоставление лучшей информации об общественных услугах, а также облегчение психологического и финансового времени пациентов с социальной фобией значительно повысит их шансы на выздоровление. При отсутствии лечения социальная фобия может стать хроническим инвалидизирующим расстройством, повышающим риск самоубийства пациента.

Литература.

1. Рузиев У.М. Характерные особенности проявления социофобий у подростков. Вестник интегративной психологии 2021. - № 23.- С.278-281.
2. Рузиев У.М. Социальная фобия и его влияние на поведение человека. Вестник интегративной психологии 2021. - № 22.
3. "Фобические расстройства", раздел 15, глава 187 в *Руководстве Merck по диагностике и терапии*, под редакцией Марка Х. Бирс, доктор медицинских наук, и Роберт Беркоу, доктор медицинских наук. Станция Уайтхаус, Нью-Джерси: Merck Research Laboratories, 2001.

ПРОБЛЕМА ИЗУЧЕНИЯ ЗНАЧЕНИЯ НАЦИОНАЛЬНЫХ ЦЕННОСТЕЙ В УКРЕПЛЕНИИ БРАКА И СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ В СОВРЕМЕННЫХ УЗБЕКСКИХ СЕМЬЯХ

Рузикулова А.Т.
(г. Наваи, Узбекистан)

Аннотация. Статья посвящена раскрытию проблемы изучения значения национальных ценностей в укреплении брака и семейных отношений в современных узбекских семьях. Автор провел лит обзор и обозначил основные направления своих исследований

Abstract. Article is devoted to revealing the problem of studying the importance of national values in strengthening marriage and family relations in modern Uzbek families. The author conducted a review and outlined the main directions of his research

С незапамятных времен проблема брака и семьи находилась в центре внимания более широкого социального и научного сообщества. Это не зря, ведь из истории известно, что семья образовалась задолго до государства и была одной из древнейших форм общественного объединения людей. По мере подавления многовекового эволюционного развития в браке и семейных отношениях сформировалась особая естественность, и эти природные факторы сформировались как национальные ценности.

Задачи развития современного общества заключаются не только в укреплении экономических и политических основ, но также и в основе роста социальной гражданственности и благосостояния людей. Все реформы, проводимые правительством республики в последние годы, направлены на решение этой важнейшей проблемы. Решение этих задач является не только инициативой органов государственной власти, но и требует усиления активной гражданской позиции каждого из участников общественного развития.

Однако в результате различных социальных изменений, нововведений и отказа от некоторых мероприятий как «устаревших» был забыт ряд природных явлений и ценностей, не утративших актуальности на сегодняшний день. Мы забыли наследие прошлого, которое было национальной ценностью для нашего народа, и наше отношение к ним изменилось.

В свете решения проблем использования национальных ресурсов в деле укрепления семьи и брака мы ставим задачу раскрытия механизмов влияния национальных традиций как возможности укрепления брака. Сколько бы ни изучались проблемы семейной жизни и брака, остаются актуально не решенные проблемы и в целях обеспечения благополучия семей и укрепления брака в нашей стране психологами и социологами изучается наш национальный менталитет, национальные ценности.

Социально психологические исследования в области изучения семьи показал, что семейный институт является основой общественно исторического развития. К ним относятся: исторические изменения в семье и браке; изучение семьи в качестве общественной структуры, раскрытие характеристик социально-психологических сторон развития брачно-семейных отношений. Выявлены и продемонстрированы основные формы практической работы в семье - различные формы консультирования и обучения. В узбекских исследованиях раскрыты этнические, региональные, социально психологические аспекты предмета

изучения семейных отношений (Согинов Н.А., Каримова В.М. Утербергенов М.А. Салаева Н. ,Расулова З.А.).

Если мы посмотрим на историю брака и семейные вопросы как на предмет научных исследований, то увидим, что научных традиций в этом отношении достаточно. К проблемам семьи социологов, социальных психологов (Бахофен И.Дж. 1861), юристов Дж. Ф. Макленнан (Шотландия), «Первобытный брак» (1865 г.) и Л.А. Г. Работы Моргана. (1871 г.) (Америка). Слишком поздно для них делать вывод о том, что был период до брака, когда брака не было, и когда он был рассчитан как родство на основе мужского происхождения или как семейный институт с женским дипломом. родства .

Основная идея исследователей состоит в том, что на протяжении истории формирование форм брака и семьи переходило от матриархата к патриархату. (Д. Леббок, Г. Спенсер, В. Вилкен, Ф. Гельвальд, С. Летурно, М. М. Ковалевский, И. Н. Смирнов, Е. И. Якушкина («Простой закон»)) и другие. NN По мнению Харузина [2, с.12], «семью следует признать зародышем человеческого развития». Ф. По мнению Энгельса, семья - это союз, объединяющий эти пары, место эмоционального и сексуального удовлетворения индивидов. По его словам, отношения между мужчиной и женщиной определяются экономической структурой общества. Экономические основы общества определили основы семейных отношений. Поэтому на каждом новом этапе развития общества роли распределяются между членами семьи.

На наш взгляд, такой подход отражается в одностороннем анализе роли семьи как фактора развития индивидуальной психологии.

В отличие от правовых и политико-экономических исследований семьи в 70-х годах прошлого века. Социологи подключились к изучению семьи, поэтому А. Харчев сформировал социологическую концепцию двойственного статуса семьи. Семья рассматривается двояко: как социальный институт и как небольшая социальная группа. О. А. Как отмечает Карабанова, «как небольшая социальная группа, уникальность семьи обусловлена высокой интенсивностью и эмоциональной насыщенностью полярных отношений между членами семьи», а любовь близка к одному полюсу или послушанию. Изменяющаяся социальная реальность со своей остротой определяет проблему современной роли социальной психологии в семье и браке, профессиональные задачи в практике теоретического анализа и исследования.

Социально-психологический аспект также не раскрывает сущности взаимозависимости нравственных отношений между людьми в семье. В. М. С точки зрения Черняка, современные социологические, статистические и публицистические данные представляют собой глубокий структурный и функциональный кризис института семьи.

Исследователи, социологи, педагоги, историки, философы и юристы продолжают связывать отличительные черты общественного развития до конца XX века с особенностями супружеских и семейных отношений.

По мнению социально-политических и педагогических экспертов, значительные социальные изменения, произошедшие в последние десятилетия двадцатого века, привели к разрушению социальных норм, определяющих направление личной жизни. Такие изменения стали причиной изменений в семейных и брачных отношениях современных людей. Мы, как социальный институт, не решили проблему изменения характера отношений с семьей и брака и семейных отношений между «мужем» и «женой», детьми и родителями, братьями и сестрами. По мнению В.М. Черняка, важная проблема состоит в том, что семья теряет монополию на сосуществование и воспитание детей. Возникли противо-

положные формы семьи, среди которых свободное проживание без брака называется неправомерным гражданским браком (свидетельство о браке, права и обязанности мужа и жены возникают с момента регистрации брака). Важным фактом является свидетельство социальных изменений, которые являются предметом практической социальной психологии, и их потенциал стал очевиден в меняющейся социальной среде. Эта уникальность выражается в том, что на практике невозможно анализировать каждую семью на основе ее собственных взглядов и конфликтов.

По мнению С.И. Голода, известного ученого, изучавшего проблемы брака и семьи в бывшем Советском Союзе, брак является естественным ядром современной семьи. Поэтому его устойчивость зависит, прежде всего, от удовлетворенности семьи. Автор определяет и заменяет понятия психологического воспитания на группы «адаптация», «автономия», называя их «базовыми семейными ценностями». Помимо социально-психологических исследований семьи, в конце XX - начале XXI веков стремительно стали развиваться гендерные исследования. «Предположения и утверждения» о роли общества как предмета исследования стали широко обсуждаться в гендерной психологии.

По мнению авторов гендерных исследований, самое главное - новый подход к системе ценностей. Центр этой кадровой системы - Человек. Однако в классической психологии семейным парам уделялось особое внимание. В этих исследованиях также наблюдается тенденция к замене понятия ценностей.

В этом типе исследования ценностные структуры отождествляются с существующими идеями концепции сообщества. Другими словами, система ценностей включает не нацию, народы, общечеловеческие ценности, а системы, которые отдают предпочтение и не проверяются временем, определяемые на основе социологических опросов, психологических интервью. Обобщая результаты опроса, можно привести мнение немецкого психолога Клауса Шнеевинда (German K. Schneeewind): «Семья - это совокупность людей, отвечающих четырем критериям: ментальной, духовной и эмоциональной близости членов семьи; сроки; близость, интимность; непрерывность отношений, ответственность друг за друга и угол друг перед другом ». Человек обрел относительную независимость от семьи, изменился характер восприятия семейных отношений. Семейные отношения, основанные на свободном выборе, наиболее важны, они играют ключевую роль в семье. Среди многих причин увеличения количества разводов - неразвитые навыки или поведенческие стереотипы (привычки, отношения) повседневных отношений между супругами.

Особый интерес представляет изучение брака и семейных отношений как предмета специального социально-психологического, этнопсихологического исследования с использованием методов и приемов. Среди авторов - Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Либина А., Уникальность и этнопсихологическая самобытность узбекских семей широко отражены в исследовании Расуловой З.А. (2019). В качестве методологической основы данная работа дает современным узбекам основу для изучения роли национальных ценностей в развитии супружеских и семейных отношений.

Изучение проблемы семейных отношений в современной семье показывает актуальность нашего исследования. Несмотря на широкий круг сложившихся проблем, ряд проблем остается нерешенным : национальные ценности как фактор обеспечения стабильности семьи не изучались как отдельный предмет .

Целью нашего исследования стало выявление и изучение национальные ценностей, как фактора укрепления брачно-семейных отношений современных узбекских семей.

Раскрывая традиции изучения механизмов укрепления брака и семьи мы определили основные понятия проблемы посредством анализа в исследования проблемы укрепления брачно семейных отношений. Анализ работ и исследований в направлении исторического становления института семьи и исторической необходимости в развития общества института семьи. На основании теоретического анализа выявлена этиология супружеских и семейных отношений, включая природные и социальные факторы, источники формирования национальных ценностей, а также факторы, влияющие на формирование особенностей узбекской семьи. В частности, автор выражает свою точку зрения на сделанные ранее комментарии по делу об этнопсихологических характеристиках узбекской семьи. Существуют разные периоды этнопсихологического, социально-психологического исследования семьи. Приведено содержание основных направлений каждого периода и теоретические выводы ведущих пропагандистов (представителей).

В исследовании мы также рассмотрели такие понятия, как «этнопсихология», «национальная психология», «национальный характер», «национальный психологический образ», «ценность» в 30-40-е и 50-60-е годы прошлого века, и являются ли эти концепции приводятся или нет в существующих словарях, такие данные основаны на обзорах серьезных энциклопедических источников. Семья рассматривается нами как объект социально-психологического исследования, как социальная подгруппа и как важная часть этнофорума. В связи с чем мы провели экспериментальное социально-психологическое исследование узбекских семей, что представляет собой исследовательскую работу узбекских психологов, непосредственно посвященную изучению социально-психологических, этнопсихологических аспектов узбекской семьи. Объясняется концепция брака. Объясняются факторы, влияющие на формирование и развитие семьи, успешность семейных отношений. Свои взгляды на эту тему высказали узбекские мыслители, такие как А. Авлони, А. Чулпон, А. Фитрат. По социальному содержанию семей были проанализированы проблемы, которые могут в них возникнуть, что представлено в виде таблиц и анализа.

Вывод: Теоретический анализ показал наличие роли национальных ценностей в укреплении современной семьи. Вероятностна идея о том, что регулятор общественного поведения является ценностные ориентации Личности. Национальная идентичность определена именно регулятивными возможностями системы ценности. Непосредственно образ и качество жизни определяют данный процесс и механизм.

Литература.

1. Рўзиқулова А.Т. Ҳозирги замон ўзбек оилаларида никоҳ-оила муносабатларининг мустаҳкамлигини таъминланишида миллий қадриятларнинг аҳамияти // Bola va zamon. – Тошкент. 2020 № 3.– Б. 20–21. (19.00.00;№1)

2. Рўзиқулова А.Т. Ўзбек оилаларида никоҳ-оила муносабатлари мустаҳкамлигини таъминланишида миллий қадриятларининг аҳамияти. // Педогогик маҳорат. – Бухоро, 2019. – № 3. – Б. 43–45. (19.00.00;№11)

3. Рўзиқулова А.Т. The role of national values in ensuring the stability of family and marriage relations in modern uzbek families. European Journal Of Research and Reflection in Educational Sciences Vol. 8 No. 3, 2020. Progressive Academic Ppublishing (19.00.00;№2)

4. Рўзиқулова А.Т. Оилада никоҳ-оила мустаҳкамлиги жамият мустаҳкамлигининг асосидир. // Замонавий узлуксиз таълим сифатини ошириш: инновация ва истиқболлар мавзусидаги Халқаро илмий-амалий масофавий конференция. Низомий номидаги Тошкент давлат педагогика университети. 2020 йил 24 апрел. – Б. 465-467.

ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МАТЕМАТИЧЕСКИХ МЕТОДОВ В РАЗВИТИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ ПРАКТИЧЕСКИХ ПСИХОЛОГОВ

Рустамов Ш.Ш.
(г.Бухара, Узбекистан)

Воспитание и обучение умных, талантливых, способных и творческих людей **подготовка их развитию общества** определяется в качестве приоритета в системе образования **каждой** любой страны мира. Подготовка квалифицированных психологов в ведущих мировых учебных заведениях, в том числе со стороны Международного Союза Психологических Наук - IUPsyS (International Union of Psychological Science) отмечена в "Концепции дальнейшего совершенствования в области психологии" на 2018-2023 годы. Наряду с этим важно создать эффективные механизмы повышения навыков логического мышления в подготовке специалистов по конкретным наукам в развитии их профессиональной компетентности.

В международных научных центрах проводятся научные исследования по изучению математической компетентности, креативности творческого потенциала практикующих психологов, которые ориентируют психологов на изучение взаимной интеграции гуманитарных наук с областью математики, особенности формирования инновационного и технического мышления, обработка психологических данных с помощью математических и статистических методов. В условиях глобализации и интенсификации информационного пространства использование компьютерных технологий в научных исследованиях в области психологии получает все более широкое распространение. Одной из причин этого является создание компьютерных моделей диагностических методов, позволяющих проводить широкомасштабные научно-практические исследования, расширяющие объем психодиагностических исследований и облегчающих обработку собранных данных психологических исследований, а вторая - репрезентативность статистических данных выборки (данные - это возрастающая потребность в обоснованности выводов, сделанных на основе статистического анализа).

Результаты проводимых реформ по совершенствованию системы образования в нашей стране, внедрение передовых подходов к обучению, основанных на требованиях современности, повышение профессиональной компетентности практикующих школьных психологов путем приобретения математических знаний подготовило почву для проведения данного исследования. Кроме того, развитие науки и техники, увеличение потребности людей в качественной и достоверной информации свидетельствуют о необходимости углубления научных исследований в этой области. В «Стратегии развития Нового Узбекистана» для дальнейшего развития

Республики **Узбекистан** предусмотрено «дальнейшее совершенствование системы непрерывного образования, коренное повышение качества общего среднего образования, самостоятельное мышление, верность Родине, твердая взгляды на жизнь» определены такие задачи, как «воспитание молодежи».

Данное диссертационное исследование основывается на указах Президента Республики Узбекистан №ПФ-60 от 28 января 2022 года “О новой стратегии развития Республики Узбекистан на 2022-2026 годы”, № ПФ-6108 от 6 ноября 2020 года «О мерах по развитию сфер образования и науки Узбекистана в новом периоде развития», Приказ № 472 от 7 июня 2019 года Кабинета Министров Республики Узбекистан «О дальнейшем совершенствовании системы подготовки кадров в сфере психологии и в обществе о мерах профилактики правонарушений»; № 187 от 6 апреля 2017 года «Об утверждении Государственных образовательных стандартов общего среднего и среднего специального, профессионального образования», реализации задач, определенных в Решениях ПК № 3304 от 30 сентября 2017 года «О совершенствовании деятельности Министерства народного образования Республики Узбекистан» и другие нормативные правовые документы.

Хотя в исследованиях зарубежных ученых существует множество научных взглядов, посвященных решению этой проблемы, прямое применение полученных ими результатов в местных условиях может не иметь положительного эффекта А.Адлер, Дж. Равен, А.Кетле, Ф.Гальтон М.Муллер, И.В.Блауберг, В.А.Дюк, Р.Дж.Фишер, Ч.Э.Спирман, К.Пирсон, Дж.Гласс, М.Ф.Дробиш.

Российские ученые В.И.Байденко, И.А.Зимняя, В.В.Сериков, Ю.Г.Татур, В.Д.Шадриков, И.В.Блауберг, В.Г.Афанасьев, В.Н.Садовский, Э.Г.Юдин, В.И.Загвязинский, В.С.Ильин, Ф.Ф.Королев, В.Н.Раскин, Н.В.Кузьмина, Б.С.Гершунский, А.Д.Наследов, А.О.Крыштановский, Р.И.Остапенко, Б.Г.Ананьев, Г.В.Суходольский, Е.В.Сидоренко и др. подробно рассмотрели вопрос о математической компетентности.

В нашей стране математическая компетентность практикующих школьных психологов, их статистическая обработка психологических данных и разработка современных решений этой проблемы являются одним из актуальных вопросов психологии. Узбекские ученые Э.Г.Гозиев, Ш.Р.Баратов, А.М.Джабборов, З.Т.Нишонова, Н.С.Сафоев, Д.Г.Мухамедова, Б.Р.Кадыров, А.А.Расулов, Б.Р.Адизов, Р.С.Самаров, Ш.Ш.Олимов, К.Б.Кадыров, У.Д.Кадыров, Г.Ш.Саломова, Н.М.Муллабоева, Г.К.Тулаганова, особое внимание в своих исследованиях уделяют вопросу математической компетентности практикующих психологов.

Согласно анализу приведенных выше теоретических данных, понятие «Компетентность» означает «результаты, определяющие эффективный рабочий процесс». Следовательно, «компетентность» — это человек, который является зрелым специалистом в определенной области, имеет репутацию, обладает всеми правами, имеет ряд полномочий, дееспособен.

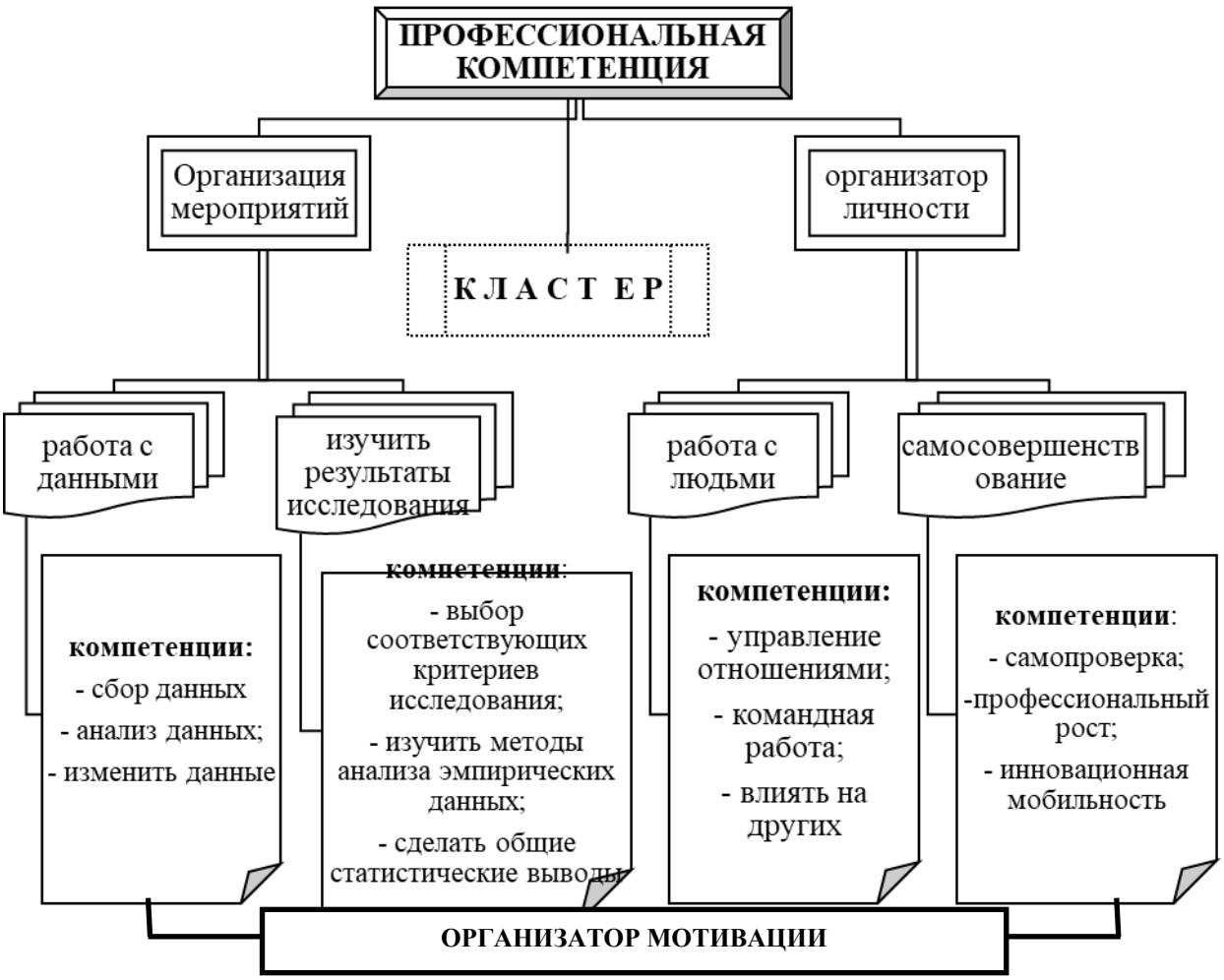


Рисунок 1. Группа математических компетенций, характерных для практикующих психологов.

Выделяют три типа кластера профессиональных компетенций: (1) деятельностный; (2) личность; (3) появляется в наборе компетенций, составляющих мотивацию (см. рис. 1).

Из результатов теоретического анализа видно, что компетентность является критерием, помогающим оценивать деятельность человека по отношению к его лучше всего выполненным действиям. Причина в том, что такая оценка, в свою очередь, приводит к положительному изменению деятельности коллектива в контексте изменений. В конце концов, именно организация, общество и отдельные лица считаются успешными. В целом, когда компетенция изучается внутри конкретного человека, она помогает выявить сильные стороны и качества, которые человеку необходимо развивать, и определить наилучшие и наиболее эффективные способы выполнения работы, а на командном уровне используется для обучать коллег, не удовлетворяет потребности и «пробелы», оставшиеся незаполненными в результате данных советов. Итак, исходя из идей, выдвинутых в изложенной выше четырехуровневой теории, трехуровневой системе, трех типах структуры компетентности и исследованиях ученых, проводивших исследования в этой области, компетенция представляет собой непрерывность образовательного процесса. повышение квалификации отдельных лиц (групп) и обеспечение

эффективности трудовой (учебной) деятельности, служит своеобразным показателем в формировании профессионально компетентного специалиста.

Вторая глава диссертации называется "эмпирические основы проявления математических методов в развитии профессиональной компетентности практикующих психологов", в ней изложены методологические принципы применяемых методик исследования математической компетентности практикующих психологов, разработка психологической характеристики выбранных объектов, анализ факторов математической компетентности, в исследовании отмечается психологический опросник, разработанный для данного исследования, и информация о его результатах с целью определения психологических характеристик отобранных респондентов. Также особое внимание уделяется выявлению факторов актуальности математической компетентности практикующих психологов, связанных с продолжительностью трудовой деятельности, и вопросу корреляционных связей между ними.

В результате исследования, проведенного по диссертации на тему «Особенности использования математических методов в развитии профессиональной компетентности практикующих психологов», представлены следующие выводы:

1. Проведенный нами анализ показал, что актуальность данной проблемы до настоящего времени недостаточно и полно изучена.

2. В настоящее время каждый практикующий психолог является профессионалом, способным к саморазвитию, обладающим высокими знаниями и способностями, способным творчески подходить к проблемам, обладающим необходимой квалификацией и навыками для проведения психологических исследований методами математической статистики.Теоретически и практически обосновано, что потребность в образовании является основным фактором развития его профессиональной психодиагностической компетентности.

3. В ходе исследования было установлено, что «мотивационные» и «интеллектуальные» качества являются важным структурным фактором профессионально-математической компетентности практикующих психологов, а развитие этих компонентов осуществляется целенаправленной, активной психологической тренировкой в особых условиях, индивидуальных и личностных. саморазвитие, самодиагностика Выяснилось, что это можно сделать, делая.

Литература.

1. Бююль А., П.Цефель SPSS искусство обработки информации. - М.: Диа-СофтЮП, 2005. - 608с.
2. Давыдова М.А., Усатая И.Е. Возможности программы SPSS при обработке данных массового тестирования //Международный студенческий научный вестник. – 2017. № 2.
3. Ефремова Н.Ф., Месхи Б.Ч. Системность и преемственность в формировании фонда оценочных средств технического вуза // Совет ректоров. № 5. 2011. - С. 35-40.
4. Рустамов, Ш.Ш. (2022). Особенности математической компетентности практический психологов. integration of science, education and practice. scientific-methodical journal, 3(3), 59-64.
5. Рустамов, Ш.Ш. (2022). Корреляционный анализ пример по психологии. Корреляции в психологии. Science and Education, 3(3), 1100-1106.

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СТРЕССА У СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ЭКЗАМЕНОВ

Садыкова Э.И.
(г.Бухара, Узбекистан)

Студенческая жизнь полна чрезвычайных и стрессогенных ситуаций, поэтому студенты часто испытывают стресс и нервно-психическое напряжение. В основном у студентов стресс развивается из-за большого потока информации, из-за отсутствия системной работы в семестре и, как правило, стресс в период сессии.

Существует большое количество подтверждений тому, что хронический стресс - спутник студенческой жизни. Стресс, испытываемый студентами, может сказываться на обучении (приобретении, применении и переработке знаний), что препятствует академической успеваемости. Трудности с успеваемостью в свою очередь также создают дискомфорт, в результате чего общий стресс усиливается.

Термин “стресс” в физиологию и психологию ввел в 1929 году американский психофизиолог Уолтер Кеннон. В своих работах он описывал стресс как универсальную реакцию организма. Ганс Селье описал стресс как общий адаптационный синдром. Г.Селье является автором теории стресса. Многолетние исследования Г.Селье и его последователей во всем мире, подтверждают, что стресс является неспецифической основой многих заболеваний.

Г. Селье показал,что в организме людей, страдающими самыми разными соматическими заболеваниями, наблюдаются одинаковые неспецифические нарушения , названные позднее “триадой по Селье”.

1. Увеличение размеров и увеличение активности коры надпочечников
2. Инволюция вилочковой железы и истощение лимфатической ткани лимфатических узлов
3. Точечные кровоизлияния и кровоточащие язвы в слизистой оболочке ЖКТ.

Хотя стресс представляет собой сложное психофизиологическое состояние, порой, в зависимости от причины, породившей это состояние, говорят о психическом, или эмоциональном, стрессе. Как показали многочисленные исследования, стресс в трудовой деятельности в зависимости от его уровня порождает весьма различные, иногда даже противоположные результаты. Стресс проявляется во всеобщем адаптационном синдроме как необходимая и полезная вегетативная и соматическая реакция организма на резкое увеличение общей внешней нагрузки. Он состоит в росте биоэлектрической активности мозга, повышении частоты сердцебиений, росте систолического давления крови, расширении кровеносных сосудов, увеличении содержания лейкоцитов в крови, т. е. в целом ряде физиологических сдвигов в организме, способствующих повышению его энергетических возможностей и успешности выполнения сложных и опасных действий. Поэтому сам по себе стресс является целесообразной защитнойи полезной реакцией человеческого организма.

Симптомами стресса являются: 1. Когнитивные реакции, которые включают проблемы с памятью, неспособность сконцентрироваться, концентрация на негативе, негативных ситуациях, тревожные мысли, постоянное беспокойство. 2. Эмоциональные – депрессии, грусть, беспокойство, раздражительность, волнение, злость, гнев, чувство разбитости, чувство дикой усталости, одиночества.

3. Физические реакции – тошнота, головокружение, боль в груди, учащенное сердцебиение, напряжение мышц, постоянные простуды. 4. Поведенческие реакции – очень слабый либо очень сильный аппетит. Слишком мало сна, отказ от общения с людьми, нервные привычки – грызть ногти, ломать пальцы, дергать за волосы себя.

Прокрестинация тоже относится к поведенческим реакциям. Это склонность человека к постоянному откладыванию срочных, важных дел на потом или замена их на другие занятия. Эта реакция часто наблюдается у студентов, так как они затягивают обучающий процесс либо заменяют на что-то другое, хотя понимают, что в итоге должны сдавать экзамены по предметам, но ничего не могут поделать, в итоге получают соответственно стресс.

Каждый студент по-разному реагирует на стресс. Но все реакции можно разделить на две группы: 1. Человек становится неуправляемым, возбуждённым, слишком нервным. 2. Депрессия, замкнутость, заторможенность.

Сами причины стресса можно разделить на внешние и внутренние:

Внешние причины: изменения в жизни, работа или учеба, трудности в отношениях, финансовые проблемы, высокая занятость, дети и семья.

Внутренние причины: пессимизм, неспособность принять решение, неопределённость, жесткое мышление, отсутствие гибкости, негативные установки,

нереалистичные ожидания, перфекционизм.

Экзаменационный стресс оказывает негативное влияние на нервную, сердечно-сосудистую и иммунную систему студентов. В период экзаменационной сессии у студентов регистрируются выраженные нарушения вегетативной регуляции сердечно-сосудистой системы, которые проявляются в повышении частоты сердечных сокращений, повышении артериального давления, возрастании уровня мышечного и психоэмоционального напряжения. Эмоциональное напряжение приводит к активации вегетативной нервной системы, ее симпатического или парасимпатического отделов, и к развитию процессов, сопровождающихся нарушением гомеостаза и лабильностью сердечно - сосудистой системы в ответ на эмоциональный стресс.

Иными словами, каким бы ни было воздействие на организм, существенным является факт необходимости перестройки и восстановления нарушенного равновесия целостности органиизма. Этот процесс имеет три стадии: стадия тревоги, стадия резистентности (адаптации) и стадия истощения.

Тревога. Во время этой реакции сопротивляемость организма сначала понижается ("фаза шока"), после чего задействуются защитные механизмы ("фаза противошока"). Набухают кора надпочечников и лимфатические узлы, увеличивается содержание гормонов в крови, выделяется адреналин, что сопровождается сильным физиологическим возбуждением и негативным эмоциональным состоянием, повышается чувствительность к стрессовым воздействиям. На этой стадии повышается уязвимость к заболеванию и, если эта стадия затягивается, то процесс переходит во вторую стадию, в которой задействуются более мощные компоненты адаптационного синдрома. Ярким примером стадии 1 является тревожность.

В психологической литературе можно встретить разные определения этого понятия, хотя большинство исследований сходятся в признании необходимости рассматривать его дифференцированно - как ситуативное явление и как личностную характеристику с учетом переходного состояния и его динамику. Так А.М. Прихожан указывает, что тревожность — это переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием гро-

зящей опасности. Различают тревожность как эмоциональное состояние и как устойчивое свойство, черту личности или темперамента. Понятием «тревожность» психологи обозначают состояние человека, которое характеризуется повышенной склонностью к переживаниям, опасениям и беспокойству, имеющей отрицательную эмоциональную окраску. Выделяют два основных вида тревожности. Первым из них - это так называемая ситуативная тревожность, т. е. порожденная некоторой конкретной ситуацией, которая объективно вызывает беспокойство. Данное состояние может возникнуть у любого человека в преддверии возможных неприятностей и жизненных осложнений. Это состояние не только является вполне нормальным, но и играет свою положительную роль. Оно выступает своеобразным мобилизирующим механизмом, позволяющим человеку серьезно и ответственно подойти к решению возникающих проблем. Ненормальным является скорее снижение ситуативной тревожности, когда человек перед лицом серьезных обстоятельств демонстрирует безалаберность и безответственность, что чаще всего свидетельствует об инфантильной жизненной позиции, недостаточной сформулированности самосознания. Другой вид - так называемая личностная тревожность. Она может рассматриваться как личностная черта, проявляющаяся в постоянной склонности к переживаниям тревоги в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и таких, которые объективно к этому не располагают. Она характеризуется состоянием безотчетного страха, неопределенным ощущением угрозы, готовностью воспринять любое событие как неблагоприятное и опасное. Ребенок, подверженный такому состоянию, постоянно находится в настороженном и подавленном настроении, у него затруднены контакты с окружающим миром, который воспринимается им как пугающий и враждебный. Закрепляясь в процессе становления характера к формированию заниженной самооценки и мрачного пессимизма.

Стадия 2. Сопротивление. Устойчивое приспособление организма к новым условиям достигается за счёт напряжения функционирующих систем. Уменьшаются размеры коры надпочечников, нормализуются размеры лимфатических узлов, стабилизируется выработка гормонов, человек переживает состояние сильного физиологического возбуждения. Если усиленное стрессовое воздействие продолжается, наступает утомление и процесс переходит в третью стадию.

Стадия 3. Истощение. На этой стадии нарастает нарушение согласованности жизненных функций организма из-за исчерпания ресурсов защитных механизмов. Лимфатические узлы набухают, увеличивается количество гормонов в крови, запасы которых истощаются, снижается способность сопротивляться воздействию стрессоров. На этой стадии, в отличие от предыдущих , аффективное состояние - как правило, подавленность. Развиваются не только функциональные (обратимые) изменения во внутренних органах, но и морфологические необратимые изменения, т.е. серьёзные заболевания. Таким образом, психофизиологический и физиологический подходы в изучении стресса тесно переплетены между собой. Правомерно считать, что любой стресс является и физиологическим, и психическим (эмоциональным) одновременно. Каждому человеку присущ индивидуальный профиль стресса - картина специфических стрессовых реакций, отражающих степень выраженности изменений вегетативных, поведенческих и когнитивных функций.

Как же научиться управлять стрессом?

1.Избегайте ненужный стресс. Это «не бойтесь говорить нет». Брать на себя больше, чем вы сможете сделать и выдержать, избегайте людей, которые вызывают у вас стресс. Контролируйте среду. Соответственно не читайте опре-

деленные газеты, книги; не смотрите определенные фильмы, не общайтесь с определенными соседями.

Сократите список дел. Человек в силу своей природы всегда хочет сделать больше, но не всегда это получается. Иногда не бывает сил ни физических, ни психических, ни психологических.

Измените ситуацию. Выражайте чувства, но не сдерживайте их. Например, если студент готовится к экзаменам и встретил по дороге соседа, который очень хочет поговорить с ним. Но студент должен его предупредить, что у него подготовка к экзамену и что есть всего 5 минут на разговоры.

2. Будьте готовы к компромиссу. Если вы хотите кого либо изменить, пытайтесь измениться сами. Умейте слушать какую-либо критику, если критикуете сами. Создайте сбалансированный график. Только работа и отсутствие отдыха и развлечений приводит к эффекту выгорания. Таким образом вы не сможете выполнить эту работу, вы остановитесь, организм выключится и 10 дней до месяца вы будете отсутствовать в этой деятельности, т. к вы не пожалели свой организм. Необходимо найти баланс, режим. Знания – это и есть отсутствие стресса. Т. е необходимо заниматься постоянно и не прерывать.

3.Адаптированность к факторам стресса. Включить позитив, т. е даже когда не очень хорошо, надо понимать что это все пройдет и скоро все закончится. «Даже самая темная ночь заканчивается» и однозначно наступит что – то хорошее. Если человек хочет уединиться и никого не видеть, то просто рекомендуется это сделать, т. к это полезно для организма. Посмотрите на картину стресса в целом? Насколько это важно для вас. Если студент перед экзаменом начал испытывать стресс в силу нехватки знаний, потому что целый год не учился, не выполнял задания, очень много пропускал и за короткий период его голова такой объем информации не сможет внести, тогда необходимо брать ответственность, что вероятно вам придется перездавать экзамены, т. к здесь ответственность лежит не на учителях, а на вас. Это вы не сделали, не доучили, не дозанимались. Когда вы возьмете ответственность, вы будете абсолютно по-другому относиться к экзаменам. Но стрессы необходимо человеку для его эволюции.

4. Примите то, что невозможно изменить. Иногда стресс приходит в виде безысходных и страшных событий. События, которые нам неподконтрольны и изменить которые невозможны. Надо уметь принимать их. Принять их сложно, но лучше принять это, чем постоянно ругать ситуацию к которой вы отношения не имеете и изменить которую невозможно. Т.к если вы не примите это также приведет к стрессу.

Не пытайтесь контролировать неконтролируемое. В основном это поведение др. людей; не тратьте время на людей, которым вы хотите помочь, но они вас не слышат, не видят, не прислушиваются к вашим мнениям и советам.

И самая главная психологическая защита это умение прощать. Вы должны понять что мы живем в несовершенном мире и сами мы несовершенны, нам нужно стремиться к этому. И знания повышать, и морально нравственные качества укреплять, что ведет к повышению вашей жизни в целом. Сюда относится материальные блага, физическое здоровье, нравственные отношения.

Литература.

1. Сборник «Замонавий психология: муаммолар ва истиқболлар». Халқаро илмий-амалий конференция материаллари. – Тошкент, 2021. – 376 б; 204-206б.
2. Психология XXI столетия //Сб. по материалам ежегодного Конгресса «Психология XXI столетия» (Новиковские чтения) (Ярославль, 14 – 16 мая

2021)/ Под ред. Козлова В.В. –Ярославль, ЯрГУ, ЯГПУ, МАПН, 2021 – 434 с.; с. 314-319.
3. Вестник интегративной психологии//Журнал для психологов.Вып.22/Под ред. В.В Козлова, Ш.Р.Баротова, М.Н.Усмановой .-Бухара –Ярославль:МАПН,2021.-252с.; с.171-174
4. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека. // СПб.: «Питер», 2005.
5. Прохоров А.О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности. // М.: «ПЕР СЭ», 2005.
6. Сборник статей международной научно-практической конференции “Психология XX I Века” 2021 г. 338с.; с.213-214

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE PROBLEM OF FORMING A HEALTHY LIFESTYLE IN THE FAMILY

Saidov A.I.
(Samarkand, Uzbekistan)

Abstract. The article discusses the role of the family in the formation of the psychology of a healthy lifestyle among young people and the basics of its formation. And also in the article practical recommendations for the formation of a healthy lifestyle among young people are put forward.

Keywords: Family, youth, psychology of a healthy lifestyle, healthy generation, family socio-psychological factors.

Ensuring the health of the nation is resolved in a sufficiently positive way due to the healthy lifestyle of maintaining the foothold of the people's gene pool. All social institutions of the Society; Family, Educational Institutions, neighborhood and independent education will cross-reference the issue of the meaning and essence of a healthy lifestyle for the citizens of our society, the education of young people as an independent and knowledgeable, competent person.

Proceeding from this, from the first years of independence, the formation of a healthy generation began in our Republic. The issue of educating the” harmonious generation " rose to the level of Public Policy and began to be considered as a priority task.

However, despite the activities carried out in our country for the all-round perfection of young people and the great attention given to this sphere, among young people there are ill-deeds such as tobacco smoking, giving in to alcohol, displaying of crime, inhuman and inhuman behavior. This is due to the fact that in our opinion, the psychology of a healthy lifestyle among young people and a wide population, and especially in families, is not sufficiently formulated.

It is known that the role of family and family cohesion in the development of any society can not be overemphasized. Because the health of a living organism depends on the health of who makes it, just as the whole organism has a worthy role in the purposeful implementation of its activities, the family is the cell that makes up a whole organism, which is called the state, society. The role of the family in the development of the economy, social life of its state as a citizen of the state in which each family is healthy, in which the positive psychological climate prevails, in which it is born and formed as a person, in this environment, is a decisive factor, the role of the family in human perfection is incomparable [4].

The heritage of our great thinker ancestors is of great importance in the formation of a healthy lifestyle, a sense of respect for national and universal values in the hearts and minds of young people, and in the harmonious upbringing in all respects. After all, in the works of our scientists, who devoted their lives and potential to the realization of the true essence of life, a special place is given to issues related to the upbringing of a healthy generation. The ideological unification of the Eastern thinkers Abu Nasr Farabi, Abu Rayhon Beruni, Abu Ali Ibn Sina, Yusuf Khoshib, Mahmoud Qashgari, Kaykovus was the basis on which they placed high the role of Family, Family Education in the upbringing and perfection of the individual, especially the role of the family in the intellectual and moral perfection of the individual, the role of the In the ancient book of Zardusht “Avesto” it is stated that the family is a sacred place, in the stability of the family there is an equal responsibility of the husband and wife, the views on the upbringing of children.

Characteristics characteristic for a healthy spiritual life of pre-Islamic peoples animistic in their attitude to the phenomena of nature and society (e'tiqod that everything has a soul, a soul), magia (magican instinct for inanimate things that have natural power to worship), totezm (the leadership of worship for animals, plants, things), painting, rituals of paganism, mixed use in the process of upbringing; belief in the; leadership of the idea of struggle for the victory over the noble idea, the noble word, the noble deed, the evil idea, the evil word, the evil deed; the main method of nurturing moral thinking is the punishment of blindness, persuasion, pattern, confession. And the means of education consisted of things and events that were imagined to have supernatural power.

As we all know, the formation of a healthy lifestyle in the Uzbek family is largely dependent on the family (women): the attitude of family members to physical education, clean-freedom, elegance, children's regime, upbringing (eating order, dressing culture, recreation, teaching) were considered the basis of the formation of a healthy lifestyle psychology in the family [2].

Moreover, one of the important simple requirements for the formation of a healthy lifestyle in young people is to dress each member of the family in a clean and tidy manner, to clean their teeth with mis wok, to rub fragrant things, to engage in intimate communication with the hair, to develop spiritually and enlightenment, to adhere to a healthy lifestyle and dress procedure [3].

Kaykovus recommends his child to go out to work, to play horseback riding, to walk on horseback, to swim in the water, to strike a spear, to throw a pilgrim, to throw a bow, to enjoy the secrets of knowledge primarily as a kind of craft, and secondly as a kind of sports that temper human organs.

Kaykovus also touched upon the issue of raising spiritually and physically healthy children in the family, and the ideas put forward by The Thinker on the upbringing of a healthy generation also play an important role in improving the content, form, methods and means of education today. While thinking about the duties and responsibilities of the child before the parents, the task of the father and mother before the child is to give him a good name when he comes into the world, to find him a wise and kind midwife, to give knowledge, to teach a profession, to educate well, "Says the scientist. Also the boy makes special educational requirements for the boy, the girl-boy. His thoughts on this matter are as follows: "If you can then teach your child each instructive, his benefit will reach you too. But if your child is full of maturity, if you have the potential to become the head of his family, to take a wife and to be engaged in household affairs, you will bring him a wife, so that you will know that you will fulfill this right of him. But if you want to marry your son and give your daughter to the husband, then you can not marry your own relatives. Wife from a stranger even if

you do not take from your own relatives, they will know your meat, blood. Wife from another tribe. You know this, when you make a tribe of two tribes, when you make a stranger relative to yourself, until you make one power two, and you make two from both sides, and your support will increase."

The role of physical education in the formation of a healthy lifestyle in the family is incomparable. In physical education, depending on the complexity of the simple exercises, it is important to go smoothly, to increase the range of exercises plays an important role in the child's maturation. In this regard, we say - says Ibn Sina" morning sport is a voluntary movement that forces a person to breathe deeply and consecutively. A person who is engaged in bodybuilding painfully and at the right time will not need treatment for diseases that have come due to the broken Hilts (blood, bile, sputum), as well as the client, as well as for diseases that have come due to previous ones"[1]. A person who regularly engages in bodybuilding does not suffer from diseases for a while, he will have the strength to quickly overcome the disease. If a person, then more often stops physical exercises and does not perform physical exertion, then they weaken their organs, in the end they can suffer from various diseases,- says Ibn Sina.

Ibn Sina took a specific method in determining the duration of the performance of physical exercises, that is, not the unity of time as it is now, but the basis of physiologic indicators. Partridge:

1) in the process of bodybuilding, the color of the skin, if it goes well, the movements can also be continued;

2) lightness of movement; if they are light, the delay of their completion will not yet come;

3) the state of the organs; actions can be continued if their multiplicity continues.

The scientist wrote that there are a lot of types of bodybuilding, which are mostly performed quickly, light, thin, strong, etc. According to its classification, shooting with a fist, shooting from a bow, fast walking, throwing a spear, hanging, jumping on one leg, fencing, horseback riding, strolling in a cart are among the fastest-performing types of bodybuilding. The subtle and light type includes flying in swings, swings...standing or lying down, sailing in boats and ships. To stronger movements consists in playing squats with large and small balls, fighting falls, catching up with their own shadow, jumping, punching with the tip of a spear, raising a stone, polishing a chopping horse, stopping holding.

According to the recommendation of the scientist, a person should perform fast and intense movements during adolescence with relief, alternating light movements with pain, when starting bodybuilding, the body members should be clean, the food eaten should be digested in the stomach, and the next feeding time should be approached.

Abu Ali ibn Sina recommends the use of the healing powers of nature in the conditioning of the human body and in the treatment of various diseases. He points out that" the air becomes fragile and pure, and when the spirit does not interfere with the client an ore of the opposite bed, it becomes a worker for health and a keeper of it", "heating the body in the hot sun ...during strong movements, it strongly distributes waste, sweats...it benefits from shortness of breath and" steep breathing", cold client brain be powered"," if a person was healty.

Ibn Sina in the family of children with physical, intellectual and moral education to grow along with them energetic and healthy and also give you the need to impress. The physical action scientists, creative labor, intellectual labor with the science of must-read books, learn to work with add go to get it should be noted that enrich

the spirituality, spiritual principles of human maturation pedagogical-psychological aspects in many different languages.

Great thinkers dedicated to the improvement of school-age children is incredibly the body in the idea of great importance. To read it in school children from the age of 6 and was recommended as one of the main part of the physical education curriculum. Children it is fulfilled in the event of recovery that may change before and after the age of 6, were reduced slightly to be in hot water before eating, badantarbiya is that you need to make more.

Ibn Sina that occur in the organism of children of school age children for growth and development of organ damage should not make badantarbiya rough movements, the only light that should make harakatlarnigina gives advice. It is known as the children prepared to sit for a long time as a result of the lesson, the interest will be lost and bored to read, as well as organzmga remain inactive for a long time can damage a young and growing as a result. Ibn sina well understood the process of teaching this physical exercise (walking walking, jumping,horse, chop, playing ball, fighting, fencing, and others) to get added I will recommend to go with.

Also still in the X century ago, Abu Ali ibn Sina "A key skill in maintaining the health and general factors are important to human life mo"is to provide the drake passage to the south" - that was [1]. These words means that you need to adhere to a healthy lifestyle. This specific knowledge, the level, and most importantly, family education and family that you require will.

Policy, the formation of a healthy lifestyle in the family of the culture that respects all of the members of not only the family but healthy, strong families in ensuring that the country and consequently, the wellbeing of the country, the people Batumi-plays a large role in determining happiness.

Was the conclusion I can say that the culture of a healthy lifestyle in the family history of the formation of spiritual values and upbringing go back to the root of the long family, family and family values of providing strong will make a worthy contribution to the establishment. After all, the family is stable and the younger generation it's healthy – it's solid and stable society is a strong society country.

Literature.

1. Abu Ali Ibn Sina. Tib of the law. Three volumes Saylanma. 1-volumes. - Tashkent, - 1992.
2. I. K. Abdullaev Living standards and human health. –T.: 2006.
3. Abidov A, O., Y. Novikov.V. The health of our own we have in our hands. Tashkent. "Medisina" in 1989.
4. Musurmonova O. Family healthy generation in nurturing the family-neighborhood-education institutions of cooperation priority directions // "Young oilaparvar, father-motherhood in the preparation of the family 's role" on the topic the republic scientific-practical conference materials. – T., 2013. – B. 217.
5. Axmedov A. The negative effect of internet gambling on youth psychology //Asian Journal of Multidimensional Research. – 2022. – T. 11. – №. 5. – C. 76-79.
6. Саидов А., Джураев Р. Баркамол авлодни тарбиялаш-соғлом турмуш тарзини шакллантиришда спортнинг ўрни //Общество и инновации. – 2021. – Т. 2. – №. 2. – С. 203-208.
7. Саидов А. pedagogik mahorat: ёшлар ўртасида соғлом турмуш тарзини шакллантириш устувор вазифа сифатида //центр научных публикаций (buxdu. uz). – 2020. – Т. 2. – №. 2.
8. Ismoilovich S. A. Socio-psychological problems of the formation of the psychology of a healthy lifestyle of families.

ВЛИЯНИЕ ЦЕННОСТЕЙ НА ПРОЦЕСС ОБЩЕНИЯ И ВЗАИМНОГО ВОСПРИЯТИЯ.

Саидова Ф.Н.
(г.Андижан, Узбекистан)

Аннотация. В данной статье отношение ценности к формированию личности в процессе общения, ее воздействие на предметы, события и других людей в окружающей среде, научные исследования отечественных и зарубежных психологов. Исследовано влияние ценностей на формирование личности человека и культуру общения.

Ключевые слова: Ценност, личностное отношение, общение, взаимноя восприятие, ценностные установки, аксиологическое понятие, процесс общения.

Личностное отношение ориентирует человека на объективное отношение предметов, событий и других людей в окружающей среде и оценивает субъективную позицию человека по отношению к тому или иному предмету, и в то же время оценивает его значимость. Таким образом, «отношение» проявляется сразу в двух ситуациях, а именно: как процессуальное описание (добавляющее акт оценки) и устойчивое личностное образование, проявляющее человека как носителя гуманитарных ценностей. В этом человек выступает как активный участник по отношению к реальности существования, и он имеет возможность выбирать и развивает свою деятельность на ее основе. Отношения реализуются через взаимодействие среды и человека и определяют направленность личности в содержательном плане, связывают и согласовывают основные явления субъектности (взгляды, мотивы, потребности, чувства, ценностные установки).

Можно сказать, что отношения человека отражают не его субъективность, но и объективно данное содержание, поскольку в нем представлены цели. Как объективный момент личностных отношений выступает его социальная позиция, и она показывает сложность отношений, которая проявляется в системе ценностей межличностных отношений и социальной деятельности.

Изучение процесса общения и взаимодействия, восприятия в межличностных отношениях на основе ценностей - процесс, еще не реализованный в условиях Узбекистана.

Ценности являются результатом и необходимостью человеческого общения. Ценности – это процесс общения и взаимодействия, формирующийся по мере необходимости для удовлетворения потребностей человека и достижения целей[1,стр.98]. Это влияние ценностей на взаимодействие и общение между людьми, что создает у человека определенные положительные или отрицательные психологические состояния. Здесь мы даем небольшое представление о процессах коммуникации и взаимодействия. На самом деле общение – это очень необходимое для человека явление, такое как обмен информацией, выполнение практической работы, общение друг с другом. Человек испытывает в себе потребность в общении, то есть стремится удовлетворить ее как потребность. При этом формируются очень нужные правила общения. Они, как ценности, воздействуют на человека и его общение.

Общение – это такая форма межличностных отношений, с помощью которой люди вступают в психологический контакт друг с другом, обмениваются информацией, влияют, воздействуют, воспринимают, понимают и оценивают процессы. В. М. Каримова в книге «Социальная психология» утверждает, что

«Общение есть процесс вступления во взаимоотношения людей во время их различной деятельности, возникающий из потребностей их совместной деятельности». Поэтому общение как социально-психологический феномен, как социальная категория непосредственно участвует во всех сферах общественной жизни, возникает как объективная и субъективная потребность, отражающая материальные, духовные, эмоциональные, познавательные, мотивационные и регулятивные стороны сотрудничества, выступает главным фактором и основой социализации.

Известно, что ценности имеют большую роль и значение в историческом развитии человечества, а ценности формировались веками. Ценности не возникли сами по себе, а сформировались в связи с потребностями и чувствами человечества. Люди удовлетворяются этими эмоциональными процессами и формируют новые ценности, необходимые для их жизни. Ценность – это любой «объект» (в том числе и «идея»), являющийся необходимым процессом жизненной важности.

В сборнике научных трудов под названием «Ценности и общественное развитие» подчеркивается, что «когда мы говорим ценности, мы должны понимать совокупность явлений природы и благ общества, которые служат интересам и целям нации, народа и социальные группы, которые важны для людей и человечества и благодаря этому ценятся и ценятся ими». В «Аннотированном словаре Независимости» оно определяется как «Ценности - совокупность людей, отношений, ситуаций, материальных вещей и духовных богатств, имеющих важное значение для людей в обществе, уважение, престиж, авторитет[2, стр.36]».

В общении, представляющем собой процесс взаимодействия людей, формируется система ценностей, основанная на потребностях.

Следует также отметить, что общение само по себе является ценным активом. Ценностная категория изучается философами, социологами и психологами.

Ценностная наука сформировалась в середине прошлого века и определялась термином «аксеология». Во второй половине прошлого века немецкий оценщик Э. Гартман и французский ученый П. Лапи ввели эту концепцию в оборот. Анализ проблем бытия с сущностью, содержанием, формами проявления ценностей имеет давнюю историю. С древних времен люди оценивали окружающий мир, вещи и события в нем, отношения между людьми, думали об их ценности и ценности. Различные определения, данные стоимости, указывают на то, что она имеет широкий и глубокий смысл.

Многие мыслители занимались вопросами ценности. На основании этого можно будет показать людей от Сократа, Платона, Аристотеля, которые проделали важную работу и совершенствуют ее сегодня.

В более поздние периоды следующие мыслители З. Фрейд, У. Джеймс, Дж. Дьюи, М. Вебер, А. Тойинби, Э. Можно упомянуть Дюркгейма, Т. Парсонса, А. Камю, У. Ростоу, А. Маслоу. Понятие ценности также изучалось на Востоке, и мы можем изучить их в трудах восточных мыслителей. Можно показать, что Э. Юсупов, С. Шермухамедов, М. Хайруллаев, К. Назаров и другие из узбекских философов сосредоточили свое внимание на понятии ценности.

В «Философии: энциклопедическом словаре» под редакцией К.Назарова «Ценность есть философско-социологическое и аксиологическое понятие, используемое для показа общечеловеческой, социально-этической, культурно-духовной значимости тех или иных явлений действительности»[3,стр.36].

«Ценность, — пишет О. Мусурмонова, — состоит из вещей, которые ценятся людьми, и представляют собой ситуации, возникающие в результате взаимодействия, взаимодействия (с окружающей средой) на основе спроса, желания, интереса и цели людей ."

На наш взгляд, ценность – это совокупность знаний о ценностях, накопленных на основе чувства признательности, ценностного подхода и т.п.

Происхождение понятия ценности показывает, что оно сочетает в себе три основных признака: описание практического и эмоционального отношения человека к оценке вещей и событий; описание нравственных категорий, определяющих психологическое описание человека; описывают социальные явления, характеризующие отношения между людьми. Разработка понятия «ценность» позволяет условно выделить разные формы ценностей (экономические, психологические, нравственные, эстетические, познавательные, социальные), понять природу человека, механизмы его стремления к познанию, определить движущие силы познавательной деятельности.

Понятие ценности изучали также психологи Э. Г. Гозиев, Н. С. Сафаев, Ш. Баратов, В. М. Каримова, Д. Г. Мухамедова, О', Б. Шамсиев, З. Э. Абдурахманова и другие из Узбекистана.

Психологическое понимание ценностей отделяют от философских понятий и анализируют, связывая его с психическими процессами человека. Ценностям дается психологическое определение, основанное на общефилософских определениях.

Деятельность каждого человека в обществе включает в себя формы взаимодействия и влияния. Потому что любая работа требует сложного сотрудничества, такого как люди ладят друг с другом, передавая друг другу различную информацию, обмениваясь идеями. Поэтому положение каждого человека в обществе, успешность его работы, его репутация напрямую связаны с его коммуникабельностью.

Именно в этом способе взаимодействия и общения протекает жизнедеятельность человека. Человечество вырабатывало коммуникативную культуру, пригодную для общения и взаимодействия, на протяжении всего своего длительного развития. Человеческая культура представляет собой систему ценностей и развития, а ценности формируются в результате потребностей. По мере того как ценности развиваются как потребности, они становятся важным социально-психологическим процессом деятельности человека и влияют на все формы деятельности. В том числе человеческого взаимодействия и общения. В результате общения с другими людьми формируются групповые ценности, то есть согласие, применение и т. д. Например, поведение, направленное на подкрепление достижения групповых ценностей, положительно подкрепляется и является основой обучения.

Ценности – это главное явление, показывающее важность человеческих действий и практической работы в жизни человека. Поэтому в психологических исследованиях понятие «ценность» изучается в связи с личностью и определяется значимостью, ценностной направленностью и ценностями в отношениях, оценкой, эталонами, нормами, представлениями, направленностью личности и т.д. [4,стр.328]

Ценность как человеческая идея воспринимается в субъективных образах или рекомендуется как культурно-историческая норма. Как индивидуальная и социальная направленность, это стиль, определяющий конкретную жизнь как «достойное» поведение.

Российские психологи также проводили исследования, связанные с ценностями в своей работе. К ним относятся Л.С.Выготский, С.Л.Рубинштейн, Б.Г.Ананьев, Д.А. Леонтьев, А.Н.Леонтьев, И.С. Можно будет показать таких как Кон. Ценность как нормативное поведение изучалась в работах К. А. Абульханова-Славского, В. П. Гуревича, Г. Г. Дилигенского, О. Г. Дробницкого, В. П. Тугариновой и других.

Основа ценности как социального управления деятельностью и поведением связана с социально-психологической средой в обществе и социальных группах, что можно увидеть в работах следующих авторов. К ним: А.Г. Асмолов, В.Г. Асеев, Б.С. Братусь, Ф.Е. Василюк, Д.А.Леонтьев, Б.Д.Паригин, В.Е.Семенов, Е.В. Это можно увидеть в работах Шороховой и других. Ценности мотивируют людей выполнять определенные действия в управлении своими индивидуальными и групповыми ситуациями. Авторы всесторонне изучают влияние группового климата на групповой климат.

Определение понятия ценности авторами

№	Определение концепции	авторы
1.	Анализ социальной значимости жизненных событий или элементов общества и ценностей, придаваемых всем обществом или социальной группой.	Г.М. Андреева,В.А. Бодров, А.М.Визова, В.Г. Здравомыслов, К.Клохон, В.Б. Олшанский и другие.
2.	Поведенчески-мотивационная деятельность, в которой ценности связаны с местом человека в мире и достижением определенных целей.	Б.С.Братус, Л.В. Выготский, Б.Г.Ананьев, А.Н.Леонтьев, Г.Олпорт, С.Л.Рубинштейин, В.В.Столин, В.Франкл
3.	ценности, связанные с этикетом межличностных отношений, взаимопониманием людей, взаимопониманием, взаимоуважением, эмпатией.	Э. Г. Гозиев, В. Каримова, З. Э. Абдурахманова, О. Б. Шамсиев

Как видно из этой классификации, ценности достаточно изучены психологами. Ценности имеют место в человеческом общении и взаимодействии и становятся важными в самоуправлении человека. В реализации человеческих ценностей он мыслит и использует выгодную для него систему ценностей.

Ценности - неотъемлемый элемент психологического образа человека, важный фактор, влияющий на развитие, и процесс, развивающий и контролирующий самосознание человека. Личные ценности сегодня являются его важным резервом.

Поскольку психологи западных стран высказывают свои представления и мнения о факторах и средствах создания адекватных представлений о базовых ценностях и их изменения, Аронсон называет такие методы и средства «стратагемами» и делит влияние на мировоззрение человека на четыре стратагемы. .

Во-первых, взяв ситуацию под свой контроль, «начав работу после создания положительной среды для воздействия, это можно назвать влиянием на старые стереотипы, ереси». Здесь ученый объясняет сущность ереси как нечто, называемое «уже известным, естественным состоянием, возникающим само собой» в сознании человека, и для того, чтобы оказать свое влияние, он имеет в виду выразить эти известные и обычные явления в понятный язык.

Во-вторых, коммуникатор должен уметь создать положительный образ себя у аудитории. Это то, что Аронсон называет «доверием к источнику». Другими словами, убеждающий должен уметь вызвать у публики хорошее отношение к себе, понравиться ему, проявить все свои качества, чтобы завоевать репута-

цию. Например, если взять в качестве примера семью в нашем случае, то искреннее отношение и теплое отношение отца или матери к своим детям естественным образом повышает их репутацию и карьеру в глазах подростка, что, в свою очередь, повышает роль взрослых. в формировании положительного познавательного отношения к семейным ценностям.

В-третьих, к адресату следует обращаться так, чтобы все его мысли и внимание воплотились в содержании этого обращения. Автор называет это «письмо-обращение».

Так вот, здесь речь идет о качестве сообщения или отправляемой информации, в семье оно понимается так, как, например, поучения дедушек или бабушек, хадисные мысли доносятся до сознания подростка для конкретного цель.

В-четвертых, вызвать положительные эмоции у адресата. То есть действенное влияние или положительное заведение всегда зависит от способности объекта социализации контролировать свои эмоции. Ключ к этому, по Аронсону, заключается в том, чтобы «сначала пробудить эмоции, или, другими словами, уметь вызвать интерес, а затем, научив слушателя реагировать на эти эмоции, создать определенное направление в сознании слушателя»[5, стр.67].

На наш взгляд, система ценностных ориентаций человека формируется в конкретных общественно-исторических условиях, отражающих сложившиеся ценности определенного общества, что в свою очередь связано с общим экономическим и культурным уровнем его развития.

Литература.

1. Василюк Ф.Е. Метологический анализ в психологии М. из –во Смысл МГППУ 2003 г.с 98
2. Горькая Ж.В. Психология ценности. Самара: 2014 г. 26 – 36с
3. Зимбардо Ф. ,Ляйппе М. Социальное влияние. – СПБ:Изд – во «Питер», 2000. – 11 с.
4. Майерс Д. Социальная психология. СПб. Питер: 1998. 668 с.
5. Зарайский Д.А. Управление чужим поведением. – М.:1997. – 67 с.

ВОПРОСЫ МИГРАЦИОННОГО ПРОЦЕССА: ПРИЧИНЫ И КАТЕГОРИИ, ЭТАПЫ ИЗУЧЕНИЯ

Саипова М.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. В данной статье автор затрагивает вопросы изучения миграционного процесса по периодам, его категориях, реформам проводимых в нашей стране.

Ключевые слова: миграционный процесс, развитые страны, социально-экономические, демографические изменения, внутренние, внешние, рынок труда.

Annotation. The article deals with the issues of the migration process by periods, dividing in into categories and reforms carried out in our country.

Keywords*: migration process, development, socio-economic, demographic changes, internal, external, labor market.*

В древности существовало поверье, что «ты не мусульманин, пока не стал мигрантом», и сегодня оно иногда служит основанием для обоснования причин выезда в трудовую миграцию. Процесс трудовой миграции, сложный по своей природе, очень разнообразный по форме, всеобъемлющий по своим масштабам, а по своим последствиям социальный, стал нормальной ситуацией для XXI века, и теперь в него вовлечены все народы, разные слои Земли, одним словом, люди сумели охватить все живые круги. Хотя этот процесс оказывает большое влияние на общественное развитие, образ жизни населения, движение капитала, развитие регионов, формирование правовой и политической культуры общества, сам он также подвергается политическим, социально-экономическим, демографическим и другим изменениям.

С этой точки зрения мы решили взглянуть на историю изучения миграционного процесса:

Л. Л. Рыбаковский делит периодичность изучения миграции на четыре этапа:

1. Дореволюционный период (примерно со второй половины XIX века по 1917 год).

2. До войны (20-30-е годы XX века);

3. Послевоенный период (примерно с конца 1950-х до начала 90-х гг.).

4. Современный (с начала 90-х годов 20 века до начала 2000-х годов) [3].

Тапинос [4] рассматривает шесть аспектов въезда мигрантов – на законных/незаконных основаниях, легальный/нелегальный, экономически активный/незанятый. На этом основании он выделяет шесть категорий:

1. Мигранты, въехавшие в страну на законных основаниях, имеют разрешение на пребывание в стране, но работают нелегально либо потому, что этот вид работы не входит в перечень работ с дефицитом рабочей силы, либо потому, что разрешение на пребывание в стране не даёт им право на работу. (К этой категории мигрантов относятся туристы, члены семей мигрантов без разрешений на работу, студенты и домашние работники с ограниченными возможностями на рынке труда, а также лица, ищущие убежища, с ограниченными возможностями трудоустройства).

2. Мигранты, въехавшие в страну легально, но проживающие и работающие нелегально, или чьи разрешения на работу недействительны, или срок действия, других разрешений которых истек, или не имеющие разрешения на пребывание в этой стране. Предполагается, что те, кто въехал в страну легально, но проживает там без прописки, не могут легально работать. (К этой категории относятся иностранцы, срок действия визы, которых истек - туристы, рабочие, помощники по хозяйству, разлученные лица, не получившие статус лиц, ищущих убежища, или утратившие статус иммигранта в связи с решением).

3. Включая упомянутую выше категорию мигрантов, но не являющихся экономически активными (это либо члены семей, упомянутых выше мигрантов, либо законно проживающие лица, отказывающиеся от воссоединения со своими семьями или не имеющие на это права).

4. Мигранты, въехавшие в страну нелегально, не имеющие разрешения на жительство и работающие нелегально (это могут быть рабочие, члены семьи, не подавшие заявление на получение статуса лица, ищущего убежища, или беженцы).

5. Те, кто представляют ту же категорию мигрантов, упомянутую выше, но не работают.

6. Мигранты, въехавшие нелегально, но впоследствии получившие разрешение на жительство (например, после изменения их статуса в соответствии с

иммиграционным законодательством или после вступления в брак в стране-получателе), но работающие нелегально. Дополнительная категория – это дети, рожденные от нелегальных иммигрантов, которые остаются в этой стране нелегально сразу после рождения, даже не пересекая границу этой страны.

Л. Аллахвердиева и В. Габзалилова в своих статьях делят международных мигрантов на несколько категорий [2]:

- иммигранты, легально въехавшие в страну, которые в итоге трудоустроены и занимают свое место на рынке труда;
- работники, которые лично приняты в качестве трудовых мигрантов или наняты странами, которые полагаются на иностранную рабочую силу;
- нелегальные иммигранты, в том числе трудовые мигранты, как правило, занимают низшие позиции в трудовой иерархии;
- лица, ищущие убежища по политическим мотивам, а также из-за сложных экономических условий в их стране.

Международная трудовая миграция стала важнейшим элементом функционирования мировой экономики, в рамках которого можно выделить несколько основных направлений:

- миграция из развивающихся стран в экономически развитые страны;
- миграция развивающихся стран;
- миграция высококвалифицированных специалистов и научных кадров (также известная как «утечка мозгов»)

Следует отметить, что процесс миграции представляет собой ряд дисциплин: *антропология*, изучающая вопрос о том, как миграция вызывает культурные изменения, как она влияет на этническое равенство; *демография,* изучающая, как миграция влияет на характеристики населения; *экономика,* выдвигающая на первый план вопрос о том, чем объясняется решение мигрировать и оправдано ли оно; *право,* изучающее, как законодательство влияет на миграцию; *история,* которая интерпретирует то, что мигранты переживают как мигранты; *политология,* стремящаяся объяснить, почему государству сложно контролировать миграцию; *социология,* которая выдвигает вопрос о том, чем объясняются разные формы адаптации мигрантов; *педагогика,* занимающаяся образованием мигрантов и их детей, и *психология,* изучающая общее состояние участников миграции и наглядно демонстрирует их взаимосвязь.

Не остался в стороне от этого процесса и узбекский народ, издавна признавший семью священным местом. Узбеки, которые поначалу переезжали из отдаленных сел в центр города, сейчас работают и живут в разных уголках мира. По официальным данным на 2021 год более 2,5 млн граждан работают за пределами Узбекистана с целью получения дохода [5].

В нашей стране проводятся определенные реформы, касающиеся управления и регулирования процессов трудовой миграции. В частности, Указы Президента Республики Узбекистан № 404 от 11 августа 2020 года «О дополнительных мерах, направленных на привлечение малообеспеченных и безработных граждан к предпринимательской деятельности, повышение их трудовой активности и профессиональной подготовки, обеспечение занятости населения»; № 4829 от 15 сентября 2020 года «О мерах по внедрению системы безопасной, упорядоченной и законной трудовой миграции»; № 5205 от 30 июля 2021 года «О дополнительных мерах по стимулированию граждан, направляющихся в организованную трудовую миграцию за границу»; № 149 от марта 2022 года «О дополнительных мерах по поддержке граждан Республики Узбекистан и членов их семей, занятых на временной работе за рубежом» - служат для создания механизмов занятости посредством:

- внедрения эффективных механизмов внутреннего и внешнего рынка труда;

- повышения занятости населения;

- обучения малоимущих и безработных граждан современным профессиональным и предпринимательским навыкам;

- на их основе привлечение к трудовой и предпринимательской деятельности, приносящей постоянный доход, и обучение их профессиям и иностранным языкам исходя из требований иностранных работодателей.

По сведениям Министерства занятости и трудовых отношений Республики, Узбекистан на июнь 2022 года при учете членов семей граждан, выехавших за границу на длительный срок, общее количество составило 1 135 635 граждан, из них 2 489 489 человек женщины и 46 146 мужчины. А количество людей, уехавших за границу, значительно увеличилось в 2021 году по сравнению с 2019 годом [1].

В заключение можно сказать, что поскольку миграционный процесс охватывает весь мир и учитывая развитие механизмов межгосударственного сотрудничества, серьезное внимание к вопросам социальной защиты членов семей граждан, выезжающих в трудовую миграцию, ограниченность кадров ответственных министерств и ведомств, высших учебных заведений, желательно увеличить объем исследований независимых исследователей по изучению миграционного процесса.

Литература.

1. Ўзбекистон Республикаси Бандлик ва меҳнат муносабатлари вазирлиги ҳузуридаги Ташқи меҳнат миграцияси агентлиги 2022 йил 14 июндаги 02/00-04/22-559-сонли хати.
2. Аллахвердиева Л., Габзалилова В. Миграция и рынок труда.//Междисциплинарное учебное пособие Под ред. Ж.Зайончковской, И.Молодиковой, В.Мукомеля. – Москва: Адамантъ, 2007.
3. Рыбаковский Л.Л. Региональный анализ миграций. – М., 1973. 13-б.
4. Tapinos, Georges. 2000. Irregular immigration: economic and political issues. In OECD. Combating the illegal employment of Foreign Workers. Paris: OECD, pp. 16-17 90.
5. https://mehnat.uz/uploads/filemanager/source/Бандлик_тахлили_1_кв_январь_март.pdf.

ВЗАИМОСВЯЗЬ НАЛИЧИЯ ИЛИ ОТСУТСТВИЯ СУДИМОСТИ НА СКЛОННОСТЬ ЛИЧНОСТИ В БЕЗДОМНОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

Санина М.В.
(г. Гомель, Беларусь)

Аннотация. в статье обращено внимание на объективные социальные предпосылки формирования отклоняющего типа поведения личности и его особенностям во взаимосвязи от наличия или отсутствия судимости. Изменяющаяся индивидуальность личности при ее несоответствии установленным в обществе нормам подвергается различным изменениям, склонна к деструктивности и асоциальному образу жизни. Исследование в этой области обусловлено высокой практической значимостью, определяемой увеличивающимися масштабами бездомности, в том числе и лиц, освободившихся из мест лишения свободы.

Ключевые слова: девиации, деструктивность, бродяжничество, лицо без определенного места жительства, асоциальное поведение, отклоняющееся поведение.

Abstract. The article focuses on the objective social prerequisites for the formation of a deviant type of personality behavior and its features in relation to the presence or absence of a criminal record. The changing individuality of a person, when it does not correspond to the norms established in society, undergoes various changes, is prone to destructiveness and an asocial lifestyle. Research in this area is due to the high practical significance, determined by the increasing scale of homelessness, including those released from places of deprivation of liberty.

Key words: deviation, destructiveness, vagrancy, homeless person, antisocial behavior, deviant behavior.

Принятие индивидуальности каждой личности является социально значимым компонентом общества и одним из факторов, по которому можно судить о развитии общества. Функционирование социальных систем воздействует на процесс развития личности в системе социальных отношений [2, с.86]. Становление каждой личности протекает со сложностями и противоречиями, преодолевая которые личность корректирует сложившиеся паттерны и модели поведения.

При мотивации к поиску конструктивного выхода из кризисного состояния формируются потенциальные возможности развития психики, сознания, способность к познанию, к труду. Различные стрессогенные факторы разной природы часто носит напряженный характер и могут способствовать критическим состояниям личности [8, с. 345].

Врожденные и приобретенные факторы дают возможность личности проявлять различные модели поведения в каждом индивидуальном случае [2, с. 284]. В поведении личности именно обучение играет более важную роль, т.к. врожденные модели поведения модифицируются опытом.

Стресс является критически событием в экзистенции человека, современная личность пребывая в состоянии экзистенциальной фрустрированности, испытывает целый комплекс психологический девиаций: депрессию, страх, тревогу, агрессию, горе, гнев, стыд, вину, неполноценность и т.д.

В современном обществе наличие и отсутствие судимости оказывает большое влияние личности на возможность социализироваться, найти постоянный источник дохода. Данная категория граждан находится в неблагоприятной ситуации, им достаточно проблематично найти работу или сохранить ее на до-

статочно долгий период времени. Зачастую именно предвзятое отношение общества является источником сложности в трудоустройстве данной категории граждан [1].

Проблеме ресоциализации лиц, освобожденных из мест лишения свободы, посвящено большое количество исследований [6], но, тем не менее, данная тема имеет огромную теоретическую и практическую значимость.

Большая часть бывших осужденных имеет проблемы с жильем, т.к. они составляют группу риски по бездомности по причине потери жилья во время или после отбытия наказания [3, с. 41–44]. Такие люди в соответствии с законом могут быть размещены в организациях социального обслуживания или им могут быть предоставлены социальные услуги. Помощь в жилищном обеспечении бывшим заключённым оказывают также некоммерческие организации, которые организуют ночлежки, приюты. В качестве примера можно привести опыт «Центра временного пребывания» для лиц БОМЖ религиозной миссии «Надежда» Союза Евангельских христиан баптистов в Республике Беларусь в городе Гомеле, в котором кроме реабилитационного приюта организован ночной приют, где могут переночевать 20 человек.

Процесс адаптации индивидов, которые подвергались психотравмирующим воздействиям стрессогенных факторов (например, отбывание в местах лишения свободы), бывает достаточно осложненным, что может способствовать возникновению деструктивных феноменов и неблагоприятного деструктивного изменения личности [4, с.8–12]. Исследование процесса адаптации лиц без определенного места жительства, освободившихся из мест лишения свобод, во взаимодействии с деструктивными факторами социальной среды, может стать источником для укрепления и сохранения их психического здоровья [5, с. 8–10].

С практической точки зрения данная проблема обусловлена необходимостью совершенствования и оптимизации адаптационного процесса после их освобождения из мест лишения свободы [7].

Литература.

1. Ананьев О.Г. Ресоциализация и социальная адаптация осужденных, освобождаемых из исправительных учреждений: курс лекций. Рязань, 2011.
2. Асмолов, А.Г. Психология личности: Учебник / А.Г. Асмолов. — М.: Изд-во МГУ, 1990. — 367 с.
3. Борсученко С.А. Социальная адаптация осужденных и меры по ее обеспечению: опыт зарубежных стран // Вестник РПА. 2013. № 1. С. 41 –44.
4. Игнатьев А.М. Социально-психологическая адаптация осужденных в местах лишения свободы // Уголовно-исполнительная система: право, экономика, управление. 2018. № 6. С. 9 – 12.
5. Мусаелян М.Ф. Об обеспечении постпенитенциарной адаптации осужденных и предотвращение рецидивной преступности // Уголовно-исполнительная система: право, экономика, управление. 2010. № 6. С. 8 – 10.
6. Потемкина А.Т. Подготовка осужденных к освобождению и вопросы ресоциализации. Наказание и исправление преступников: пособие / А.Т. Потемкина; под руководством ред. Проф. Ю.М. Антоняна. М., 1992;
7. Тумаров К.С. Ресоциализация осужденных в пенитенциарном учреждении в условиях современной России: Дисс. на соиск. ученой степени кандидата социологических наук. Ставрополь. 2012.
8. Фромм Эрих Анатомия человеческой деструктивности / Эрих Фромм; [пер. с нем. Э. Телятниковой]. – Москва: Издательство АСТ, 2018. – 736 с.

ЭЙДЖИЗМ В ОТНОШЕНИИ «СЕРЕБРЯНЫХ» ВОЛОНТЕРОВ КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

Серова Е.А.
(Россия)

Аннотация. Статья посвящена постановке проблемы и исследованию проблемы эйджизма в волонтерской среде. Раскрывается понятие «серебряного» волонтерства как формы социальной активности людей пожилого возраста. Рассматриваются вопросы проявления эйджизма в отношении «серебряных» волонтеров. Приводятся результаты исследования факторов, сдерживающих людей «серебряного» возраста от участия в волонтерской деятельности.

Ключевые слова. Волонтерство; волонтерская деятельность; «серебряное» волонтерство; «серебряный» возраст, сегрегация, эйджизм.

Annotation. The article is devoted to the formulation of the problem and the study of the problem of ageism in the volunteer environment. The concept of "silver" volunteering as a form of social activity of elderly people is revealed. The issues of the manifestation of ageism in relation to the "silver" volunteers are considered. The results of a study of the factors that deter people of "silver" age from participating in volunteer activities are presented.

Keywords. Volunteering; volunteer activity; "silver" volunteering; "silver" age, segregation, ageism.

Введение. В настоящее время в российском обществе прослеживается тенденция повышения социальной активности людей предпенсионного и пенсионного возраста. Пожилые люди часто продолжают трудовую деятельность, даже после выхода на пенсию. Кроме того, пожилые люди готовы участвовать еще и в различных социально-значимых мероприятиях на волонтерских началах. Волонтерство для них является возможностью продолжать вести активный образ жизни, участвовать в общественных делах, быть частью гражданского общества.

Волонтерство приносит в жизнь пожилых людей множество позитивных моментов. Оно способствует ресоциализации, позволяет людям чувствовать свою значимость и причастность к жизни социума, позволяет передавать жизненный опыт и мудрость младшим поколениям, способствует активному долголетию, благоприятно воздействует на психоэмоциональное состояние. Все эти обстоятельства благоприятствуют формированию в обществе особой социальной группы людей старше 55 лет, занимающих активную гражданскую позицию. Эта группа получила название «серебряных волонтеров». Это люди, обладающие большим жизненным опытом, готовых тратить свободное время на участие в различных общественных мероприятиях, проявлять социальную активность.

«Серебряное» волонтерство является особым видом просоциальной активности, подразумевающей участие людей старше 55 лет в мероприятиях, направленных на решение социальных, культурных и других проблем в обществе, не связанных и с извлечением прибыли [Карманов, Золотарева, 2020, с. 231].

Помимо всего прочего, волонтерство может и должно стать одним из способов преодоления эйджизма. Эйджизм представляет собой одну из ярких форм дискриминации пожилых людей, проявления негативного стереотипного отношения в обществе к определенной группе по признаку возраста,

нивелирование значимости пожилых людей в системе распределения социальных ролей и коммуникационного взаимодействия.

Говоря волонтерской деятельности, исследователь О. А. Парфенова подчеркивает: «Подобная активность, помимо прочего, приводит к трансформации социально-культурных аспектов исключения, включающих в себя эйджизм и возрастную дискриминацию, символическое и дискурсивное исключение. У пожилого человека появляется возможность и инструмент, чтобы реализоваться и стать «видимым» в обществе» [Парфенова, с.131].

Тем не менее, в российском обществе волонтерская деятельность людей «серебряного» возраста пока находится в процессе институционализации. Для многих российских городов участие «серебряных» волонтеров в различных социально-значимых мероприятиях является новым опытом. Можно сказать, что и сама волонтерская среда не является свободной от эйджизма.

Цель и методы исследования. С целью выявления основных факторов, сдерживающих людей «серебряного» возраста от участия в волонтерской деятельности в марте 2022 года было проведено исследование методом контент-анализа интервью «серебряных волонтеров в СМИ.

Результаты.

В результате контент-анализа были выявлены факторы, сдерживающие людей «серебряного» возраста от участия в волонтерской деятельности, среди которых, наряду с такими факторами, как ограничения, связанные с пандемией коронавирусной инфекции и большой психо-эмоциональной нагрузкой на волонтеров, были выявлены и факторы социальной дискриминации пожилых людей в волонтерской среде.

Среди всех сдерживающих факторов упоминание о проявлениях эйджизма и скептицизма встречались наиболее часто (в 77,78% упоминаний). Так, например, волонтеры отмечали, что им постоянно приходится доказывать свою физическую состоятельность и способность ответственно выполнять порученную работу.

«Серебряные» волонтеры говорили о том, что организаторы мероприятий предпочитают задействовать «молодые лица» для большей привлекательности. Кроме того, некоторые волонтеры отмечали, что выделение их в отдельную группу под названием «серебряные» воспринимается ими как сегрегация в волонтерской среде, что приносит им ощутимый психологический дискомфорт.

Выводы. Таким образом, можно сделать вывод, что в настоящее время «серебряное» волонтерство только набирает обороты. Все большее количество активных граждан старше 55 лет становятся участниками различных мероприятий и форм просоциальной активности, обладают огромным потенциалом, подкрепленным жизненным опытом и свободным временем. Волонтерство для них является полезным и значимым, позволяет продолжать активную жизнь, сохранять социальный статус и возможность поддерживать социальные контакты. Но, несмотря на эти позитивные тенденции, люди «серебряного» возраста продолжают подвергаться дискриминации и сегрегации в волонтерской среде, подобно тому, как это происходит в трудовой сфере, медицине и межличностном общении. В преодолении этой проблемы необходим комплексный подход со стороны организаторов волонтерских объединений и движений, психологов, специалистов социальной сферы, органов законодательной власти и других социальных институтов.

Литература.
1. Карманов М.В., Золотарева О. А. "Серебряные" волонтеры как объект прикладных исследований // Научные труды Вольного экономического общества России, 2020. №2. С. 226–240.
2. Парфенова О. А. Вовлечение пожилых в волонтерскую и гражданскую активность как инструмент преодоления социального исключения // Мониторинг. 2020. №4 (158), С. 119-135.

Квантовый инжиниринг человека. Преобразование энергоинформационных объектов. Действительность и Реальность.

Суров В.М. (Россия)

Аннотация. Продолжение темы Квантовый инжиниринг человека. Введено новое понятие «инфоплотность». Описаны способы преобразования энергоинформационных объектов. Рассмотрены подробно понятия «действительность» и «реальность».

Ключевые слова: время, вселенная, реальность, действительность, сознание, информация, энергия, объект.

Annotation. Continuation of the theme Quantum human engineering. A new concept of infodensity has been introduced. The ways of transformation of energy-information objects are described. Validity and Reality are considered.

Key words: time, universe, reality, validity, consciousness, information, energy, object.

Введение.

В предыдущей статье [1] мы рассмотрели, что все миры, включая и наш физический, состоят из энергоинформационных структур, которые различаются по количеству информации, заключенной в энергии.

Следует заметить, что информация тут главный компонент и задает все основные характеристики структуры объекта, а энергия выступает как каркас, как несущая, как контейнер для информации. Объекты в нашем материальном мире, причем совершенно разной плотности отличаются не типом энергии, а информацией в ней заложенной. Энергия же, как несущая, везде одинакова и это энергия хаоса, не имеющая никакого окраса, характеристик и других свойств. Поэтому мы в энергоинформационных объектах имеем дело с информацией, именно она поддается преобразованию, а не со строительным материалом в виде энергии.

Инфоплотность.

Хотелось более подробно остановиться на важной характеристике энергоинформационных структур - плотности информации в энергии.

Назовем плотность информации в энергии как **Инфоплотность мира** (в дальнейшем просто инфоплотность) и попробуем ориентировочно рассчитать инфоплотность для нашего материального мира.

Для чего это нужно? Это будет характеризовать порядок инфоплотности в нашем мире. Сюда укладываются все плотности от самых тонких структур нашего материального мира, не видимых глазу и не ощущаемых человеком, до самых плотных тяжелых элементов таблицы Менделеева. Все другие миры, например, еще более тонкий, будут иметь скачкообразно изменившуюся инфоплотность сразу на несколько порядков по сравнению с нашим физическим.

Оценить этот порядок, к сожалению, пока мы не сможем, так как не знаем до конца принципов устройства этого мира.

Расчет носит приблизительный характер, т. к. нет еще способов оценить полное количество информации в конкретном объекте.

С энергией проще, есть знаменитое уравнение Эйнштейна, согласно которому полное количество энергии в веществе можно подсчитать по формуле E = M x C x C, где E – это полная энергия заключенная в веществе массой M, C – это скорость света. [4]

Информацию в байтах попытаемся подсчитать таким образом – у каждого атома в кристаллической решетке есть место в пространстве с координатами x, y, z плюс добавим еще 4 параметра атома (например, порядковый номер в таблице, массовое число и т.д.) . Всего получим 7 параметров (в реальности этих параметров больше) каждый параметр будем кодировать в 16 двоичных символа (бита), что равно 2 Байтам.

Возьмем, к примеру, твердое тело - 1 кг Алюминия.

В 1 кг Алюминия содержится 2,2 x 10**25 атомов, тогда количество информации I в 1 кг будет I = 2,2 x 10**25 x 7 x 2 байта = 3,1 x 10**26 Байт

В 1 кг Алюминия содержится энергии E = 1 кг x (3 x10**8)**2 = 9 x 10**16 Дж

Плотность упаковки информации – Инфоплотность будет равна I / E

Инфоплотность твердого тела = 3,1 x 10**26 / 9 x 10**16 = 3,44 x 10**9 Байт/Дж = **3,44 ГБ/Дж**

Для сравнения рассчитаем Инфоплотность в сети интернет. Возьмем гигабитную сеть на максимальной скорости это максимум 80% от теоретической возможной, т.е. 1 Гбит/с будет 800 Мбит/с или 100 МБ/с.

Оценим работу (энергию) электрического тока по переносу этой информации A = I x U x t, где I это сила тока в сети интернет, U – напряжение в сети интернет, t – время 1 сек.

A = 0,04 A x 48 B x 1 сек = 1,92 Дж примерно 2 Дж

Инфоплотность 100МБ / 2 Дж = **50 МБ/Дж**

Видно что, инфоплотность информации в интернете значительно ниже, чем в твердом веществе, поэтому данное явление не воспринимается нами как объект и не является энергоинформационной структурой, еще и по причине того, что это динамический процесс течения информации.

Мир, который менее плотный, чем наш, будет иметь инфоплотность на порядки меньше, чем 3,44 ГБ/Дж.

Мир, который более плотный, чем наш, будет иметь инфоплотность на порядки больше, чем 3,44 ГБ/Дж.

В нашем же мире инфоплотность может меняться только в разы от твердых тел до газообразных или даже более тонких структур, чем газ.

Преобразования.

Есть основные два типа преобразования:

- Добавление энергии при постоянном количестве информации.
- Добавление информации при постоянном количестве энергии.

И третий не основной тип преобразования, когда происходит добавление как энергии так и информации.

Преобразование первого типа давно известны человечеству и он хорошо может их осуществлять, например, это всем знакомые фазовые переходы вещества.

При фазовых переходах не меняется суть вещества, например водяной пар и лед имеют одну суть вода, меняется только агрегатное состояние и некоторые физические свойства. При добавлении энергии к воде, инфоплотность

уменьшается и получается менее инфоплотное тело – газ, в нашем случае это водяной пар. При заборе энергии у воды, инфоплотность растет и получается более инфоплотное тело, чем вода, а именно лед.

Поэтому полные свойства объекта материального мира определяет не только информация, заключенная в энергии, которая является сутью, но и инфоплотность, которая задает агрегатное состояние вещества.

Первый тип преобразований достигается добавлением или забором энергии, в простейшем случае нагреванием или охлаждением, как в примере с водой.

Второй тип преобразования более сложный, так как требует бОльших знаний.

В свою очередь он делиться на несколько подтипов:

2а. Смешение веществ. (например, приготовление растворов)

2б. Разделение веществ. (например, выпаривание соли из раствора)

2г. Преобразование вещества и синтез вещества. (например, радиоактивный распад или термоядерный синтез)

Первые два это древние типы преобразований и они нам не столь интересны, тут нет прямой работы с информацией.

Более интересны современные способы преобразований, когда человек уже узнал о наличии информации и способы, как с ней взаимодействовать. По времени это относиться к началу 20 века. Нам будет важно, что информацию можно обрабатывать, преобразовывать, считывать, записывать и хранить на специальных устройствах. При открытии информации люди даже не задумывались, чем она является на глубинном уровне смысла. Математики ассоциировали информацию с цифрами и формулами, компьютерщики ассоциировали с битами и байтами, специалисты по передаче сигналов с разным уровнем электромагнитной энергии, то есть все они ассоциировали информацию либо с абстракциями, либо с энергиями, потому что по сути сама по себе информация не имеет физической структуры, это как бы пустота, ее как бы нет и она есть. Удивительная вещь информация, если капнуть вглубь. Подробнее ее суть, смыслы раскрываются в философии информации, но этой темы мы не будем касаться в данной статье. Важно другое, что если менять информацию в энергоинформационном объекте, то поменяется его суть. Например, при делении ядер вещества уран образуются более простые вещества, количество информации падает и выделяется энергия. Для управления этим процессом, нужны уже особые знания человечества о ядерной энергетике. Интересно посмотреть, что будет при увеличении информации в объекте на это направлен синтез новых сверхтяжелых элементов в таблице Менделеева. В природе самый тяжелый элемент это Уран с порядковым номером 92, попытки синтезировать более тяжелые вещества наталкиваются на их короткий период жизни. Что говорит о наличии границы увеличения инфоплотности, вырасти больше которой, ей не получается. Эта граница упоминалась в моей первой статье в виде аксиом. [1]

Получается так, что создание, преобразование вещества происходит путем какого-либо изменения количества или характера информации в объекте.

До сего момента разговор шел о неживых объектах нашего физического мира, но как мы понимаем, они не могут сами изменять информацию, так как не имеют специальных средств для приема, записи, хранения и обработки информации.

Такое средство есть только у человека и называется оно – сознание. Но если быть точным, сознание выступает как управляющее и вычислительное

средство, а непосредственно добавляет к энергии информацию другое устройство, о котором будем сказано в следующих статьях.

Значит, только человек может создавать новые энергоинформационные объекты и преобразовывать старые.

Действительность и Реальность.

Физики настаивают на объективном существовании действительности именно за пределами сознания и поэтому не смешивают действительность досознательную (то есть ту, которая еще не присутствует в сознании) и ее представление в объектной пространственно-временной форме в сознании. Но тут удивительно то, что физики, моделируя и исследуя действительность, фактически оперируют с ее моделью представленной в сознании. И еще следует обратить внимание на то, что копенгагенская интерпретация квантовой механики [5] говорит, что частицы не обладают независимой реальностью – когда над ними не ведется наблюдение, то свойств у них нет. А наблюдение это одно из качеств нашего сознания. По сути, наблюдая, мы создаем. Вот, что по этому поводу говорил физик Дж. Уилер: «Ни одно элементарное явление не является явлением реальным, пока оно не становится явлением наблюдаемым» А в 1990 году Уилер [10] высказал предположение, что информация является фундаментальной концепцией физики. Согласно его доктрине it from bit (все из битов или информации), все физические сущности являются информационно-теоретическими в своей основе. Это уже взгляды цифровой физики, согласно которой Вселенная, по сути, является информацией и, следовательно, является вычислимой. Собственно этих взглядов и придерживается автор этой статьи с небольшим уточнением - Вселенная вычисляемая, но состоит из энергоинформационных объектов, которые не являются виртуальными или чисто информационными, а представляют собой сложно организованную и упакованную энергию. Хочется вспомнить вопрос А. Эйнштейна, в котором он спрашивал Н. Бора: «Разве Луна существует только тогда, когда мы на нее смотрим?» [6] Ответ на этот вопрос может быть таким - Луна существует, пока есть наблюдатели (человечество) и животные, которые на нее смотрят. И как только ни один наблюдатель не будет смотреть, она станет постепенно распадаться на энергию и информацию (аксиома №6) [1]

Получается парадокс, для актуального существования физической Вселенной копенгагенская интерпретация требует существование наблюдателя вне Вселенной, который бы наблюдал бы все события подобно БОГУ, в противном случае Вселенная никогда бы не смогла проявиться и навсегда осталась бы в состоянии суперпозиции многих возможностей. Решением этого парадокса является то, что мы (человечество) сами создаем объектную действительность, как один из способов репрезентации объективной реальности. В этом случае можно говорить о редукции в Сознании представления реальности в процессе наблюдения из досознательной формы в объектную, пространственно-временную форму. Животные не могут осуществлять репрезентацию объективной реальности, но они могут удерживать энергоинформационные объекты действительности от распада. Пространство и время есть способ визуализации в сознании объектной действительности в локальном проявлении. Нелокальность пока мы не будем трогать. А. Пуанкаре в своих последних работах обращал внимание, что физическое пространство, его размерность и метрика существенно определяются не столько физическими принципами, сколько нашей психофизиологией. [7]

Остановимся чуть подробнее, как происходит репрезентация объективной реальности в сознании. То, что представляется нашему сознанию, появляется из бессознательного (альтернативные названия могут звучать так - коллективное бессознательное, коллективное сознание, я его буду называть **Надсознание**). Получаются две подсистемы сознания и надсознание, причем сознание не видит надсознания по причине разных принципов представления реальностей, рис. 1. То есть усматривается определенная граница между сознанием и надсознанием. О наличии некой границы говорил Петренко В. Ф. и Супрун А. П. в своих публикациях. [2], [3]

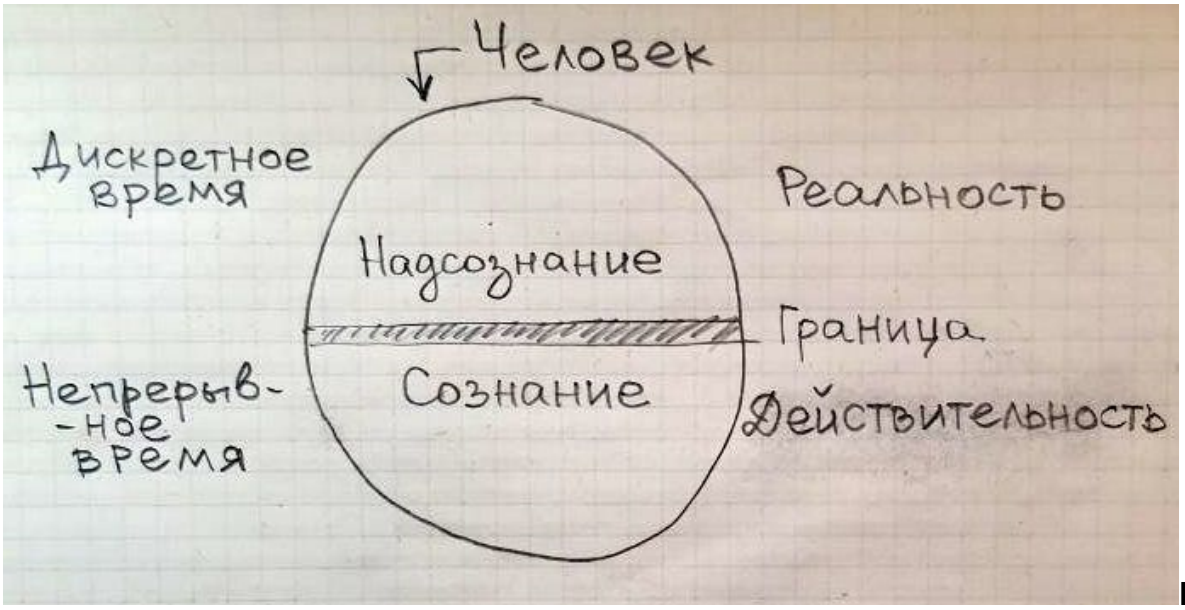


Рисунок 1.

Чтобы не было путаницы между реальностями, ту реальность, с которой оперирует сознание, я буду называть **действительностью**. От слова действия, которые мы совершаем в нашем физическом мире. Я уже с самого начала в статье употреблял слово действительность именно в этом обозначении. Тогда под **реальностью** будем понимать то, что происходит в надсознании. Рис. 1

Будем считать, что надсознанию представлены состояния реальности, а сознанию транслируется эти состояния в удобной объектной пространственно-временной форме. Причем в досознательной форме мы имеем представление реальности в виде дискретных состояний в вероятностной форме, которые транслируются в сознание уже в редуцированной пространственно-временной, непрерывной объектной форме.

Причем в сознании действительность и в надсознании реальность, хотя и эквивалентны относительно предоставляемого содержания, но имеют кардинально разные способы представления. Первое представление привычное объектное, локализованное, пространственно-временное описание. Это описание в виде непрерывных процессов. Второе представление целостное, вневременное, дискретное, вероятностное. Вневременное во втором представлении – это отсутствие времени в нашем классическом понимании, что не отрицает возможности индексации состояний и выстраивание их в некоторую последовательность. В этом представлении время дискретно, т.е. оно существует в виде функций Дирака (дельта функция) [8] и определено только в точках существования состояний, рис. 2. Для нас будет важно такое свойство Дельта функции, что интеграл или площадь с бесконечной высотой и нулевой шириной равна 1, это определяет точечность

времени, а по сути, получается ряд натуральных чисел, которые номеруют состояния.

На рисунке 2 отмечены три периода в жизни Вселенной. Первый и второй - период формирования вселенной и момент запуска времени отсчета во Вселенной. Период формирования происходит без времени. Третий - состояния вселенной, в периоде ее развития. Дискретное время в моем понимании отличается от гипотезы Пуанкаре в работе «Гипотеза квантов» о дискретной Вселенной в которой говорится , что она должна скачком переходить из одного состояния в другое, но в промежутках между скачками остается неизменной, и различные моменты, в течение которых она сохраняет свое состояние, нельзя было бы уже отличить друг от друга; мы приходим, таким образом, к прерывистому течению времени, к атомам времени. (9)

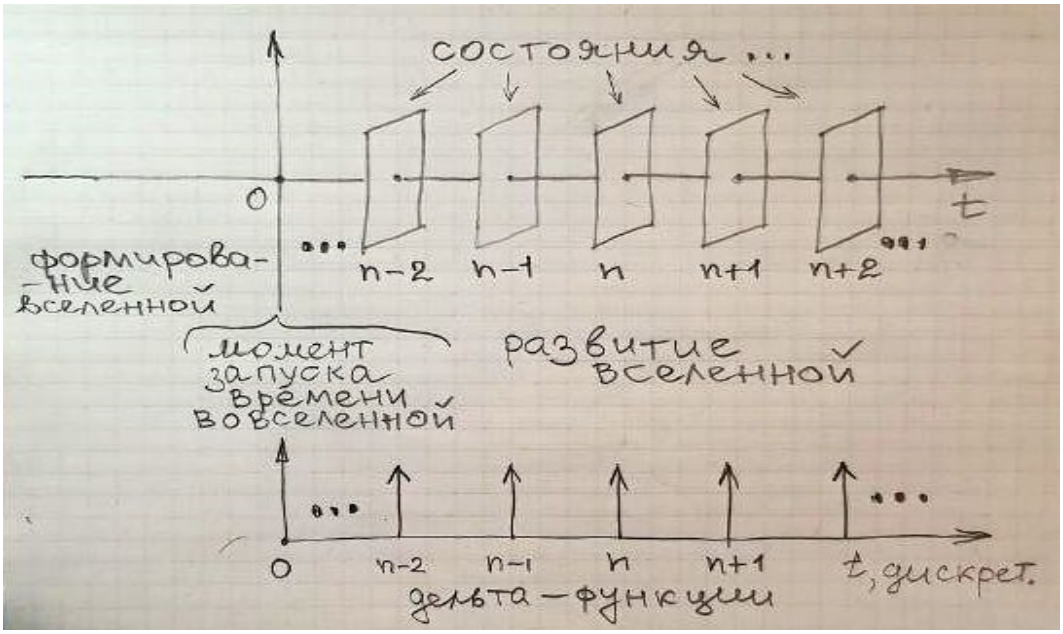


Рисунок 2.

У Пуанкаре речь идет про то, что наша Вселенная и есть дискретная.

С моей точки зрения - Вселенные разнесены. Существует Вселенная непрерывная с обычным временем – наша действительность и действующим в ней сознанием и Вселенная квантовая - реальность с дискретным временем и работающим там надсознанием, но это уже тема для следующей статьи.

Литература.

1. Суров В.М. Квантовый инжиниринг. Введение. Статья. Вестник ИП. Выпуск 23. 2021. Стр. 305.
2. Петренко В. Ф., Супрун А. П. Методологические пересечения психосемантики сознания и квантовой физики. 2017. Стр. 57
3. Петренко В. Ф. К проблеме психологии сознания // Вопросы философии. 2010. №11 стр. 57-74
4. Эйнштейн А. О принципе относительности и его следствиях // Теория относительности. Избранные работы. — Ижевск: НИЦ «Регулярная и хаотическая динамика», 2000.
5. Гейзенберг В. Развитие интерпретации квантовой теории // Нильс Бор и развитие физики / сб. под ред. Паули В. — М: ИЛ, 1958. — С. 23—45
6. Пайс А. - Научная деятельность и жизнь Альберта Эйнштейна. 1989.
7. Пуанкаре А. Избранные труды. 1973. Т. 3
8. Кудрявцев Л. Д. Краткий курс математического анализа. — Том 2.

9. Пуанкаре А. Избранные труды. М. 1973. Т. 3. Стр. 556
10. Уилер Джон. Статья. Информация, физика, квант — поиск связей. 1990.

ПРОФЕССИОНАЛИЗМ МЕНЕДЖЕРА ПО ПРОДАЖАМ

Теляковская К.Л.
(г. Москва, Россия)

Аннотация. В статье раскрываются проблемы, основные детерминанты, становление профессионализма у менеджеров в профессиональной карьере

Ключевые слова: Профессионализм, карьера, деятельность, личность, качества, профессия, становление

Annotation. The article reveals the problems, the main determinants, the formation of professionalism among managers in a professional career

Keywords: Professionalism, career, activity, personality, qualities, profession, formation

Профессионал – специалист в определенной области деятельности, достигший требуемого для эффективного и надежного выполнения трудовых задач мастерства, т. е. необходимого объема профессиональных знаний, навыков и умений. В психологическом плане профессионал – субъект деятельности, у которого профессионально важные для конкретного вида труда личностные качества (мотивационные, когнитивно-волевые, характерологические и др.) соответствуют требованиям данной профессии или специальности, представляют собой специфическую, относительно устойчивую структуру и обеспечивают формирование и оптимальную, эффективную реализацию операционной сферы личности [1].

Диалектика процесса становления профессионала, по мнению Л. М. Митиной, заключается в том, что по мере расширения круга потребностей, связанных с ведущей профессиональной деятельностью, человек фактически выходит за её пределы [4].

При профессиональной самореализации важная мотивация. Существует множество определений понятия «мотивация». Например, отечественные ученые рассматривали мотивационную сферу с разных точек зрения: мотивация как система центра психических феноменов (Выготский), мотив как цель (Леонтьев), мотив как условия существования (Вилюнас) мотив как потребность (Рубинштейн), мотив как причина (Мясищев) и мотив как установка (Узнадзе).

Теория потребности Д. Мак-Клелланда делает упор на потребности высших уровней. Согласно теории мотивации Мак-Клелланда, поведение человека в ситуациях, связанных с деятельностью в группе, формирует следующие стремление: 1) к власти; 2) к успеху; 3) к признанию. Данная теория определена нами как теоретико-методологическая основа данного исследования.

В широком понимании карьера — профессиональное продвижение, рост как этапы восхождения человека к профессионализму, переход от одних его уровней к другим. Результат карьеры — высокий профессионализм человека, достижение признанного профессионального статуса. В более узком понимании карьера — это должностное продвижение. То есть это не только овладение

уровнями и ступенями профессионализма, но и достижение определенного социального статуса в профессиональной деятельности, занятие определенной должности.

В теории профессионального самоопределения Д. Сьюпера рассматривается 3 этапа профессионального пути: а) этап роста (от рождения до 14 лет). У детей появляются интересы, которые могут повлиять на будущую профессиональную карьеру; в) этап исследования (от 15 до 24 лет). Юноши и девушки пытаются разобраться и определиться в своих потребностях, интересах, способностях, ценностях и возможностях; в) этап упрочения карьеры (от 25 до 44 лет). Работники стараются занять прочное положение в выбранной ими сфере деятельности.

Понятие карьерных ориентаций является достаточно новым для российской психологии, оно возникло в американской психологии и основано на концепции «якорей карьеры» Эдгара Шейна. По мнению Шейна, «карьерные якоря» — это ряд представлений сотрудника о себе, ключевые ценности, мотивы, навыки, определяющие выбор карьеры. По «якорям» можно предсказать, какой вид карьеры окажется для человека наиболее удовлетворительным, поскольку люди пытаются выбрать способ жизни согласно наиболее важным для них ценностям.

Основные особенности профессионала заключаются в наличии знаний на уровне эксперта в определенной области, профессиональная гибкость: автономность в работе – умение работать в команде, корпоративность, глубокая заинтересованность в своей деятельности, умение работать на перспективу, принадлежность к профессиональным структурам, бескорыстное служение делу, синтез стандартного и творческого профессионального мышления и поведения, открытость новому, готовность к постоянным изменениям, эффективная демонстрация своих возможностей в определенной области [3, 5].

Особенность профессиональной деятельности менеджера по продажам заключается в том, что ее содержание сводится к необходимости межличностного взаимодействия и владению информацией о товарах и услугах. Осуществляется данная деятельность по трем основным направлениям: информационном (диагностирование потребностей клиента и предоставление ему нужной информации), эмоциональном (создание зоны эмоционального комфорта для клиента), физическом (организация правильного физического контакта с клиентом).

Выделяют три основные группы требований к менеджеру по продажам: требования к знаниям (подразумевают осведомленность профессионала в основных и значимых компонентах своей деятельности), требования к умениям (владение основными необходимыми операциями, которые используются в деятельности менеджера продаж), требования к личности (презентабельный внешний вид, личное обаяние, умению соблюдать этикет, развитые коммуникативные навыки, высокий уровень стрессоустойчивости, организованность, энергичность, амбициозность, решительность). Успех в профессиональной деятельности, проявляется, прежде всего, в достижении работником значимой цели и преодолении или преобразовании условий, препятствующих достижению данной цели.

Литература.

1. Бодров В. А. Психология профессиональной деятельности .- М.: ИП РАН, 2006.

2. Козлов В.В. Движение за развитие человеческого потенциала. – Ярославль, РПФ «Титул», 2017. – 198 с.
3. Маркова А. К. Психология профессионализма .- М., 1996.
4. Митина Л.М. Психология профессионального развития учителя. М.: Флинта, Московский социально-психологический институт, 1998.
5. Поваренков Ю. П. Психологическое содержание профессионального становления человека.- М.: Изд-во УРАО, 2002.

ОСОБЕННОСТИ АЛЬТРУИСТИЧЕСКОЙ ПОЗИЦИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Тилавов М.Х.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. В статье представлено исследование половозрастных различий в показателях личностной эмпатии, альтруизма и эгоизма, а также корреляционный анализ взаимосвязи между ними в рамках трех возрастных групп: подростковой, ранней зрелости и поздней зрелости.

Ключевые слова: эмпатия, альтруизм, эгоизм, пол, возраст.

Abstract. The article presents a study of gender and age differences in indicators of personal empathy, altruism and selfishness, as well as a correlation analysis of the relationship between them within three age groups: adolescence, early adulthood and late adulthood.

Keywords: empathy, altruism, selfishness, gender, age.

Социально-экономические изменения, происходящие в настоящее время в мире, обусловили новую волну интереса к проблеме морального развития, возникшую в последнее десятилетие (C.D. Batson, D.L. Krebs, N. Eisenberg, M.L. Hoffman, C. Zahn-Waxier). Современное общество, в котором на первый план выходят принципы успешности, личных достижений, неизбежно ставит перед развивающейся личностью вопрос о выборе между тем, как нужно поступить в той или иной ситуации, и собственными интересами. В индивидуалистической культуре отношения с другими являются средством достижения личных целей, реализации личных потребностей. В таком случае дилемма выбора между личным и общественным, между личной выгодой и благом другого человека становится очень острой. Как указывают многие авторы, подобные противоречия являются причиной всевозможных конфликтов, происходящих в современном обществе как на общественном, Так и на индивидуальном уровне (Э. Фромм).

Особое место здесь занимает проблема альтруизма и альтруистического развития, активно обсуждаемая в последние годы зарубежными психологами. При этом в фокус внимания исследователей попадают вопросы мотивов альтруистического поведения, факторов, влияющих на его возникновение и реализацию. Альтруизм часто описывают лишь в терминах поведения, как поступок, направленный на благо другого человека (D.L. Krebs, J.P. Rushton). При этом различные исследователи конкретизируют и дополняют это определение, указывая на затраченные при этом субъектом поступка усилия, специфику ситуации, заключающуюся в том, что субъект имеет возможность в это же время сделать что-то выгодное и для себя, результат поступка, заключающийся в его

бескорыстности (J. Aronfreed). Исследователями были предложены различные основания осуществления альтруистического поведения, среди которых: убеждения, позиция, принципы, ценности, эмпатия, моральные нормы. Однако эти конструкты рассматривались исследователями независимо друг от друга в рамках когнитивного, аттрибуционного, бихевиористического, эмоционального подходов. Тем самым важнейшая задача — раскрыть механизмы альтруистического поведения, определить возможность его осуществления тем или иным человеком в зависимости от его индивидуальных особенностей, остается нерешенной. По мнению ряда авторов для этого необходим интегративный подход к проблеме (D. L. Krebs, J. Rest). Дополнительную сложность в исследование альтруизма вносит и то, что зачастую мотив альтруистического поведения может быть понят только после альтруистического поступка. При этом интерпретация субъектом своего поведения а ряде случаев им же и искажается. Также препятствием на пути к объективному изучению альтруизма является высокая степень социальной желательности альтруистического поступка.

Большинство исследований фокусировались на зависимости альтруистического поведения подростков от их социального статуса, уровня агрессивности, Я-концепции (B. Hunsberger, M. W. Pratt,). При этом оценивалось именно поведение, а собственно позиции подростка, его представлениям об альтруизме посвящено незначительное количество работ. Учитывая важную роль подросткового возраста в формировании личности, формировании мировоззрения и собственных взглядов человека на основные жизненные проблемы, нам кажется важным рассмотреть особенности иозиции подростков по отношению к альтруизму, условия формирования этой позиции. С нашей точки зрения подобная позиция характеризуется следующими параметрами:

1. Отношением к противоречию между нравственной ценностностью и индивидуальной полезностью альтруистического поступка (П.Я.Гальперин)

2. Принятием определенных оснований для реализации того или иного типа поведения.

3. Готовностью (вербальной или реальной) к осуществлению альтруистического поведения.

Нам представляется, что альтруистическая позиция может быть рассмотрена как одна из базальных оперативных схем (П.Я. Гальперин), определяющих отношение человека к миру людей и его место в этом мире.

В качестве основной цели исследования мы видим выявление различных типов альтруистических позиций и изучение их содержания в подростковом возрасте.

Достижение подобной цели предполагает решение следующих теоретических й эмпирических задач:

1. Теоретический анализ проблемы развития альтруизма в контексте морального развития в подростковом возрасте

2. Формирование батареи методик для исследования особенностей альтруистической позиции в подростковом возрасте

3. Эмпирическое выделение и описание различных типов альтруистической позиции в подростковом возрасте

4. Изучение особенностей моральных суждений и уровня развития морального сознания у подростков, демонстрирующих различные типы альтруистической позиции

5. Исследование особенностей эмоциональной сферы у подростков с различными типами альтруистической позиции.

В первую очередь для нас представляло интерес рассмотрение моральной философии как более широкой области человеческих взаимоотношений, в которую альтруизм входит как частный случай (А.А. Гусейнов, Р.Г. Апресян, О.Г. Дробницкий). С другой стороны, важным с точки зрения более точного определения предмета нашего исследования, представлялось выделение особенностей альтруизма по отношению к морали. Мы рассмотрели два основных философских понимания морали, разрабатываемых в рамках нормативной этики и метаэтики. Большинство философов "нормативного" направления в этике ставит акцент на мотиве и (или) результате. При этом, как мотивы, так и результаты поведения человека трактуются через призму тех моральных норм, на выполнение которых были направлены действия субъекта. Тем самым нормативная этика отвечает на два главных вопроса, касающихся существования морали: 1) мораль существует и выполняет в обществе совершенно особую роль, 2) существуют определенные нормы морали, которые являются критерием собственно морального поведения.

В отношении альтруизма ответы на эти вопросы до сих пор вызывают дискуссии у специалистов. С одной стороны, не решен вопрос о существовании альтруизма. Так, многие исследователи считают, что альтруизм как вид поведения человека не мог сохраниться в процессе эволюции и антропогенеза, поскольку альтруизм предполагает принесение себя в жертву ради другого, что не могло закрепиться в процессе естественного отбора (R. Harre, R. Lamb). Не менее оживленные споры вызывает и второй вопрос о критериях альтруистического поведения. Так, поведение, направленное на благо другого человека, может быть объективно зафиксировано. Однако в таком случае встает вопрос о мотивах данного поступка. Возможно, что внешне альтруистический поступок был вызван эгоистическим мотивом. Данная проблема отчасти вызвана тем, что в отличие от нормативной морали, альтруизм не имеет четко прописанных практических норм поведения. Авторы зачастую упоминают такие критерии альтруизма как бескорыстность, направленность на благо другого. При этом если моральные нормы представляют собой объективные категории, благо другого человека определяется субъективным пониманием этого блага. Таким образом, критерии альтруистического поведения более размыты в отсутствии четко заданной нормативной регуляции альтруизма. Это порождает различные понимания механизмов альтруистического поведения, таких как рациональные, эмоциональные, личностные, волевые.

Альтернативное рассмотрение проблемы соотношения морали и альтруизма, представленное в метаэтике, исходит из описания морального сознания личности, присвоения личностью того или иного понимания добродетели (R.Hair, D Stevenson). Именно в рамках метаэтики можно найти некоторые общие моменты с представлениями об альтруизме в современной психологии. Так отмечается, что субъекту сложнее дать себе отчет в альтруистических поступках, нежели в моральных. Это приводит некоторых авторов к мысли о врожденности альтруизма, что перекликается с интуитивистской теорией Д. Э. Мура, который утверждает непознаваемость моральных понятий, недоступность их для объективного анализа, иначе как посредством моральной интуиции. С другой стороны, взгляды эмотивистов, утверждавших наличие эмотивных значений моральных суждений, согласуются с современными представлениями о роли эмоций и чувств в совершении альтруистического поступка. Наконец, прескриптивизм как следующее направление в метаэтике отражает и еще одну особенность альтруистического поведения по отношению моральному. Эта особенность связана с практической направленностью альтруизма. Кажет-

ся невозможным выделить стадии развития альтруистических суждений по аналогии со стадиями развития моральных суждений, предложенных Л. Кольбергом. Альтруизм ценен прежде всего как реальное поведение, как поступок. В этом смысле метаэтическое понимание морали через изучение функционирования морального сознания может служить точкой опоры для выделения предметного содержания альтруистического поведения - альтруизма как такового.

Таким образом, альтруизм и мораль можно рассматривать как две различные философские категории: мораль - как общую категорию, альтруизм - как частную. В психологии определение соотношения этих понятий осложняется различными взглядами на моральное и альтруистическое поведение. Помимо указанных понятий в психологии, существуют понятие конвенциональной нормы, просоциального поведения. Наиболее часто встречающееся основание для разделения морали и альтруизма заключается в выделении особого круга ситуаций, связанных с 1) необходимостью принести в жертву собственные интересы (альтруизм) и 2) выделении особых альтруистических мотивов (в отличие от моральных, это, в первую очередь, не следование нормам, но ориентация на благо другого человека).

На основе проведенного анализа мы выделили три типа ситуаций в отношении применения к ним моральной регуляции: 1) ситуации, содержащие конвенциональные или вне-моральные противоречия (например, правовое регулирование); 2) ситуации, содержащие противоречия моральных ценностей и собственных интересов; 3) моральные дилеммы, содержащие в себе противопоставление двух или более моральных ценностей. К первым мы будем относить ситуации, в которых к субъекту применяются конвенциональные, правовые, экономические или иные требования. Ко вторым мы будем относить ситуации, основное противоречие которых связано с несовместимостью собственных интересов поведения и его моральной оценки. Именно этот тип ситуаций характеризуется наличием возможности выбора альтруистического поведения. Наконец, к третьим мы будем относить ситуации, в которых субъекту необходимо совершить выбор между двумя равновозможными альтернативами поведения, причем каждая из альтернатив имеет моральное обоснование, а субъекту предоставляется свобода в совершении того или иного действия.

Важен тот факт, что как моральный, так и альтруистический результат поступка еще не говорит о мотиве субъекта, его совершившего. Так, внешне моральное или альтруистическое действие может побуждаться эгоистическими мотивами. С нашей точки зрения подобное выделение скрытого мотива является важной задачей в отношении исследования морального поведения. При этом выявить скрытый мотив по отношению к моральному действию сложнее, нежели по отношению к действию альтруистическому. Последнее обладает важной особенностью, а именно необходимостью жертвовать чем-либо ради во благо другого человека. Степень «жертвенности» с нашей точки зрения является важным критерием отделения собственно альтруистических и эгоистических мотивов поступка. Дополнительная сложность выделения мотивов состоит в том, что зачастую они не являются осознанными. При самоотчете о том, почему тот или иной человек поступил определенным образом, на поверхность могут выходить именно осознанные или социально желательные, но реально действующие (по А.Н. Леонтьеву) мотивы. Это создает дополнительные сложности выделения мотивов собственно альтруистического поведения. Как моральные, так и альтруистические мотивы могут не осознаваться в процессе совершения поступка, а после его совершения видоизменяются, что делает крайне затруднительным установление реальных причин, побудивших человека поступить

так или иначе. Тем более это проявляется в случаях, когда человеку необходимо показать себя в «лучшем свете». В таких случаях имеет место так называемое «мнимое благодеяние» (Р.Г.Апресян).

Выводы:

1. В отношении альтруистического поведения в подростковом возрасте возможно выделение трех различных позиций: манипулятивной, неустойчивой и собственно альтруистической, различающихся основаниями для реализации того или иного типа поведения и готовностью (вербальной или реальной) к осуществлению альтруистического поведения.

2. Для манипулятивной позиции характерно доминирование эгоистических интересов при невысокой (относительно других позиций) вербальной готовности подростков осуществлять собственно альтруистическое поведение. Для подростков с неустойчивой позицией характерно сочетание как эгоистической, так и альтруистической стратегии. При этом их готовность к осуществлению альтруистического поведения существенно выше, чем у предыдущей категории. Собственно альтруистическая позиция характеризуется преобладанием альтруистической стратегии при высокой вербальной готовности к осуществлению альтруистического поведения.

Литература.

1. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений / В. К. Вилюнас. – М.: МГУ, 1976. – 280 с.
2. Гончаренко Е.С. Развитие эмпатийного потенциала личности (на материале исследования детей 7–8 лет): Автореф. дис. канд. психол наук. – Краснодар, 2003.
3. Сопиков А.П. Механизм эмпатии // Вопросы психологии познания людьми друг друга и самопознания. – Краснодар: Изд-во Кубан. ун-та, 1977.
4. Былкина Н.Д., Люсин Д. В. Развитие представлений детей об эмоциях в онтогенезе // Вопросы психологии. – 2000. – 5, 38.
5. Юсупов И.М. Психология эмпатии (теоретические и прикладные аспекты): Автореф. дис. … д-ра психол. наук. – СПб., 1995.
6. Мазуренко Я.А. Особенности развития эмпатии у подростков и молодых людей в контексте воспитания и социального взаимодействия // Философия образования. – 2011. – 2, 118.

НЕЙРОГРАФИКА КАК ИНСТРУМЕНТ ВНУТРИЛИЧНОСТНОЙ КОММУНИКАЦИИ

Торик М.Д.
(Россия)

Актуальность выбранной темы можно обосновать следующим фактом: огромное внимание в современном обществе уделяется межличностной коммуникации, однако коммуникация с самим собой остается неотрефлексированной и пускается “на самотек”. В пространстве жизни современного человека мало времени отводится на “общение с самим собой” (“коммуникацию с самим собой”). Часто недооценивается важность подобных “встреч с собой” для роста самопонимания, качества самоуправления и т.д.

В этом контексте важно упомянуть, что даже модель эмоционального интеллекта имеет два аспекта: с одной стороны, это понимание эмоций других людей, управление эмоциями других людей, с другой – понимание собственных эмоций и управление ими. Мы полагаем, что понимание других людей и их эмоций базируется на понимании себя и своих эмоций, умении управлять собой и собственными эмоциями.

Проблеме внутриличностной коммуникации (как особой форме коммуникативного взаимодействия) посвящено немало статей в русскоязычной научной среде, среди которых можно упомянуть работы: В.В.Мацуты (“Содержательные и структурные характеристики внутриличностной коммуникации” [2], А.М.Пивоварова (“Внутриличностная коммуникация как предмет социологического анализа” [3), П.А.Пименова (“Информационно-коммуникативный подход к проблеме внутриличностной коммуникации” [4]), Н.А.Евченко (“Подходы к определению понятия “внутренний диалог” в психологической литературе” [1]) и других.

Внутриличностная коммуникация важна для успешной межличностной коммуникации, в частности, - внутрисемейной коммуникации; гармоничная внутриличностная коммуникация способствует гармоничной и экологичной внутрисемейной коммуникации, что может быть выражено в условной формуле: “когда ты понимаешь, кто ты есть, ты найдешь себе такого партнёра, который будет подходить тебе и соответствовать твоим коммуникативным способностям”. Заметим, что сепарация от родителей часто понимается как отъезд от родителей, это некорректное её понимание: сепарация означает не разрыв коммуникации, а выстраивание её заново, с позиции новых субъект-субъектных отношений, при которых выросший ребенок больше не находится в материнском поле как его имманентная часть, а его субъектность и отдельность признается матерью (в свою очередь, отдельность матери в качестве отдельного человека, личности признается выросшим ребёнком).

Говоря о налаженной, гармоничной и бесконфликтной внутриличностной коммуникации, упомянем также о важности сепарации от традиционных представлений о ролях мужчины и женщины и гендерных стереотипов, которые, во многом, определяют внешний локус контроля для человека. Мы говорим о важности построения внутрисемейного взаимодействия в диалоге о том, что важно для каждого из членов семьи, а не навязанных стереотипов. Так, внутрисемейное взаимодействие женщины и мужчины может основываться на навязанных представлениях о “традиционных ролях”, а может - на рефлексии о том, что каждый из них хочет в жизни и какой видит свою семью.

Итак, как мы указали выше, для успешной межличностной коммуникации чрезвычайно важна успешная внутриличностная коммуникация. Мы полагаем, что нейрографика, которую мы понимаем как метод, обладающий проективным и психосемантическим потенциалами, может быть действенным, объёмным инструментом внутриличностной коммуникации (коммуникации с самим собой). Из собственной практики в качестве коуча, можем отметить, что нейрографика как психосемантический инструмент, может помочь личности в прояснении системы её индивидуальных значений и смыслов, в определении того, что важно для неё на данном этапе жизни, в создании собственного пространства ценностей и норм (аксиосферы). Иными словами, нейрографика может быть действенным инструментом гармонизации, налаживания, фасилитации внутриличностной коммуникации, преодоления внутриличностных конфликтов.

Как именно нейрографика способствует внутриличностной коммуникации?

1. Нейролиния как таковая и нейрографическое рисование в целом активизируют “творческий процесс”, который позволяет человеку расширить собственные представлении о том, кем он является, – как в социальных пространствах, так и в пространстве внутриличностного взаимодействия (“я для самого себя”). Заметим, что нейрографическое рисование задействует не только эмоциональный и когнитивный аспекты бытия человека, но и чисто физиологический (телесный) аспект. Так, согласно создателю метода П.М.Пискареву, нейрографика воздействует, прежде всего, на тело: нейрографическое рисование ассоциировано, в первую очередь, с моторной активностью [5].

2. Нейрографика активизирует “внутренний диалог” и предполагает “нарративную часть” работы: рассказ о смыслах, которые проявляются в процессе рисования. Иными словами, нейрографика обладает психосемантическим потенциалом. Также нейрографика может быть связана с обретением новых смыслов, деконструкцией привычных жизненных фреймов, построением новой реальности и поиском нового пути (как пути выхода из конкретной ситуации, так и жизненного пути в целом).

3. Нейрографическое рисование также активизирует ряд мозговых процессов: речь идёт, как думается, о нейропсихологическом аспекте нейрографического рисования.

4. Линия способствует рефлексии собственного будущего, “взгляду в будущее”: помогает планировать будущее, отвечать на вопрос о том, что важно, чего бы хотелось в жизни.

5. Нейролиния может служить “отправной точкой”, первым шагом на метафорическом “пути героя” – “как пути в будущее”, как индивидуально-личностном становлении. Нейрографическое рисование помогает “вести собственную линию жизни”, “стать автором собственной истории”. Иными словами, нейролиния способствует обретению внутреннего локуса контроля, взятию ответственности за собственную жизнь.

6. Метод нейрографики может способствовать поиску и обретению собственного “Я”, а также выстраиванию аспектов собственной аксиосферы - сферы ценностей и норм, пониманию того, что важно и необходимо в жизни, что является высшей ценностью. При этом акцент делается на индивидуальных ценностях человека: не на социальной аксиосфере, сформированной и реализуемой в обществе и в пространстве межличностного взаимодействия, а на индивидуально-личностной сфере ценностей.

Говоря о телесном аспекте нейрографического рисования, можем упомянуть В.Райха [6]. Опираясь на его представления о личности и теле, предположим, что внутриличностная коммуникация имеет выраженный телесный аспект - умение слышать собственное тело, распознавать его сигналы.

“Время наедине с собой”, которое даёт нейрографика, - это время не только наедине со своими мыслями и эмоциями, с собственными смыслами (о чём мы писали выше), но и со своим собственным телом. При этом стоит отметить также, что нейрографическое рисование обладает некоторым пролонгированным эффектом: то есть, импульс, полученный в процессе нейрографического рисования (“отправная точка” рефлексии собственного тела, эмоций, когниций и духа”), сохраняется и после завершения рисунка.

Нейрографика формирует пространство внутриличностной коммуникации, в которое хочется возвращаться, что способствует формированию здорового стремления к регулярной рефлексии элементов индивидуально-личностного бытия во всей полноте его проявления: на телесном, эмоциональном, когнитивном, духовном уровнях.

Гармония внутриличностной коммуникации приводит, в свою очередь, к гармонизации коммуникации межличностной – социальной, “внешней”. Коль скоро одним из аспектов подобной коммуникации является внутрисемейное взаимодействие, можем предположить, что нейрографика может привести к гармонизации детско-родительских, супружеских и иных родственных отношений, благоприятному прохождению сепарационного процесса, а также формированию любящего и эмпатического пространства семьи. Всё это, по нашему мнению, опирается на гармонию внутриличностной коммуникации как на фундаментальное основание, предпосылку иных коммуникативных форм.

Литература.

1. Евченко Н.А. Подходы к определению понятия «Внутренний диалог» в психологической литературе // Вестник Самарского государственного университета. – 2012. – №. 2-1. – С. 156-159
2. Мацута В.В. Содержательные и структурные характеристики внутриличностной коммуникации // Сибирский психологический журнал. – 2009. – №34. – С.37-39
3. Пивоваров А. М.. Внутриличностная коммуникация как предмет социологического анализа // Журнал социологии и социальной антропологии. – 2006. – Вып.9 (№4). – С. 50-65
4. Пименов П.А. Информационно-коммуникативный подход к проблеме внутриличностной коммуникации // Омский научный вестник. – 2009. – № 6 (82). - С.101-104
5. Пискарев П.М. Нейрографика. Алгоритм снятия ограничений. – М.: Бомбора, 2020. – 224 с.
6. Райх В. Анализ личности. — М.: «Ювента», 1999. — 333 с.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КОМПОНЕНТЫ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

Турахонов А.
(г. Сурхандарья, Узбекистан)

Аннотация. Данная статья посвящена психологическим компонентам развития профессиональной ответственности. В тексте статьи также освещены психологические компоненты, обеспечивающие формирование профессиональной ответственности, и психологические особенности, определяющие профессиональную ответственность студентов.

Ключевые слова: рефлексия, этическая ответственность, этические ценности, альтруистическая ответственность, экзистенциальная ответственность, решение проблем, критическое мышление, внутренний локус-контроль, инициатива, настойчивость, мужество, ответственность, рвение, искренность, поддержка, избегание, решение проблем, локус-контроль и упорство.

Annotation. This article is devoted to the psychological components of the development of professional responsibility. The text of the article also highlights the psychological components that ensure the formation of professional responsibility,

and the psychological characteristics that determine the professional responsibility of students.

Keywords: reflection, ethical responsibility, ethical values, altruistic responsibility, existential responsibility, problem solving, critical thinking, internal locus of control, initiative, perseverance, courage, responsibility, zeal, sincerity, support, avoidance, problem solving, locus control, and perseverance.

Актуальность: В мире проводится ряд научных исследований по совершенствованию технологии профессионального развития студентов высших учебных заведений, разработке новых психологических инструментов поддержки их социальной инициативы, развитию навыков эффективной организации социокультурной и коммуникативной деятельности. То есть в развитых странах мира проводятся комплексные научные исследования и стратегические реформы важнейших психологических качеств, обеспечивающих профессиональный успех будущих специалистов.

Основные факторы развития профессиональной ответственности рассматриваются как актуальная задача в определении нравственно-эстетического мировоззрения и индивидуально-психологических особенностей студентов. Также в качестве психологического механизма профессиональной ответственности важную роль играют социально-психологические основы нравственной, профессиональной и коммуникативной подготовки студентов, сознательное отношение к идеям развития, развитие процесса интеллектуального мышления. В то же время возникает необходимость достижения полного понимания социальной значимости будущей профессиональной деятельности студентов, совершенствования психологических механизмов принятия решения об ответственном отношении к социальным потребностям и обязанностям. Поэтому, феномен ответственности является одной из важнейших задач психологического изучения студенческой деятельности, что считается необходимым не только для науки, но и для развития общества.

Для более полного анализа психологических особенностей развития профессиональной ответственности у будущих специалистов критериями, полученными при изучении психологических особенностей формирования профессиональной ответственности студентов, обучающихся в вузах, являются критерии факторного анализа опросов, проведенных с использованием статистические критерии.

В исследовании использовались следующие психодиагностические методы: опросник «Исследование качеств морально-этической ответственности личности» разработанный Марлоу-Крауном для изучения вопроса профессиональной ответственности будущих специалистов высшей школы с помощью факторного анализа влияющих на нее психологических характеристик, разработанный Дж. Стратегия Амирхана», С.Р.Пантелеева и В.В.Столина «Субъективное местное управление» и Чумаковой «Исследование качеств профессиональной воли-ответственности». Факторный анализ представляет собой такой статистический показатель, что используемые в исследовании методики или опросники являются одним из критериев для определения наличия у весов избыточного или избыточного веса и достижения высокого результата в достижении цели исследования.

Отражены показатели факторного анализа, полученные по анкетам морально-этической ответственности и копинг-показателей студентов 4 курса педагогического института Термезского государственного университета.

Таблица.

Показатели факторного анализа опроса уровня этической ответственности и копинг-качества

Шкала	Фактор				
	1	2	3	4	5
Отражение	-0,463	-0,132	-0,167	0,500	0,556
Моральная и этическая ответственность	-0,504	0,546	-0,121	0,567	-0,448
Экзистенциальная ответственность	-0,103	0,577	0,584	-0,336	-0,340
Альтруистическая ответственность	0,592	-0,077	0,586	0,480	0,619
Этические и этические ценности	0,514	0,589	-0,577	0,646	0,503
Искренность	0,175	0,727	0,052	0,078	0,109
Решение проблем	-0,499	-0,546	0,554	0,033	0,022
Ищите социальную поддержку	0,510	-0,626	-0,547	-0,552	0,608
Избегайте проблемы	-0,478	0,061	-0,436	-0,459	0,560
Критическое мышление	0,668	-0,459	0,070	0,232	-0,247

Психологические особенности развития профессиональной ответственности показывают, что результаты анкетирования психологических исследований этих студентов, такие как уровень морально-этической ответственности личности и измерение показателей совладания, и выявление важных для них факторов включают в себя ключевые приоритеты. Результаты факторного анализа результатов старшеклассников составили 5 факторов. Психологические факторы, составляющие первую шкалу: рефлексия 0,463, этическая ответственность 0,504, альтруистическая ответственность 0,592, этические ценности 0,514, решение проблем 0,499, поиск социальной поддержки 0,510, избегание проблем 0,478 и критическое мышление с разницей 0,68. Психологические факторы, составляющие вторую шкалу: морально-этическая ответственность 0,546, экзистенциальная ответственность 0,577, морально-этические ценности 0,589, искренность 0,727, решение проблем 0,546, поиск социальной поддержки 0,626, критическое мышление 0,459. Психологические факторы, составившие третью шкалу: экзистенциальная ответственность 0,584, альтруистическая ответственность 0,586, морально-этические ценности 0,577, решение проблем 0,554, поиск социальной поддержки 0,547 и избегание проблемы 0,436. Психологические единицы, составившие четвертую шкалу, отличались такими психологическими характеристиками, как рефлексия 0,500, этическая ответственность 0,567, адтруистическая ответственность 0,480, этические ценности 0,646, поиск социальной поддержки 0,552, избегание проблемы 0,459. Психологические единицы, составляющие последнюю шкалу, отличались такими результатами, как: рефлексия 0,556, этическая ответственность 0,448, альтруистическая ответственность 0,619, этические ценности 0,503, поиск социальной поддержки 0,608 и избегание проблемы 0,560. Результаты исследования, полученные от студентов педагогического института, были разделены на пять факторов, и эти факторы сформировали признаки, отражающие основные черты и отдельные аспекты обследования.

Из этих результатов видно, что стремление избежать проблем является одним из психологических факторов, препятствующих формированию профессиональной ответственности.

Ниже приведены показатели факторного анализа, полученные из анкет предмета локус-контроля и профессиональной ответственности студентов педагогического института.

Таблица 2.

Показатели факторного анализа уровня локус-контроля и обследований профессиональной ответственности

Шкала	Фактор			
	1	2	3	4
Внутренний локус-контроль	0,519	0,599	-0,521	0,539
Внешний локус-контроль	0,543	0,730	0,121	0,137
Обязанность	-0,469	-0,081	-0,457	0,713
Предпринимательство	-0,500	-0,509	0,467	0,552
Храбрость	-0,301	0,413	-0,577	-0,475
Упорство	0,445	-0,512	-0,063	0,381
Упорство	0,607	-0,568	0,577	-0,159
Энтузиазм	-0,517	0,514	0,757	0,530

К результатам исследования методов изучения психологических особенностей формирования профессиональной ответственности у будущих специалистов относятся результаты анкетирования субъектно-локусного контроля и профессиональной ответственности студентов, обучающихся в пединституте, их взаимная психологическая характеристика и основные приоритеты.

По результатам проверки результаты факторного анализа составили 4 фактора. Психологические факторы, которые сформировали первую шкалу, варьировались в зависимости от таких результатов, как внутренний локус-контроль 0,519, внешний локус-контроль 0,543, ответственность 0,469, инициатива 0,500, упорство 0,445, настойчивость 0,607 и усердие 0,517. Психологические факторы, составляющие вторую шкалу, характеризовались такими результатами, как внутренний локус-контроль 0,599, внешний локус-контроль 0,730, инициатива 0,509, упорство 0,512, настойчивость 0,568, усердие 0,514. Психологические факторы, составляющие третью шкалу, характеризуются: внутренним локусным контролем 0,521, ответственностью 0,457, инициативой 0,467, смелостью 0,577, трудолюбием 0,757 градуса. Следует отметить, что психологические единицы, составляющие четвертую шкалу, отличаются такими психологическими характеристиками, как внутренний локус-контроль 0,539, ответственность 0,713, инициатива 0,552, смелость 0,475, трудолюбие 0,530. Результаты исследования, полученные от студентов педагогического института, были разделены на четыре фактора, и эти факторы сформировали основные признаки, отражающие основные черты и отдельные аспекты обследования.

Кроме того, было установлено, что высокий уровень развития субъективного контроля в личности студентов также связан со степенью сформированности волевых качеств. То есть за ответственность больше отвечают волевые качества.

Приведены показатели факторного анализа, полученные на уровне морально-этической ответственности студентов педагогического института и локус-контрольного опроса.

Таблица 3.

Показатели факторного анализа уровня этической ответственности и локус-контрольных обследований

Шкала	Фактор			
	1	2	3	4
Отражение	-0,442	-0,444	0,478	0,502
Моральная и этическая ответственность	-0,491	-0,524	-0,525	0,496
Экзистенциальная ответственность	0,551	0,526	0,015	-0,566
Альтруистическая ответственность	0,484	-0,111	0,775	-0,022
Этические и этические ценности	0,701	-0,544	0,557	0,500
Искренность	0,683	0,006	-0,262	0,212
Внутренний локус-контроль	-0,174	0,321	0,499	0,621
Внешний локус-контроль	-0,483	0,699	-0,182	0,338

Используя результаты исследования, уточним психологические особенности формирования профессиональной ответственности. К основным приоритетам можно отнести результаты опросов психологических характеристик студентов, обучающихся в высшей школе, таких как уровень личной морально-этической ответственности и субъективного локусного контроля, а также то, как они взаимодействуют друг с другом и какие факторы для них важны. Оценки успеваемости учащихся по факторному анализу составили 4 фактора. Психологические факторы, составляющие первую шкалу, составили 0,442 с рефлексией, 0,491 с этической ответственностью, 0,551 с экзистенциальной ответственностью, 0,484 с альтруистической ответственностью, 0,701 с этическими ценностями, 0,683 с искренностью и 0,483 с внешним локусным контролем. Психологические факторы, составляющие вторую шкалу: рефлексия 0,444, этическая ответственность 0,524, экзистенциальная ответственность 0,526, этические ценности 0,544, внешний локус-контроль 0,699. Психологические факторы, составляющие третью шкалу: рефлексия 0,478, этическая ответственность 0,525, альтруистическая ответственность 0,775, этические ценности 0,557, внутренний локус-контроль 0,499. Психологические единицы, составившие четвертую шкалу, отличались такими психологическими характеристиками, как рефлексия 0,502, морально-этическая ответственность 0,496, экзистенциальная ответственность 0,566, этико-этические ценности 0,500, внутренний локус-контроль 0,621. Результаты исследования, полученные от студентов, намеревающихся в будущем заниматься профессиональной педагогической деятельностью, подразделяются на четыре фактора, и эти факторы являются психологическими особенностями, составляющими основные психологические особенности.

В таблице ниже представлены взаимные корреляции студентов педагогического института по критерию Xi-квадрат.

Таблица 4.

Корреляции исследований профессиональной ответственности (По критерию Xi-квадрата)

№	Шкала	(Xi-квадрат) (p≤0,05);(p≤0,01)
1	Отражение	0,69**

2	Моральная и этическая ответственность	0,46*
3	Экзистенциальная ответственность	0,43*
4	Альтруистическая ответственность	0,30*
5	Этические и этические ценности	0,49*
6	Искренность	0,48*
7	Решение проблем	0,76**
8	Ищите социальную поддержку	0,85**
9	Избегайте проблемы	0,61**
10	Критическое мышление	0,88**
11	Внутренний локус-контроль	0,37*
12	Внешний локус-контроль	0,65**
13	Обязанность	0,67**
14	Предпринимательство	0,71**
15	Храбрость	0,81**
16	Упорство	0,31*
17	Упорство	0,24*
18	Энтузиазм	0,26*

Психологические особенности формирования профессиональной ответственности, наряду с результатами исследования, наряду с отношениями студентов педагогического института к анкетам, использовали критерий Xi-квадрат. Чтобы выразить близость шкал в опросниках, Кси-квадрат включает такие факторы, как отражение высоких корреляций, решение проблем, поиск социальной поддержки, избегание проблем, критическое мышление, внешний локус-контроль, ответственность, инициативность и смелость. были сформированы такими факторами, как морально-этическая ответственность, экзистенциальная ответственность, альтруистическая ответственность, морально-этические ценности, искренность, внутренний локус контроля, упорство, трудолюбие и настойчивость. Следовательно, за ответственность отвечает как нравственная сфера, так и система экзистенциальных потребностей и ценностей личности.

Одним словом, процесс формирования у студентов профессиональной ответственности в своей образовательной деятельности, их способности применять полученные в высшей школе знания и умения в будущей профессиональной деятельности, а также уровень формируемой у них морально-этической ответственности, устойчивость профессиональной деятельности. Воля, специфика совладания и субъективный локальный контроль, такие факторы, как направленность, являются гарантией усиления будущей профессиональной деятельности.

Литература.

1. Бодров В.А. Современная психология труда. Уч.пособие. СПб: Питер, 2006. – С. 119-121
2. Прядин В.П. Комплексное исследование ответственности как системного качества личности: Дис.. д-ра психол. наук: 19.00.01: Екатеринбург, 1999. – 299 с.
3. Дементий Л.И. Личностные основания реализации ответственности // Материалы научной конференции «Современное общество». Омск, 1999. – С. 206-208.
4. Муздыбаев К. Психология ответственности / К. Муздыбаев / Под ред. В.Е. Семенова. Изд. 2-е, доп. М.: Книжный дом «ЛИБРОКОМ», 2010. – 248 с.
5. Прядин В.П. Ответственность как системное качество личности. Екатеринбург, 2001. – 208 с.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ МОЛОДОГО ПЕДАГОГА

Туропова М.С.
(г. Карши, Узбекистан)

Профессиональная адаптация – это сочетание включения человека в профессиональный процесс и его взаимодействия с профессионально средой.

Свойства профессионального адаптации молодого специалиста зависит от внешних и внутренних условий. В внешние условия и факторы профессиональной адаптации, воздействующие на специалиста следующие:

- Цел, содержание, средства профессиональной деятельности и свойства организационной технологии.
- Свойства социальных и других условий осуществления профессиональной деятельности.

Внутренние условия и факторы это уровень возможностей профессиональной адаптации, а также точное соответствие мотивов профессиональной деятельности с требованиями педагогической деятельности.

Профессиональная адаптация молодого педагога осуществляется в предметных следующих главных взаимодействия среды и отраслях профессиональной деятельности:

1. Профессионально-активная(деятельная)! адаптация к педагогической деятельности, её целям, содержанию, средствам, технологию, порядку работы и ускорению.
2. Организационно-нормативная: приобретение навыка выполнения определенных правил в образовательном учреждении, организационных критериев, трудовой дисциплины и других требований.
3. Общественно-профессиональная: профессионально-общественные задачи, приспособление личности педагога и задач , свойственных его профессии.
4. Общественно-психологическая: адаптация к общественно-психологическим задачам, нравственным, неофициальным нормам педагогического общества, правилам поведения, достоинствам и этикетным общениям.
5. Общественные положения: приобрести адаптирование к существующим условиям выполняемой педагогической деятельности, социальным, политическим, нравственным, национально-культурным и другим средам.

При профессиональной адаптации для молодого специалиста главную действующую роль играет приспособление к профессиональной деятельности. При эффективном испытании профессионально-активной адаптации целесообразно решительное действия в следующих областях деятельности, которые считаются своеобразными способами современного обучения.

- Планирование (программирование) процесса образования соответственно с научно идейными тенденциями.
- Соответствие уровня сложности учебного материала с возрастом и индивидуальными психологическими свойствами ученика.
- Обеспечение соответствия и взаимосвязи теоретической готовности учеников.
- Повышение уровня активности учеников и автономности процесса образования.

- Вестисовместную индивидуально практическую и коллективную работу обучающих.
- Ускорение учебного процесса с помощью технических средств и многих техмодусов.
- Дифференциация образования и соединение учебных предметов в новый проекты комплексно-компьютерных программ.

Педагог начальных классов должен собмодать следующие принципы при образовательно-воспитательном процессе:

а) Принцип организации себя-соблюдает законы регулярного формирования и усовершенствования организации эффективной учебной деятельности.

б) Принцип эволюции – имеет в виду постоянное изменение формы и способы учебно-психологического процесса.

г) Принцип ответственности – это требование последственного контроля действий, поступков при получении знаний, освоении умений и навыков.

д) Принцип ролевого участия – это требование выполнения специфических функций педагога и обучающего.

е) Принцип обеспечения психологического качества и эффективности – имеется в виду сочетания в единый механизм всех компонентов деятельности педагога и учеников; в этом показывается стремление всего коллектива устранить трудностей совместно, помогая друг-другу для достижения общих целей и духовно нравственное содружество.

По имению педагогов и психологов, самые главные черты современного педагога школы должны быть следующие:

1. Личные свойства педагога:

- верткость к Родине, народу, любовь к детям.
- практико-психологическая грамотность.
- трудолюбие и творческая деятельность.
- активность в общественных делах.
- доброте, душевность, гуманизм.
- скромность искренность.
- принципиальность, смелость и твердый характер.
- постоянное стремление к совершенствованию знаний и опыта.

2. Знаний, свойственное преподавателю:

- глубокое осознание сути процесса образования и воспитания, понятие его целей задач.
- освоение основ общей психологии, педагогической психологии и прогрессивной психологии, этнопсихологии.
- знание теоретических и практических основ педагогики настоящего времени.
- знание методики обучения своего предмета.
- понимание психологических свойств и познавательного процесса детей школьного возраста, знание эффективных способов воздействия на их личность.
- знание содержания и сути воспитательных работ, ведущих с родителями и коллективам.

3. Качества, свойственные учителю:

- Понятие и вера в национальную идею и национальную идеологию.
- Понятие значения общечеловеческих и национальных богатств, составляющих современную учебно-воспитательную основу, традиции, достоинства и обычаев.

- педагогические способности, обеспечивающие качество и эффективность педагогической деятельности: педагогическая наблюдательность, разделять внимание, развитие педагогической фантазии, критическое отношение к себе, умение везти себя сущность педагогического такта и эмоциональное выражение речи, сочетание этих компонентов.

Кроме вышеуказанных качества, современный педагог должен обладать целеустремленностью, ловкостью, трудолюбием, скромностью, самоотверженностью и другими положительными чертами. В месте с тем педагог начальных классов всегда должен усовершенствовать свои умения и опыты, воспитать в себе личные и профессиональные свойства, помогающие повышению успехов в его деятельности.

Литература.

1. Грехнев В.С. Культура педагогического общения, М.: Просв., 2000
2. Зимняя И.А. Педагогическая психология. Учебное пособие для студентов вузов. Ростов: Феликс, 1997.
3. Леонтьев А.А. Педагогическое общение. - М., 1999.
4. Кан-Калик В.А. Учителю о педагогическом общении. - М.: Просвещение, 1997.
5. Sayxonovna, M. M. (2022). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF MODERN PRIMARY SCHOOL TEACHER PROFESSIONAL TRAINING. ASIA PACIFIC JOURNAL OF MARKETING & MANAGEMENT REVIEW ISSN: 2319-2836 Impact Factor: 7.603, 11(04), 15-20.
6. Максадова, М. С. (2018). ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ МОЛОДОГО ПЕДАГОГА. *Журнал научных публикаций аспирантов и докторантов*, (5), 43-44.

ИЗУЧЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ У ПОДРОСТКОВ В ОБЛАСТЬ ПСИХОЛОГИИ

Умарова Д.Т.
(г.Бухара, Узбекистан)

В наше время случаи синдрома выгорания учащаются, с ним сталкиваются не только взрослые работающие люди, но и дети. Регулярные информационные нагрузки, перенасыщение, бытовые стрессы, конфликты с родителями, учителями или сверстниками, интенсивное физиологическое и личностное развитие в подростковом возрасте, высокий темп современной жизни – всё это становится источником напряжения. Если такое напряжение становится хроническим, а стрессовые ситуации не разрешаются и только накапливаются, высока вероятность развития эмоционального выгорания.

Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) – это состояние истощения (физического, психического и мотивационного), при котором падает рабочая продуктивность, возникает чувство усталости, начинает тревожить бессонница и повышается риск возникновения соматических заболеваний, утрачивается способность радоваться жизни.

Социальная жизнь возникает и развивается ввиду наличия взаимосвязей между людьми, а это создает предпосылки взаимодействия людей друг с дру-

гом. Люди вступают во взаимодействие, так как зависят друг от друга, имеют огромную потребность в общении и т.п. При этом ситуация контакта двух и более людей может принимать различные формы:

- простое соприсутствие;
- обмен информацией;
- совместная деятельность;
- равная обоюдная или асимметричная активность (здесь выделяют такие типы: социальное влияние, сотрудничество, соперничество, манипуляция, конфликт и др.).

Пожизненная зависимость людей друг от друга помещает проблему человеческих взаимоотношений в самую сердцевину существования человека. Люди имеют сильнейшую потребность в присоединенности: входить с другими людьми в продолжительные тесные взаимоотношения, гарантирующие позитивные переживания и результаты. В принципе именно эта потребность, будучи обусловлена биологически-социальными причинами, и способствует выживанию человека:

- наши предки были связаны круговой порукой, обеспечивавшей групповое выживание;
- социальная связанность детей и воспитывающих их взрослых обоюдно повышает их жизнеспособность;
- найдя родственную душу – человека, который поддерживает нас и которому мы можем довериться, мы чувствуем себя счастливыми, защищенными; потеряв его, напротив, мы чувствуем ревность, одиночество, отчаяние, боль, замкнутость в себе, обездоленность.

Таким образом, человек – общественное, социальное существо, живущее в условиях взаимодействия и общения с людьми.

Процесс познания занимает важнейшее место в жизни человека. Что же является объектом познания человека? Традиционная психология изучала познание человеком объективной, окружающей его действительности. В глубокой древности берут свое начало проблемы восприятия пространства, реальности, органичной частью которого является и он сам, и ему подобные. Одним из наиболее сложных видов восприятия является восприятие человека человеком, или восприятие межличностное. Его специфика, по сравнению с восприятием неодушевленных предметов, заключается в большей пристрастности, что проявляется в слитности когнитивных (познавательных) и эмоциональных компонентов, в более ярко выраженной оценочной и ценностной окраске, в более прямой зависимости представления о другом человеке от мотивационно-смысловой структуры деятельности воспринимающего субъекта. Особая социальная значимость человека как объекта восприятия выводит его на первое место в процессе узнавания среди других объектов.

Проблема восприятия человека человеком стала чрезвычайно популярной в мировой психологии за последние 30-35 лет. Ей посвящено огромное множество работ, вышедших в нашей стране и за рубежом.

В зарубежной психологии проблемой межличностного восприятия занимались такие ученые как Дж. Брунер, Э. Джонс, К. Дэвис, Г.Келли [25, С. 44].

Начиная с работ Дж. Брунера, межличностное восприятие трактуется как социальное познание, поскольку акцент делается на особенности процесса категоризации социальных объектов, служащей средством не просто восприятия, а интерпретации поведения другого человека. Восприятие при этом становится не просто «репрезентацией», но построением «модели мира», так как предполагает умозаключение [5, С. 75], то есть некоторую ментальную «конструкцию».

Многие полагают, что эмоциональное выгорание – это просто одно из названий депрессии, однако выгорание, как правило, отделяют от депрессии и описывают, как совершенно независимое психологическое состояние. О выгорании сигнализируют сильное физическое и психическое истощение, незаинтересованность в собственной деятельности, потеря компетентности и эффективности своих действий. Депрессию распознают по общей вялости, подавленности или повышенной усталости. Люди, переживающие депрессию, часто изолируют себя от общества. Эти состояния имеют общие черты, но при депрессии снижается уверенность в себе, появляется нежелание работать над собой, а также человек может быть раздражительным, появляются суицидальные мысли. Эмоциональное выгорание проходит при соблюдении простых правил: больше отдыха, меньше рутинной работы. Депрессия же требует лечения, так как может стать причиной суицида.

Как приятно проснуться утром полным сил и энергии, готовым творить, общаться и идти навстречу новому и неизвестному. В такие дни мы легко справляемся даже с трудными задачами, находим общий язык с окружающими, по-философски относимся к проблемам и не обращаем внимания на мелкие неудачи.

Но так бывает не всегда. Иногда кажется, что весь мир – это только проблемы, из которых ты безуспешно пытаешься выбраться. Ты чувствуешь постоянное напряжение, усталость и раздражение, всё валится из рук, и чтобы ты не делал, всё кажется неправильным и бесполезным. В такие дни даже любимые занятия могут не вызывать интереса, а общение с близкими превращается в череду ссор и недопониманий.

Причиной такого состояния может быть ***эмоциональное выгорание.*** Регулярные информационные нагрузки, перенасыщение, бытовые стрессы, конфликты с родителями, учителями или сверстниками, интенсивное физиологическое и личностное развитие в подростковом возрасте, высокий темп современной жизни – всё это становится источником напряжения. Если такое напряжение становится хроническим, а стрессовые ситуации не разрешаются и только накапливаются, высока вероятность развития эмоционального выгорания.

Что такое эмоциональное выгорание?

Эмоциональное выгорание – это утомление и истощение энергии. Это изнурение в результате чрезмерных требований, которые человек может устанавливать себе сам или которые могут ему навязываться в семье, на работе, друзьями, системой ценностей или обществом, что приводит к истощению энергии, механизмов совладания и внутренних ресурсов человека. Это состояние «ощущения», которое сопровождает избыточный стресс и которое, в конечном счете, влияет на мотивацию, отношение и поведение человека.

Если коротко, ***эмоциональное выгорание*** – это состояние физического, эмоционального и психического истощения, вызванного долгосрочным влиянием эмоционально тяжёлых ситуаций.

На какие признаки стоит обратить внимание?

- *Хроническая усталость:* вялость и упадок сил, которые наблюдаются даже после отдыха, быстрая утомляемость. В таком состоянии человек даже утром может вставать с постели уже уставшим.
- *Физические признаки:* дискомфортные ощущения в мышцах, головные боли, тошнота, боль в области груди, горла и позвоночника, синдром раздраженного кишечника, вздутие, диарея.

- *Изменение привычного режима сна* (повышенная сонливость или, наоборот, бессонница) и *питания* (потеря или повышение аппетита).
- *Употребление алкоголя, табака или наркотиков в целях самолечения.* Человек, чувствующий постоянный упадок сил, может пытаться найти в психоактивных веществах спасение от апатии, вялости и усталости. При этом не понимания, что это не только не ликвидирует усталость, но и усугубляет состояние.
- *Неспособность сосредоточиться и решать проблемы:* пониженная концентрация внимания, слабость, рассеянность.
- *Снижение эффективности в школе и в других сферах жизни*.
- *Недоверие и ссоры* с членами семьи, сверстниками, друзьями или учителями. Постоянная усталость, напряжение, могут стать причиной недопонимания и конфликтов с близкими людьми.
- *Изменение эмоционального состояния:* повышенная тревожность, нервозность, раздражительность, гиперактивность, депрессивное настроение, апатия или реакции гнева.
- *Пренебрежение собственными физическими и эмоциональными потребностями*.
- *Негативное отношение к себе*: самобичевание, снижение самооценки, пессимистичное отношение к себе и своей жизни.
- *Саморазрушающие наклонности*. Как правило, они возникают в результате переживаний человека о том, что он не способен соответствовать предъявляемым ему требованиям.

Причины эмоционального выгорания

Стресс, приводящий к выгоранию, как правило, обусловлен целым комплексом факторов:

Высокой нагрузкой. Когда к и без того плотному расписанию в старших классах прибавляется подготовка к экзаменам, школьники почти всё время тратят на учёбу. Огромные объёмы новой информации при недостатке отдыха вызывают психологический перегруз.

Эмоциональным давлением. «С такими знаниями ты ничего не сдашь!», «Я жду от тебя только пятёрку» — порой взрослые заставляют подростка предъявлять к себе нереалистичные требования, а перфекционизм порождает страх и нервозность. В итоге вместо того, чтобы усиленно заниматься, подросток теряет интерес к учёбе.

Ощущением необъятности. Если задач слишком много, и школьник не понимает, за что браться и как всё успеть, — он может начать прокрастинировать. Внешне это выглядит как лень, но на самом деле тревога не даёт ему взяться за дело.

Литература.

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология. – Екатеринбург: Деловая книга, 2009. – 624 с.
2. Анзорг Линда. Дети и семейный конфликт. – М.: Просвещение, 1987. – 322 с.
3. Байярд Р.Т., Байярд Д. Ваш беспокойный подросток. – М.: Просвещение, 2007. – 128 с.
4. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. – М.: Изд-во МГУ, 1982. – 218 с.
5. Брунер Дж. Психология познания. – М.: Просвещение, 1977. – 327 с.
6. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психологической диагностике. – Киев: Наукова думка, 1989. – 256 с.

РАЗВИТИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКИ В УЗБЕКИСТАНЕ

Усманова М.Н.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация: в статье рассматриваются основные направления развития психологической науки в республике в постсоветский период.

Ключевые слова: психология, основные направления, психологическая служба, научный Совет.

Abstract: the article discusses the main directions of the development of psychological science in the republic in the post-Soviet period.

Keywords: psychology, main directions, psychological service, scientific Council.

Психологи Узбекистана за 70 лет Советской власти провели определенную работу и внесли свой посильный вклад в развитие психологической науки.

Велись исследования проблем общей, возрастной, педагогической и детской психологии, психологии труда и других отраслей психологической науки.

В постсоветский период узбекские психологи приступили к разработке проблем социальной психологии, психологии труда, психологии личности.

Психологические аспекты профориентационной работы среди молодежи являются одним из главных направлений психологических исследований в Узбекистане. Вокруг этой проблемы сосредоточены усилия коллективов преподавателей и аспирантов ряда вузов страны.

В республике сложилась своя школа психологии профессиональной подготовки и профориентации.

В 7 университетах открыты отделения психологии, студенты обучаются по различным направлениям: общая психология, психология (по видам деятельности), психология спорта, семейная, практическая психология.

В настоящее время психология республики представлена 15 докторами наук и более чем 100 кандидатами наук, ведущих научно-исследовательскую, учебно-воспитательную и практическую работу в уже сложившихся и вновь созданных психологических центрах.

Психологами разработаны практические рекомендации по совершенствованию работы с людьми, по созданию психологического климата в трудовом коллективе, с учетом индивидуальных психологических особенностей работников. Психологические исследования, направленные на получение результатов, способствуют улучшению организации трудовой деятельности, повышению работоспособности.

Ведутся исследования проблем инженерной, дифференциальной, социальной психологии, психологии спорта, истории психологии.

Функционируют три научных Совета по присуждению научных степеней по психологии при Национальном университете Узбекистана, Ташкентском государственном педагогическом университете, Бухарским государственный университете.

В Ташкенте с 2006 года работает филиал МГУ, это учебное заведение сегодня является ведущим центром подготовки специалистов в области математики, информатики и психологии для нужд Узбекистана. Образовательный процесс организован в соответствии с принятыми в Московском государственном

университете стандартами, а это обеспечивает подготовку высококвалифицированных специалистов.

7 июля 2010 году было принято «Положение о психологической службе в системе народного образования "Кабинетом министров Республики Узбекистан (приказ № 109), где были определены цели и задачи службы, а также основные направления её деятельности.

Впервые в Узбекистане школьная психологическая служба начала создаваться в Ташкенте и Бухаре (руководители — М.Г. Давлетшин, Г.Б. Шоумаров, Ш.Р. Баратов).

Определенным этапом развития школьной психологической службы стал проведенный в Ташкенте в 1980—1990 гг. эксперимент по введению в школу должности психолога. Цель эксперимента - разработка теоретических и организационных вопросов, связанных с работой психолога в школе, создание модели школьной психологической службы для последующего внедрения ее в систему народного образования. [1]

В 1989 году на базе ТГПИ им. Низами был открыт факультет, который готовил и выпускал практических психологов.

Психологическая служба необходима для обеспечения социально-психологического развития человека и его деятельности в обществе. [2, с.41]

Психологическая служба в Узбекистане, с одной стороны, определяется принятыми в стране психологическими концепциями, а в другой стороны,— потребностями народного образования, целями воспитания и формирования личности, которые зависят от культурных, политических, экономических . и других особенностей той или иной страны. [2]

Важные вопросы, требующие для своего решения психологической компетенции, следовательно, обращения к психологической службе, возникают в рамках экономической инфраструктуры, в энергетике на транспорте, в области связи, сельского хозяйства, управления, бытового обслуживания и т.д.

Видное место психологическая служба должна также занять в сфере здравоохранения, культуры, спорта в открывающихся Центрах восстановления здоровья и работоспособности, а также, других областях общественной практики.

Чем шире и активнее будут применяться психологические знания и достижения психологии для решения практических целей и задач общества, тем больше это будет способствовать социально-экономическому развитию.

Под руководством и при непосредственном участии ряда узбекских психологов в настоящее время проводятся исследования по практической психологии, которые могут служить фундаментом в применении и усовершенствовании организации психологической службы в разных сферах общественного развития в Республике. В настоящее время проводятся специальные исследования с целью поиска критериев определения эффективности социально-психологической службы в Узбекистане. Решение этого вопроса является актуальным и практически значимым как в социальном, так и научном плане.

Стало традицией проведение республиканских научных конференций и симпозиумов, посвященных важным проблемам психологии.

Деятельность психолога в школе позволяет более основательно вникнуть в школьную жизнь, максимально содействовать развитию подрастающей личности. Множество проблем накопилось и в структурах, призванных ликвидировать «психологические пробелы» в школе. В практической деятельности детские психологи, усвоив абстрактно-обобщенные понятия и методики, испытывают большие трудности при их применении в реальном учреждении, в сложившемся коллективе, в отношении к конкретной личности. [3]

Одновременно остро ощущается потребность в координации деятельности школьных психологов, их методическом оснащении, консультациях в сложных случаях. Такими координационными центрами выступают сейчас центры психологической помощи детям и подросткам при городских отделах образования.

В настоящее время активно функционирует Республиканский центр социально-психологического обслуживания молодежи, который координирует и управляет всеми этапами деятельности всех структур, осуществляющих психологическое обслуживание.

Литература.

1. Атаджанов М.Ю. История становления и развития психологической мысля в Узбекистане. - автореф… дис. кан. пс. наук. – М.,1991.
2. Баратов Ш.Р., Д.Ш. Баратова, М.Н. Усманова. Психологическая служба образования: от теории к практике. - Бухара, 2017. - 172 с.
3. Усманова М.Н., А.М.Назаров. Психологическая служба: Учебное пособие для студентов. – Бухара: Durdona, 2019.- 205с.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА ДЛЯ РАБОТЫ И ОБЩЕНИЯ В КОМАНДЕ ФАКТОРЫ, ВЫЗЫВАЮЩИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СТРЕСС ПОД ВЛИЯНИЕМ ОТНОШЕНИЙ

Файзиев З.Х. (г.Карши, Узбекистан)

Аннотация. В данной статье освещены научно-теоретические аспекты факторов, вызывающих профессиональный стресс, адаптация к трудовой деятельности, правильное налаживание отношений руководителей-сотрудников в коллективе, межличностных отношений.

Ключевые слова: трудовая деятельность, профессиональная подготовка, отношения в коллективе, профессиональный стресс и др.

Annotation. This article highlights the scientific and theoretical aspects of the factors that cause professional stress, adaptation to work, the correct establishment of relations between managers and employees in a team, interpersonal relationships.

Key words: labor activity, professional training, team relations, professional stress, etc.

Профессиональное обучение и отношения в команде являются очень важными аспектами для руководителей и сотрудников. Ведь для руководителей-служащих без профессиональной подготовки характерны снижение уверенности в себе, слабая личная позиция, пассивные мотивы и отсутствие стратегической тактики. Профессиональная подготовка представляет собой совокупность специальных знаний, навыков и умений, необходимых для успешного выполнения работы.

Подготовка к трудовой деятельности не только вооружает его профессиональными знаниями, но и служит промежуточным мостиком для формирования и воспитания личности руководителей и служащих. Нам известно, что в настоящее время, когда наука и техника стремительно развиваются, а вес современных информационных технологий резко возрастает, важно улучшить подготовку руководителей-служащих к работе.

Получение им теоретических и практических знаний по своей профессии, постоянное общение руководителей и сотрудников с коллективом дает положительные результаты. Поэтому взаимный обмен мнениями в такой среде, сопоставление личных мнений с мнениями, высказанными другими, позволяет еще больше обогатить их правильность, правдивость, имеющиеся знания.

На основе анализа психологических ресурсов можно выделить следующие критерии уровня готовности руководителей-сотрудников к профессиональной творческой деятельности:

Личностная направленность и эмоционально-нравственная готовность;

Теоретико-познавательная готовность;

Конструктивно-проективная готовность определяется умением совмещать теорию и практику;

Общая эрудиция, общекультурная подготовленность;

Формирование профессионально-личностных качеств: креативность, рефлексия, профессионально-коммуникативная толерантность, эмпатия, педагогическая организованность;

Готовность к анализу собственной деятельности;

Высокая мотивация на стремление к успеху, развитие целеустремленности.

Наличие этих критериев у руководителей и сотрудников является гарантией их успешной работы без негативного стресса. Великий немецкий ученый Адольф Дистерверг говорил о регулярной практике педагога в науке: «Руководитель должен регулярно работать над собой. Только если он неустанно работает над совершенствованием своих знаний, он будет обучать, направлять и влиять на эффективность работы сотрудников.

Поэтому, чтобы руководитель неустанно работал над собой, ему необходимо иметь профессиональный профиль. Для менеджеров естественно иметь высокую профессиональную подготовку и повышать свою адаптивность в педагогическом коллективе. С нашей точки зрения, именно низкий уровень профессиональной подготовки руководителей-служащих вызывает проблемы в их адаптации в коллективе.

Как известно, понятие стресс изначально трактовалось как «адаптационный синдром». И не зря, ведь любой адаптационный период вызывает у человека состояние стресса. Однако срыв адаптационного периода может стать причиной профессионального стресса, эмоционального истощения и даже профессиональной деформации как хронического стрессогенного фактора.

Поэтому стресс всегда сопровождается физиологическими изменениями, такими как быстрая утомляемость, слабость. Согласно психологическим источникам, под профессиональным стрессом понимается реакция исполнительно-служащего органа на сложные педагогические ситуации.

Если обратить внимание на физиологию стресса, то после того, как информация о сложной ситуации достигает центров в головном мозге, мозг посылает сигнал организму на активацию необходимых дополнительных ресурсов, то есть симпатической системы, с целью усиления реакцию человека. В результате в организме человека происходят физиологические изменения, связанные со стрессом.

По медицинским данным такое состояние длится 30 минут в организме человека. После этого стрессовые факторы воспринимаются как негативное воздействие и начинают повреждать иммунную систему и нервную систему человека. Настоящая причина этого в том, что если отнести это к работе, то

руководитель-сотрудник начинает тратить много энергии на выполнение поставленной перед ним задачи, и его трудоспособность на определенный период времени угасает. По этой причине руководители-служащие с высоким уровнем профессиональной нагрузки испытывают повышенную физическую утомляемость и снижение работоспособности. Этот показатель имел обратную статистически значимую связь с высоким уровнем профессионального стресса у лиц со стажем работы до 10 лет. Основная причина этого в том, что к этому времени он имеет свою позицию в коллективе и старается как можно выше выполнять профессиональные требования для сохранения этой позиции.

В результате физиология человека начинает ощущать физическую усталость, и такая ситуация проходит годами, приводя к снижению трудоспособности руководителей и сотрудников.

Следующей нашей шкалой были исполнительные способности, которые не имели статистически значимой связи с каким-либо уровнем стресса. Причину этого можно объяснить следующим образом, применительно к нашему отечественному ментальному воспитанию: независимо от уровня профессионального напряжения у руководителей-служащих они всегда стараются выполнять поставленные перед ними задачи в связи с их профессией.

Коммуникативная способность означает формирование социального восприятия в межличностных отношениях, умение передавать и анализировать информацию. Достоверная корреляция с коммуникативными способностями наблюдалась у наших руководителей-сотрудников с низким уровнем профессиональной стрессоустойчивости, имеющих стаж работы до 10 и более 15 лет. Эту ситуацию можно объяснить следующим образом: К. Роджерс говорит, что человек достигает состояния катарсиса, вербализируя свои негативные эмоции. В результате болезненные переживания негативных эмоций сменяются легкостью и спокойствием.

По результатам исследования можно сказать, что наши руководители-сотрудники с коммуникативной компетентностью преодолевают болезненные переживания в стрессовых ситуациях путем их вербализации. Кроме того, эта категория руководителей-сотрудников успешно адаптировалась к своему месту в коллективе, одним словом, стала с коллективом «одной семьей», поэтому всегда стремится к конструктивному общению.

Одной из шкал, которая имеет статистически значимую связь с уровнем профессионального стресса, является адаптация. Адаптация– это динамический процесс, связанный с приспособлением живого организма к изменяющимся условиям. Именно процесс приспособления к изменяющейся внешней среде всегда выступал в той или иной степени стрессовой ситуацией.

Потому что адаптация к новой среде, новым условиям и новым требованиям вызывает у руководителей и сотрудников активацию сигналов тревоги, связанных с внешними воздействиями. Если обратить внимание на результаты, то мы наблюдаем, что высокий уровень профессионального стресса у молодых специалистов со стажем работы до 5 лет имеет обратную корреляцию со шкалой адаптации, а положительную статистически значимую связь со средним уровнем профессионального стресса.

Эти два случая доказывают, что если руководители-сотрудники успешно адаптируются в коллективе, то уровень профессионального стресса будет ниже. Кроме того, первые 5 лет любой трудовой деятельности тратятся на адаптацию специалиста в коллективе и подтверждение своего социального положения в коллективе. Поэтому у молодых руководителей-сотрудников

выявляется самообладание в стрессовых ситуациях, высокое стремление адекватно оценивать ситуацию, стремление наладить со всеми положительные межличностные отношения, чтобы стать настоящим членом коллектива, высокий уровень профессионализма. мотивация облегчают их адаптацию к окружающей среде и снижают уровень профессионального стресса. Статистическая связь между низким уровнем профессионального стресса и адаптацией у наших руководителей-сотрудников со стажем работы до 10 лет свидетельствует об их адаптированности к коллективу и о том, что руководители-сотрудники умеют принимать ситуации в коллективе и находить рациональные решения. к возникающим групповым проблемам.

Наша следующая шкала- уверенность в себе. По этому показателю у руководителей-сотрудников со стажем работы до 5 лет выявлена обратная корреляционная связь с низким уровнем профессионального стресса. Уверенность в себе– это уверенность человека в своих силах, знаниях, профессиональном потенциале. Самоэффективность связана с профессиональным восприятием и самооценкой. Мы знаем, что любой новый, молодой специалист приходит на работу полным энергии, богатого профессионального воображения и потенциала. В первые годы руководители-сотрудники используют этот потенциал, чтобы получить признание опытных членов коллектива. Иными словами, уверенность молодого сотрудника в своих силах обеспечивает его успешную адаптацию в коллективе.

Потому что через эту уверенность он показывает свой потенциал, решительность, стремление к цели. В противном случае руководители-сотрудники будут с трудом адаптироваться и станут подвержены профессиональ.

Поэтому желательно, чтобы у руководителей-сотрудников наладились хорошие отношения в коллективе и адаптация, чтобы не поддаваться профессиональному стрессу.

Литература.

1. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие учения и современное состояние проблемы. М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 1995. 136 с.
2. Бодров В.А. Информационний стресс. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1997. С.62-64.
3. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: -PerSe. 2006, С.146-148.
4. Васильев В.Н. Здоровье и стресс. – М.: Знание, 1991. –46 с.
5. Визитова С.Ю. Психологический стресс: диагностика и коррекция. Методическое пособие / С.Ю.Визитова.– Южно-Сахалинск: ИРОСО. 2010.– 48 с.
6. Гринберг Дж. Управление стрессом / Дж. Гринберг.-СПб.: Питер, 2004. -496 с.: ил. - (Серия "Мастера психологии").

МОТИВАЦИЯ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Файзиев Я.З Зиёев Д. Я.
(г.Бухара, Узбекистан)

Здоровье — это состояние полного духовного, физического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. [1]

Первостепенное значение физического благополучия для здоровья человека несомненно, но в настоящее время оно становится особенно актуальным. Связано это в первую очередь и с кризисным состоянием здоровья детей, и с их гипокинезией, и с трудностями адаптации к повышенным умственным нагрузкам в школах нового типа.

Одним из главных составляющих успешного выполнения физкультурно-спортивной деятельности является мотивация.

Процесс совершенствования системы физического воспитания студентов основан на широком использовании научных достижений в области социальных, педагогических и естественных наук, но на протяжении последних лет достаточно сложен и обусловлен многими факторами, среди которых существенным является мотивация к занятиям физической культурой. [1] В последнее время наблюдается общая тенденция возрастания роли физической культуры и спорта в жизни студентов повышается уровень положительной мотивации к систематическим занятиям физической культурой, спортом, к здоровому образу жизни.

Мотивы спортивной деятельности бывают разными. Это и стремление укрепить здоровье, сформировать осанку, это и желание развить двигательные и волевые качества. Интересы мальчиков и девочек различны: девочки чаще всего думают о красивой фигуре, гибкости, изяществе движений и походки, реже о развитии быстроты, выносливости, силы. Мальчики же хотят развить силу, выносливость, быстроту, ловкость.

Меняется значимость привлекательных сторон физической культуры и с возрастом. Если младшие школьники проявляют интерес к двигательной активности вообще (дети любят побегать, попрыгать, поиграть, не очень задумываясь над тем, что это является средством их физического и психического развития), то подростки занимаются физическими упражнениями уже с какой-то конкретной целью. У старшеклассников на первом месте стоят мотивы, связанные с их жизненными планами, то есть с подготовкой себя для определенной профессиональной деятельности. [4]

Активность, дисциплинированность спортсмена, продолжительность, собранность и результативность его работы определяются мотивацией в тренировочном процессе. Мотивация должна базироваться на потребностях спортсмена, идти через иерархию стратегических, тактических и технических целей и находить выражение в конкретных побуждениях. Изменив порядок знаменитой греческой триады, можно сказать, что мотивация строится по принципу: хочу - могу - должен. Осознанное желание, сформулированное в виде четкой цели, высокая вероятность ее достижения и понимание обязательности определенных действий, необходимых для решения личных и общественных задач, побуждают спортсмена к упорным тренировкам в течение многих лет.

Здесь рассматриваются не мотивы, побуждающие к занятиям спортом, а мотивация спортсмена к продолжительному нагрузочному тренировочному процессу с целью достижения высоких спортивных результатов.

Постановка далеко отставленных целей. На каком бы этапе спортивного пути ни находился спортсмен, перед ним всегда необходимо ставить далекие, многолетние перспективные цели, вплоть до целей самого высокого порядка.

Каких бы успехов ни достиг спортсмен, ему постоянно надо прививать мысль, что достигнутый результат далек от его реальных возможностей, что тут же, вслед за достигнутой, встает новая, более высокая цель. Далеко отставленная высокая цель через серию промежуточных целей в тренировочном процессе определяет постоянную установку на качественную работу на любом этапе спортивного совершенствования. Поэтапное достижение этих целей обусловливает стойкое, спокойное и уверенное состояние спортсмена. Далеко отставленная цель высокого порядка помогает спортсмену понять разницу между ближней и дальней мотивацией, спокойно пренебрегать мелкими радостями ради великого счастья большого спортивного достижения. [3]

Мотивы спортивной деятельности не только побуждают человека заниматься спортом, но и придают занятиям субъективный, личностный смысл. Разные спортсмены, занимаясь одним и тем же видом спорта, выполняя одинаковые по сложности и интенсивности тренировочные нагрузки, нередко руководствуются разными, порой прямо противоположными мотивами, придают различное значение своим занятиям, поэтому и оценка их поведения должна быть различной.

Следует учитывать, что мотивы спортсменов весьма динамичны по своему содержанию. В процессе спортивного совершенствования они изменяются, преобразуются под влиянием обстоятельств, других спортсменов, оценки собственных действий и поступков, а главное - целенаправленной воспитательной работы.

А.Ц. Пуни на основании специальных исследований установил следующую динамику мотивов спортивной деятельности:

1. *Мотивы начальной стадии занятия спортом побуждают к включению в спортивную деятельность*. К ним относятся: мотив эмоциональной привлекательности физических упражнений, базирующийся на естественной потребности человека в физической активности; мотив долженствования, определяемый необходимостью заниматься физической культурой и спортом; ряд других мотивов.

Общими для мотивов начальной стадии являются такие особенности, как недостаточная осознанность потребностей, лежащих в их основе, диффузность, нестойкость, неопределенность и взаимозаменяемость различных способов удовлетворения.

2. Дальнейшее развитие мотивов связано с устойчивостью занятий избранным видом спорта, достижением определенных успехов в нем, расширением специальных знаний и навыков. [2] Мотивы спортивной деятельности функционируют, не изолировано, а взаимосвязано, образуя мотивационные комплексы. Такой комплекс состоит из доминирующих и второстепенных, подчиненных, мотивов. Так, у спортсменов 1 разряда мотивы группируются в два мотивационных комплекса: в первом, условно названном коллективистическим, доминирующими являются общественные и моральные мотивы, а подчиненными - мотивы самоутверждения и любви к спорту; во втором, называемом индивидуалистическим, доминирующую роль играют мотивы самоутверждения и

самовыражения, а коллективистические мотивы выступают как второстепенные.

Индивидуалистическая мотивация иногда оказывается препятствием для успешного выступления в командных соревнованиях из-за ее противоречия самому характеру соревнований. Доминирующая мотивация (коллективистическая или индивидуалистическая) довольно устойчива, что позволяет говорить о сформированности определенного типа нравственной мотивации спортивной деятельности на стадии специализации.

3. При достижении спортсменом стадии высшего спортивного мастерства прежние мотивы как бы отступают на второй план. Доминирующим, определяющим поведение спортсмена становится мотив достижения успеха. Спортсмен испытывает потребность в предельных физических усилиях, в переживании состояния максимальной психической напряженности, в чувстве преодоления соперника, снаряда, веса, времени, самого себя, а главное, потребность добиться высоких спортивных результатов.

Доминирование на стадии высшего спортивного мастерства мотива достижения успеха вовсе не означает, что на этой стадии спортсменами движет только стремление к личному успеху. Тренируясь и выступая на соревнованиях, спортсмен не думает, что смысл всей его деятельности сводится к преодолению определенного веса, определенной дистанции за необходимое время или к победе над соперником. Наоборот, все это выступает как критерий достижения других, общественно значимых целей. Эти победы, нужны самому спортсмену для дальнейшего спортивного роста, они нужны коллективу, за который он выступает, они приносят славу Родине, и не только спортивную. Наконец, рекорды нужны всему человечеству: они показывают безграничность возможностей человека.

По сравнению с другими видами деятельности в спорте высокое психическое напряжение принципиально неустранимо, без него невозможно превышение прежних рекордов. Поэтому у спортсменов на стадии высшего спортивного мастерства формируются не только мотивы достижения успеха, но и мотивы избегания неудачи. Любая ситуация, которая актуализирует у спортсмена мотив достижения успеха, одновременно порождает и опасения неудачи. Какой мотив возникнет - мотив достижения успеха или мотив избегания неудачи, - зависит от субъективных оценок вероятности достижения цели, которые складываются под влиянием соревновательного и жизненного опыта. Таким образом, формируется устойчиво доминирующий тип мотивации деятельности.

Спортсмены, у которых доминирует мотив достижения успеха, характеризуются низкой тревожностью, настойчивостью в достижении поставленных целей, уверенностью в правильности своих действий, независимостью, стремлением к соперничеству, постановкой перед собой трудных задач и умением прилагать большие волевые усилия для их решения.

Спортсмены, у которых преобладает мотив избегания неудач, тревожны и не уверены в себе, склонны сдерживать свою активность в достижении цели, их поведение носит преимущественно оборонительный характер, они чаще защищаются и действуют на контратаках. В спортивных играх можно видеть, как хорошо подготовленная, но не очень честолюбивая команда все время ведет контратакующую игру, несмотря на разученные атакующие варианты.

Наиболее отчетливо эти особенности поведения проявляются в индивидуальной манере ведения поединка. Спортсмены, у которых доминирует мотив достижения успеха, предпочитают атакующий стиль поведения: число атакую-

щих действий у них больше, чем у спортсменов, у которых доминирующим является мотив избегания неудач. [26]

Формирование мотива достижения успеха. Иногда спортсмен, достигнув определенного (чаще всего высокого) уровня спортивных достижений, сохраняя внешне активность и добросовестность в тренировках, начинает думать о достаточности этих результатов: «Не выступить бы хуже, на улучшение я не рассчитываю». Такие мысли могут вести к формированию мотива избегания неудачи. Как только спортсмена зарождается этот мотив, рост результатов становится маловероятным, так как исчезают установки на улучшение результатов («сегодня делать лучше, чем вчера»), поскольку достаточно и вчерашнего. Формирование и поддержание мотива достижения успеха осуществляется с опорой на определенные свойства личности, и в первую очередь на честолюбие в его положительном значении. К огромной, трудной, многолетней работе спортсмена стимулирует (наряду с другими, факторами) стремление быть знаменитым, желание спортивной славы.

На эффективность тренировочной и соревновательной деятельности влияет большое количество факторов. Основными из них являются: факторы внешней среды, мотивация занимающихся, спортивные способности и биологическая предрасположенность к двигательной деятельности, психологический климат в коллективе, умение тренера управлять тренировочным процессом, активность занимающихся во время тренировок.

Деятельность в спорте высших достижений связана с высоким психологическим напряжением, порождаемым несоответствием требований спортивной деятельности возможностям спортсмена и направленным на устранение этого несоответствия.

По сравнению с другими видами деятельности в спорте высокое психическое напряжение принципиально неустранимо, без него невозможно превышение прежних рекордов. Поэтому у спортсменов на стадии высшего спортивного мастерства формируются не только мотивы достижения успеха, но и мотивы избегания неудачи. Любая ситуация, которая актуализирует у спортсмена мотив достижения успеха, одновременно порождает и опасения неудачи. Какой мотив возникнет - мотив достижения успеха или мотив избегания неудачи, - зависит от субъективных оценок вероятности достижения цели, которые складываются под влиянием соревновательного и жизненного опыта. Таким образом, формируется устойчиво доминирующий тип мотивации деятельности.

Литература.

1. Коджаспиров Ю.Г., Сытник В.И., Крупник Е.Я. Исследование мотивации студентов не физкультурных вузов, избравших своей специализацией спортивные единоборства // Теория и практика физ. культуры. - 1998. - № 1. - С. 41-44.
2. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, В.А. Кашкаров, И.П. Кравцевич и др; Под ред. Ю.Д. Желязняка. - М.: Академия, 2002. - 384 с.
3. Психология: Учебник для техникумов физ. культуры / Под ред. А.Ц. Пуни. - М.: Физкультура и спорт, 1984. - 255 с.
4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. - 480 с.

ИДЕНТИФИКАЦИЯ С ТЕЛОМ КАК СТРУКТУРООБРАЗУЮЩИЙ ФАКТОР ЛИЧНОСТНОГО ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ

Фещенко М.В.
(Россия)

Аннотация. Данная статья затрагивает тему идентификации с телом, а также нарушения самоидентификации вследствие прохождения кризиса или пережитого травматического опыта. Мы хотим представить обобщение по теме и впоследствии научно обосновать практические методы работы, направленные на помощь клиенту в выстраивании идентичности через восстановление контакта с собственным телом.

Ключевые слова: тело, идентификация, опора

Annotation. This article is dedicated to the identity with one's body and disruptions of self-identity as a result of passing through a crisis or traumatic experience. We want to represent some general points and afterwards to establish scientifically the methods that can aid the person to recover contact with the body and self-identity.

Keywords: Body, identification, reliance

Введение. В течение жизни человек проходит ряд этапов в становлении собственной идентичности, формировании представления о себе. Оно меняется на разных этапах, в период возрастных и экзистенциальных кризисов, под влиянием внешних событий и социальных связей. По В.В. Козлову, одна из структур идентификации личности - «Я-материальное», ее центром является образ телесности, телесность как таковая и отношение к телу. «Первое - это телесность и отношение к телесности, а также то, что человек получает из этого опыта. Поскольку это первичная, стержневая структура человеческого самосознания, то на базовых отношениях к телесности формируются все другие конструкции Эго и Эго-идентификаций». [Козлов, 2003, с.80]

Мы предполагаем, что хороший контакт с телом и устойчивая идентификация с ним может дать опору для выстраивания собственной идентичности и представления о себе на протяжении всей жизни и при прохождении кризисов.

Тело как источник информации:

1) Половые признаки, идентификация с полом и впоследствии с гендером. Внешние признаки, которые позволяют человеку отнести себя к определенной расе, национальности (цвет кожи, глаз, волос, разрез глаз и т.п.). Также это черты внешности, переданные по наследству, сходство с родителями или кем-то из родственников. Это позволяет идентифицироваться с семейной группой, чувствовать принадлежности, «быть «своим». Может возникнуть желание узнать о своих корнях: социальном статусе и роде деятельности предков, условиях и обстоятельствах их жизни.Здесь мы можем говорить о том, что отсутствие информации затрудняет самоидентификацию, например, у ребенка, оставшегося без родителей, остается потребность узнать, кем они были, какими, как выглядели.

Рассматривая тело как источник информации, можно сказать также о физических возможностях и ограничениях человека. Это представление о своем здоровье, силе, уникальных способностях. Эти характеристики могут быть как неотъемлемыми (например, врожденное генетическое заболевание), так и подлежащими изменению. Также это приобретенные в течение жизни

отличительные знаки типа шрамов, татуировок или изменений тела в результате несчастных случаев/операций. Все это составляет индивидуальную картину, позволяющую отличать человека от других, выделять его, а для самого человека это совокупность признаков, по которым он может идентифицировать себя, создавать образ Я.

Н.Шнаккенберг в книге «Мнимые тела, подлинные сущности» пишет: «Наша способность узнавать себя и идентифицировать с узнаваемым образом считается особенно существенной для осознавания сути своего Я среди других таких же как мы. В дальнейшем на базе этого осознавания мы можем выстраивать более сложные формы самоидентичности такие как, например, диахроническое (во времени) чувство Я». И еще: «Глядя в зеркало, мы видим богатую систему опыта, на которую накладываются наши нынешние идеи и представления о том, кем мы были и кто мы сейчас». [Шнаккенберг, 2018, 23]

2) Тело как источник и проводник ощущений. Есть несколько видов ощущений: экстероцептивные (от внешних стимулов), интероцептивные (от внутренних органов и систем), проприоцептивные (от мышц, сухожилий, о положении тела в пространстве). Замечая и осознавая эти ощущения, человек может:

- чувствовать отдельность от внешнего мира (границы я/не я);
- получать и анализировать информацию о внешнем мире;
- оценивать свое состояние, физическое благополучие/неблагополучие;
- получать информацию о возможностях и ограничениях своего тела.

Эта информация помогает выстраивать представление о себе (кто я), о мире и о себе в мире (какое место я занимаю, как вписываюсь в общую систему).

Формирование телесной идентичности в процессе онтогенеза: Первый опыт отдельности получает младенец при рождении и отделении от матери. В раннем возрасте, через телесный контакт с матерью, ее прикосновения начинают формироваться границы тела, впоследствии происходит осознанное отделение Я/не-Я.

[Цит. по: Рупперт, 2019, с.26] «…формирование самосознания – это процесс, в значительной степени организованный префронтальной корой. Посредством (…) объединения в сеть разных отделов действующей префронтальной коры со временем возникает чувство себя, которое передается в разные части психики и в наиболее благоприятном случае делает возможным их объединение».

Подростковый возраст наиболее показателен, как период трансформации, перестроек на всех уровнях, с необходимостью заново выстраивать свою идентичность с учетом изменения тела. Развитие вторичных половых признаков предполагает новый этап идентификации с собственным телом. Может иметь место дисморфофобия, непринятие своего тела.

Отдельное внимание заслуживает период старения, когда физические возможности и внешность претерпевают очевидные изменения.

Идентификация с телом, опоры, границы:

Мы предполагаем, что идентичность связана с ощущением собственных границ, возможностью отделять «Я» от «не-Я», «мое» от чужое». При размытой идентичности подобные выборы могут быть серьезно затруднены. Также мы предполагаем, что если у человека нет устойчивой и при этом достаточно гибкой идентичности, он может ощущать недостаток опоры. Это проявляется как психологически (неуверенность в себе, тревожность, мнительность), так и физически - слабость ног, спотыкание при ходьбе, боли в коленях и стопах.

Нехватка внутренних опор и потребность найти внешнюю может привести к тому, что человек будет следовать несвойственным ему, привнесенным стандартам, например, в попытках «подогнать» свою внешность, тело под определенные требования, следуя авторитету или какой-либо идее/концепции. Н. Шнаккенберг в книге «Мнимые тела, подлинные сущности» упоминает о «мнимом Я», false self по Винникоту: «Я твердо убеждена, что конфликты с внешностью возникают из боли от ведения жизни в качестве мнимого Я, и следовательно, могут быть разрешены, если позволить подлинному Я вновь проявиться». [Шнаккенберг, 2018, с.22]

Идентификация с телом может нарушаться вследствие пережитого травматического опыта. Имеет место диссоциация, отчуждение от тела, может снижаться чувствительность, способность к восприятию и обработке всех видов ощущений. Это затрудняет функционирование, ограничивает возможности взаимодействия с окружающей средой и вариативность поведения. На уровне тела это может быть замершее или неглубокое дыхание, невозможность дышать полной грудью, застывший взгляд, «маска» на лице, зажимы в отдельных областях тела, ограничение подвижности мышц и суставов, а также это может проявляться в работе внутренних органов и систем органов. Также может быть нарушена целостность представления о себе, одной из составляющих которого является представление о теле, наличие устойчивого образа тела и образа Я. М. Хирш в книге «Это мое тело… и я могу с ним делать, что хочу» пишет: «Основная цель диссоциации тела как следствия травмы – создать в своем теле «не-Я», чтобы иметь объект, над которым жертва, в свою очередь, обретает власть, с которым она может обращаться». [Хирш М., 2018, с.27]

Мы можем говорить о том, что восстановление контакта с телом через ощущение опор, границ тела, через восстановление чувствительности и контакта со своими эмоциями создает основу безопасности, позволяет возвращать более полное самоощущение, возможность проявляться и взаимодействовать с внешним миром, а также выстраивать идентичность. [Цит. по Рупперт, 2019, с.165] «Для сопровождения клиента на его пути к регулируемому и стабильному Я-состоянию в терапии необходимо активизировать деятельность вентральной ветви блуждающего нерва. Восстановление здорового отношения к базовому переживанию себя является целительным в терапии».

Мы можем говорить, что психотерапия, в том числе, телесно-ориентированная, дает возможности интеграции ощущений, эмоций, чувств, более полной идентификации с телом, создания основы для взаимодействия между всеми структурами личности.

Литература.

1. Козлов В.В. Работа с кризисной личностью. Методическое пособие. – М.: Изд-во института Психотерапии, 2003. - 302 с.
2. Рупперт Ф. Мое тело, моя травма, Я. Сборник статей по Ориентированной на идентичность терапии психотравмы (ОИТП) Франца Рупперта. СПб.: Изд-во ООО «Меридиан-С», 2019. – 385 с.
3. Хирш М. Это мое тело…и я могу делать с ним что хочу»: Психоаналитический взгляд на диссоциацию и инсценировку тела/ Пер. с нем. – М.: Когито-центр, 2018. – 381 с.

4. Шнаккенберг Н. Мнимые тела, подлинные сущности/. Преодоление конфликтов идентичности с внешностью и возвращение к подлинному Я./ пер. с англ. – 2 изд. Испр. и доп. – Калининград: Phoca Books, 2018. – 376 с.

ИДЕНТИФИКАЦИЯ ФАКТОРОВ СЕМЕЙНЫХ РАЗВОДОВ И ПУТИ ИХ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ

Хакимова Ф. Х., Аъзамова М.А.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. В этой статье проблемы разводов молодых семей в большей степени связаны с их морально-психологической, экономической неподготовленностью к ведению семьи и совместного быта, а не возрастом вступления в брак.

Ключевые слова: молодых семей, реализация, потенциала укрепления семей, Недостаточная подготовленность молодежи, семей развод, подготовки молодежи к семейной жизни, неполных семей

Annotation. In this article, the problems of divorce of young families are more related to their moral, psychological, economic unpreparedness for family management and living together, and not the age of marriage.

Key words: young families, implementation, family strengthening potential, Insufficient preparedness of youth, divorce families, preparation of youth for family life, single-parent families

Создание крепкой и счастливой семьи всегда являлось одним из главных ценностей, залогом счастливой жизни для граждан нашей страны. Следовательно общество стремится к сохранению этой ценности, прилагает огромные усилия для недопущения распространения распада браков, неполных семей, увеличения числа детей, лишенных родительских забот. Данная задача требует изучения и глубокого анализа факторов и причин семейных разводов, и по результатам этого анализа разработка действенных мер по их предотвращению.

Актуальность данной задачи также подтверждается Концепцией укрепления института семьи в Республике Узбекистан, которая определяет проведение комплексных исследований и разработку мер по предотвращению семейных разводов и их социальных последствий одним из приоритетов государственной политики в области укрепления института семьи.

В целях реализации указанных задач Научно-практическим исследовательским центром "Оила" было проведено исследование, направленное на изучение причин и факторов семейных разводов, оценку роли и эффективности деятельности структур и институтов, ответственных за поддержку семей и укрепления института семьи на местах, а также разработка мер и рекомендаций по усилению потенциала укрепления семей, устранению факторов и рисков, обуславливающих росту семейных разводов по результатам данного исследования.

Результаты исследования показали, что основными причинами разводов являются отсутствие взаимопонимания и согласия, постоянные ссоры и конфликт между супругами (22,5%), отсутствие детей в семье/бесплодие (15,6%), постоянное вмешательство родственников супругов в их жизнь, конфликты с

ними (15%), алкоголизм (11%). Среди причин развода также названы ситуации, свидетельствующие об ограничении свободы и возможностей супруги в семье, такие как установление супругом, его родственниками запрета ей работать/учиться, рукоприкладство, лишение прав в решении вопросов, касающихся различных аспектов жизни семьи. Почти 2% респондентов указали в качестве основной причины распада их семьи утрату связи с семьей, супруга/супруги, уехавший на работу заграницу.

При этом местные эксперты, принимавшие участие в экспертном опросе, указывали на ряд факторов и предпосылок, которые, по их мнению, обусловливают ситуации, приводящие к распаду семей. В качестве таких основных факторов, за исключением объективных факторов (бесплодие, лишение свободы по решению суда), названы недостаточная подготовленность молодежи к семейной жизни, совместное проживание супругов с родственниками, материальные трудности в семье.

Недостаточная подготовленность молодежи к семейной жизни, помимо субъективных причин, в значительной степени обусловлена отсутствием системной и скоординированной работы уполномоченных организаций и учреждений на местах, ответственных за проведение данных работ по подготовке молодежи к семейной жизни, особенно молодых людей. Проведенный анализ также показал, что кроме фрагментарности, низкая эффективность деятельности ответственных организаций в данном направлении, особенно в сельских районах, обусловлена ее слабой обеспеченностью информационными и агитационными материалами, предназначенными для молодежи, вступающей в брак.

На фоне указанных проблем ведение качественного обучения по вопросам семьи в профессиональных учебных заведениях, общеобразовательных школах обретает крайне важное значение.

Результаты исследования позволяют сделать однозначный вывод о том, что без существенного расширения спектра работ по подготовке молодежи к семейной жизни, без обеспечения комплексности и системности этих работ, невозможно добиваться ощутимых результатов в сфере обеспечения устойчивости молодых семей.

Таким образом, проблемы разводов молодых семей в большей степени связаны с их морально-психологической, экономической неподготовленностью к ведению семьи и совместного быта, а не возрастом вступления в брак.

Согласно результатам исследования часть разводов случается вследствие экономических проблем семей, либо обстоятельств, обуславливающих их, в том числе долги семьи (домохозяйства), возникающие в результате непосильных для семьи затрат на проведение свадьбы.

Работники загсов указывают на вступление в брак многих молодых людей, не достигших материальной независимости от своих родителей, родственников, как причину нестабильности их семей. Данная причина также перечисляется участниками исследования среди факторов, указывающих на необходимость расширения мер по подготовке молодежи к семейной жизни, особенно молодых людей, повышению их социально-экономической ответственности перед семьей.

Как было отмечено выше, значительная часть семей разводятся по причине отсутствия детей в семье/бесплодия одного из супругов. Исследование позволило выявить крайне тревожную тенденцию в данном вопросе: многие бездетные семьи не проходят все необходимое обследование и лечение, а предпочитают разводиться. В ходе опроса лиц, подававших заявление на рас-

торжение брака по причине бездетности, выяснилось, что большинство из них не получили необходимые квалифицированные консультации специалистов и не обладают необходимой ориентацией, чтобы пройти комплекс медицинских процедур и лечения.

Исследования показало, что рост разводов в определенной степени имеет институциональные предпосылки, которые выражаются в низкой эффективности мер, проводимых разными уполномоченными организациями, учреждениями в сфере организации работ с проблемными семьями, оказавшимися на грани развода, оказания им содействия в решении проблем, являющихся причинами данной кризисной ситуации, Опрошенные специалисты в качестве основной причины низкой эффективности деятельности данных учреждений и их специалистов указывают на отсутствие, до недавнего времени, специального обучения по работе с семьями, оказанию им помощи и содействия в тяжелых семейных и жизненных ситуациях, организации работ, направленных на профилактику таких ситуаций.

По мнению большинства опрошенных экспертов низкая эффективность работы примирительных комиссий при органах самоуправления граждан является одним из серьезных факторов низкой результативности примирительных мер, также в ходе исследования выяснилось, что в некоторых махаллях не сформированы такие комиссии.

Крайне важной является собственная оценка респондентов своего решения о разводе, и его последствий, а также возможных условий сохранения семьи. В качестве условия сохранения семьи 24,8% респондентов назвали «если бы родственники супруга\супруги не вмешивались в нашу жизнь», 21,1% - «если бы была возможность жить отдельно», а также 9% - «если бы мне или супруге/супругу была оказана помощь в трудоустройстве и мы смогли бы исправить материальное состояние нашей семьи».

Безусловно, самым трагичным последствием разводов является дети разведенных пар, которые в большинстве случаев лишаются заботы и общества одного из родителей. По данным опроса 61,2% семей на момент развода имели детей. Опрошенные эксперты отмечают необходимость пересмотра механизмов реализации прав детей разведенных семей и полного обеспечения обязанностей родителей перед ними.

Проведенный анализ исследования позволил сформулировать следующие предложения и рекомендации.

а) разработка и утверждение единой концепции подготовки молодежи к семейной жизни, включающей в себя принципов формирования системы организации обучения по вопросам семьи и семейных ценностей в учебных заведениях;

б) проведение специального исследования вопросов доступности услуг по диагностике, лечению бесплодия, выработка предложений по повышению их доступности, особенно в сельской местности; внедрение при районных, городских поликлиниках комиссий по рассмотрению и выдаче заключений о бесплодии, рассмотрение вопроса правомерности обязательности данного заключения при рассмотрении дел по причине бездетности;

с) разработка новой редакции Положение о примирительных комиссиях при органах самоуправления граждан, предусмотрев в нем практические механизмы обеспечения и мониторинга результативности их деятельности, права примирительных комиссий;

д) внедрение практики обязательного прохождения беседы с психологом обратившихся в загсы с заявлением о заключении брака;

е) формирование обоснованного государственного заказа на подготовку семейных психологов в вузах;

в) выделение государственных грантов на издание в крупных тиражах общепризнанной литературы по укреплению семей и сохранения семейных ценностей;

г) налаживание электронного обмена информацией между судами и загсами для унификации данных по расторжению браков, а также своевременного учета судебных решений о расторжении браков;

На сегодня особую актуальность представляют вопросы проведения государственной политики в области социальной защиты населения и создания единого органа, координирующего всю работу с семьями. В этом направлении правительством Узбекистана разработан и представлен на обсуждение проект Указа Президента Республики Узбекистан «О мерах по коренному совершенствованию системы социальной защиты населения Республики Узбекистан», который станет правовой основой для дальнейших реформ в сфере повышения уровня и качества жизни людей, особенно малоимущих и уязвимых семей.

Литература.

1.Романов С.А. Психологические факторы и коорекция отклоняющегся поведения и подростков. Дис.канд.психол.наук.Москва.,2006г

2. Суннатова Р.И., Абдуллаева И.Д., Кадырова Х.А., Райков А.В., коллективная монография Психологическая концепция духовного развития личности в учении суфиев. - Ташкент – 2015

3.Петровсккий А.В. Проблема развития личности с позиции социальной психологии Вопросы психологии 1984 №4

4.Дубровина И.В Диагностическая и коррекционная работа школьного психолого;Сб.науч.тр./М.,1987г

5.Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2002.

6.Матюшичева М.И. Социально-психологический контекст развития креативности в младшем школьном возрасте. 2018.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ

Хасанов Р.А.

(г.Бухара, Узбекистан)

В настоящее время все больше говорят о том, что для подготовки спортсменов необходимо привлекать компетентных специалистов, способных грамотно спланировать и реализовать тренировочные программы. В связи с этим, тренерам рекомендуется постоянно повышать свои квалификации и привлекать к совместной работе знающих помощников, в том числе спортивных психологов. По нашему мнению, в спорте вопрос о привлечении именно психологов к работе со спортсменами является на данный момент актуальным и значимым, так как не все тренеры обладают психологической информацией и если даже и располагают ей, то зачастую не способны самостоятельно, без помощи специалистов, провести полноценную психологическую подготовку своих подопечных. Вместе с тем, лишь немногие спортивные школы (в том числе спортивные

школы Олимпийского резерва) могут позволить себе иметь психолога в качестве постоянного штатного специалиста. Настоящая работа посвящена показать важность психологического сопровождения профессиональной деятельности спортсменов и подвести некоторые итоги его осуществления на примере баскетбольной команды.

Стоить отметить, что подготовка спортсменов игровых видов спорта имеет свою специфику: в работе тренерам необходимо учитывать не только индивидуальные показатели отдельно взятых игроков, но и анализировать в целом процессы, происходящие внутри команды. Это добавляет сложность при понимании тренером тех психологических закономерностей, которые отражают особенности развития команды как малой группы. Безусловно, он может грамотно спланировать тренировочные упражнения, провести физическую подготовку спортсменов, поддержать их во время игры, при этом тренер не сможет грамотно проводить психологическую диагностику и тренинговые занятия.

В связи с этим, необходимо рассмотреть, каким же образом работа психолога может быть включена в тренировочный процесс баскетбольной команды и что именно может сделать психолог для оптимальной подготовки спортсменов.

Исходя из нашего практического опыта, мы считаем, что деятельность психолога в баскетбольной команде может быть направлена на непосредственную работу с баскетболистами и на взаимодействие с тренерским штабом. При этом, если мы берем младшие возрастные группы, то к этому добавляется и общение с родителями юных спортсменов. Теперь подробно опишем, что конкретно делает психолог в каждом из этих направлений.

Работа психолога с родителями в основном складывается из индивидуальных консультаций, в рамках которых важно рассказывать о возрастных аспектах психологического и личностного развития их детей, а также раскрывать специфику межличностных отношений, складывающихся в спортивных коллективах.

Тренерам необходимо раскрывать особенности психологической совместимости баскетболистов, комплектования «пятерок» с учетом личностных качеств игроков. Наряду с этим, психолог дает рекомендации по результатам непосредственной работы со спортсменами, которые существенно помогают при подготовке к соревнованиям.

Непосредственная работа с баскетболистами основывается на исследовании их индивидуальных и личностных особенностей. Чаще всего эту информацию можно получить, используя опросные методы исследования, наблюдение, а также тестирование, т.е. с помощью применения психологической диагностики. Полученные данные, наряду с разработкой рекомендаций для тренеров, используются в процессе подготовки к индивидуальным консультациям со спортсменами. Вместе с тем, диагностика может быть направлена не только на изучение индивидуальных особенностей игроков, но и на исследование внутригрупповых процессов в команде в целом. Необходимо измерять сложившийся психологический климат в группе, социометрическую структуру спортивного коллектива и т.д. Наш практический опыт показывает, что использование одной психологической диагностики недостаточно для полноценной психологической работы со спортсменами. В связи с этим, мы считаем необходимым проведение групповых работ с баскетболистами в форме тренинговых занятий.

Как правило, складывающиеся межличностные отношения в спортивной команде могут проявляться на трех уровнях: когнитивном, эмоциональном и поведенческом. Следовательно, психологическая работа должна быть составлена с учетом воздействия на каждый из перечисленных уровней. На когнитив-

ном уровне у баскетболистов необходимо формировать новые знания, позволяющие спортсменам принимать адекватные решения в складывающихся игровых ситуациях во время игры. На поведенческом уровне вырабатываются необходимые движения и схемы взаимодействия в «пятерках». Воздействуя на эмоциональный уровень, мы должны достичь оптимизации общего эмоционального фона в команде и гармонизации межличностных отношений спортсменов.

Следует отметить, что выбор подобной формы проведения групповой работы с баскетболистами не случаен, так как именно тренинг позволяет, во-первых, осуществить психологическое сопровождение тренировочного процесса, во-вторых, в таких занятиях эффективнее усваивается новая информация и вырабатываются необходимые профессиональные навыки.

Только комплексная работа, включающая и психологическую диагностику, и групповую работу, позволяет получить необходимый результат, т.е. эффективно подготовить спортсменов к соревнованиям и развить их личностный потенциал.

Проведено эмпирическое исследование по изучению влияния психотехнических упражнений на социально-психологический климат, сплоченность спортивной команды и на эффективность спортивной деятельности. Объектом исследования являлась спортивная (баскетбольная) команда, состоящая из мужчин в возрасте 18-25 лет, которые тренируются вместе в течение семи лет и участвуют в соревнованиях. На основании изученной литературы, посвященной данной проблематике, а также изучению социально-психологического климата группы и групповой сплоченности, в исследовании проверялись две гипотезы. Социально-психологический климат команды и степень ее сплоченности влияют на внутрикомандные отношения и на успешность групповых выступлений. После проведения серии психотехнических упражнений в данной спортивной команде улучшатся взаимоотношения по горизонтали (система «спортсмен-спортсмен»), в результате чего изменятся в положительную сторону социально-психологический климат и групповая сплоченность команды.

Актуальной проблемой стало то, что через несколько лет тренировок группа спортсменов, занимающихся вместе, не представляет собой команды, необходимой для выполнения групповой программы соревнований. Помимо того, что многие просто перестают посещать тренировки, из тех, кто продолжают тренироваться, для тренера не всегда представляется возможным составить группу.

Нами были использованы следующие методики: 1. Тест по изучению социально-психологического климата; 2. Социометрический метод Дж. Морено; 3. Психотехнические упражнения.

Особенность предлагаемого подхода – игровая форма коллективных упражнений.

Общее количество занятий – 20. Занятия проводились раз в неделю, продолжительность каждого из них – 45-60 минут. В ходе одного занятия проводилось 3-4 упражнения в зависимости от затраченного на них времени. Занятия начинались с приветствия, каждое упражнение сопровождалось обсуждением.

Исследование условно можно разделить на три этапа:

Первичная диагностика:

1. Изучение социально-психологического климата с целью выявления его среднегрупповой оценки.

2. Социометрическое исследование, цель которого – диагностика межличностных отношений неформального типа, измерение степени сплоченности и показателей удовлетворенности своим положением в группе.

Проведение психотехнических упражнений (20 занятий):

До тренировки (цель – создание групповой сплоченности, улучшение социально-психологического климата);

После тренировки (цель – улучшение социально-психологического климата, снятие эмоционального и физиологического напряжения).

Вторичная диагностика (после проведения психотехнических упражнений):

1. Изучение социально-психологического климата с целью выявления его среднегрупповой оценки.

2. Социометрическое исследование, цель которого – диагностика межличностных отношений неформального типа, измерение степени сплоченности и показателей удовлетворенности своим положением в группе.

При анализе результатов исследования использовались статистические методы обработки, с помощью которых было выявлено следующее:

✓ после проведения психотехнических упражнений среднегрупповая оценка климата увеличилась, что свидетельствует об улучшении социально-психологического климата.

✓ с помощью социометрического метода было определено количество положительных и отрицательных взаимовыборов до и после проведения психотехнических упражнений. До проведения упражнений в группе было шесть положительных взаимовыборов, по окончании занятий их число увеличилось до девяти.

✓ подводя итоги качественному изучению динамики, можно сделать вывод о том, что количество положительной динамики преобладает, что было подтверждено с помощью статистического многофункционального критерия Фишера;

✓ показатели коэффициентов удовлетворенности (Куд) своим положением в группе увеличились, но изменения являются статистически не значимыми. Следует отметить, что имеется положительная динамика по средним значениям, что позволяет предположить о наличии тенденции к росту удовлетворенности своим положением в группе;

✓ после проведения психотехнических упражнений индекс групповой сплоченности увеличился, что свидетельствует о положительной динамике изменений;

✓ был составлен рейтинг психотехнических упражнений, наиболее способствующих достижению поставленной нами цели;

✓ необходимо отметить, что на данный момент, исследуемая баскетбольная команда поднялась в рейтинге на одну ступень выше (с седьмого на шестое место).

Таким образом, это также позволяет говорить о том, что психотехнические упражнения влияют на внутрикомандные отношения, что, в свою очередь, влияет на успешность групповых выступлений.

Можно увидеть, что работа психолога очень важна в спорте, в частности в хоккее. Она необходима как тренеру, так и спортсменам. Чаще всего сама психологическая работа не видна внешним обывателям, тем не менее, ее необходимость осознается каждым спортивным специалистом. Поэтому мы считаем, что данная работа позволила еще раз аргументировать важность психологического сопровождения профессиональной деятельности спортсменов, а также

указать на главные вопросы, которые стоят перед психологом, работающим с хоккейными командами.

Литература.

1. Дубровина И.В. Психическое здоровье детей и подростков. - М.: Академия, 2009.
2. Пахальян В.Э. Развитие и психологическое здоровье: Дошкольный и школьный возраст. - М.- СПб.: Питер, 2006.
3. Хотулева М.С. Влияние психотехнических упражнений на социально-психологический климат и сплоченность спортивной команды // Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна», 2009, №1.
4. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игры и упражнения. - М.: Физкультура и спорт, 1988. – 270с.

НЕКОТОРЫЕ ВОПРОСЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ СЛУШАТЕЛЕЙ В ПРОЦЕССЕ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

Хожибоев И.И. (г. Сурхандарья, Узбекистан)

Аннотация. В статье анализируются важные аспекты формирования профессиональной компетентности слушателей курсов по всем направлениям в процессе повышения квалификации. Высказывались мнения о методах и приемах формирования профессиональной компетентности каждого педагога, отвечающего современным требованиям.

Ключевые слова: профессиональное развитие, профессиональная компетентность, педагогика, технология, методология.

Annotation. The article analyzes important aspects of the formation of professional competence of course students in all areas in the process of professional development. Opinions were expressed about the methods and techniques of forming the professional competence of each teacher that meets modern requirements.

Keywords: professional development, professional competence, pedagogy, technology, methodology.

Актуальность: В последнее время возрастает интерес к изучению педагогической компетентности разных категорий специалистов и факторов, влияющих на нее. Разнообразие взглядов на этот вопрос не позволяет создать единую системную, концептуальную модель проблемы. Безусловно, понимание профессиональной педагогической компетентности определяется параллельно с анализом различных сторон деятельности личности, поэтому мы хотим рассмотреть эту проблему на примере изучения деятельности педагога.

Термины «компетенция» и «компетентность» в разных областях определяются по-разному. По результатам научных исследований А.А. Машиняна[1], он объясняет эти два понятия следующим образом. Компетенция – это систематизированный набор знаний, навыков и умений при выполнении определенного

[1]Адрес статьи: pnojournal.wordpress.com/archive15/15-05/ Дата публикации: 1.11.2015 удк 373)1 С. 43-46. А. А. Машиньян, Н. В. Кочергина

вида деятельности или определенной категории задач. Компетентность в педагогике трактуется по существу как описание высокоразвитого навыка, способностей. Для того чтобы люди обладали определенной компетентностью, они должны обладать компетенциями в этой области. При использовании понятий «компетентность» и «компетенция» необходимо прежде всего различать их сущность. Компетентность является формирующимся, развивающимся признаком, а компетенция осваивается как структура деятельности. В ряде случаев исследователи используют такие словосочетания, как «формирование, развитие компетенций»[1]. Это ошибка по смыслу и содержанию. Приобретение компетенций означает, во-первых, овладение внешней структурой деятельности, во-вторых, глубокое овладение элементарными знаниями, умениями и навыками, составляющими сущность деятельности.

В настоящее время современный учитель должен соответствовать новым требованиям современной системы образования, понимать их содержание, иметь разнообразные средства (методы, приемы, приемы) для психолого-педагогической поддержки учащихся. Согласно Указа Президента Республики Узбекистан от 25 января 2021 года «О мерах по поддержке научно-исследовательской деятельности в сфере народного образования и внедрению системы непрерывного профессионального развития»[2] установлено, что слушатели, прошедшие курс повышения квалификации, должны уметь применять теоретические знания и практические навыки в будущей деятельности, преподавать предмет, педагогическим и информационно-коммуникационным технологиям.

Анализ потребностей педагогов в учебном процессе показал, что они не обладают достаточными навыками организации учебного процесса и психолого-педагогической поддержки учащихся, умения работать с коллегами из администрации школы, психологами и родителями для повышения качества образования[3].

Сегодня для каждого очень важно уметь точно оценивать свой профессиональный потенциал. Одной из актуальнейших задач профессионального развития сегодня является формирование у этих специалистов критического отношения к своим профессиональным знаниям и потенциалу, формирование стремления к работе над собой. фундаментальные идеи, разработанные зарубежными учеными в области общей психологии и психологии личности, результаты исследований по педагогической психологии, исследования черт личности, профессиональных характеристик педагогов, источники типа Scopus.com, актуальные вопросы, изучаемые отечественными учеными. Опыт, проведенный в системе подготовки учителей, показал, что результаты тестирования следующие. 35,2 процента экзаменаторов не удовлетворены уровнем возможностей, уровнем независимого профессионального образования. Итак, здесь есть особенность сравнения позиции воспитателя по отношению к его деятельности, с позицией, которую он занимает сам.

Таблица 1

Состояние эффективного использования самостоятельной формы обучения у участников экспремента.

[1] https://journal.fledu.uz/uz/horizhij-tillarni-%D1%9E%D2%9Bitishda-badiij-adabiyotdan-fojdalanish-reproduktiv-kompetencziyani-shakllantirish-omili-sifatida/

[2] Указ Президента Республики Узбекистан от 25 января 2021 года «О мерах по поддержке научно-исследовательской деятельности в сфере народного образования и внедрению системы непрерывного профессионального развития» . - https://lex.uz/docs/5239538

[3] Морева Н.А. Основы педагогического мастерства. Практикум. Учебник для ВУЗов - М.: Просвещение, С-73.

385	Отлично	Хорошо	Удовлотворительно	Неудовлотварительно
25-35 возрость (n=100)	62 %	19 %	11 %	8 %
35-45 возрость (n=163)	26 %	41 %	21 %	12 %
45-55 возрость (n=122)	12 %	24 %	26 %	38 %

Кроме того, 37,4 процента тестируемых отметили, что они наблюдают и анализируют онлайн-уроки в качестве самостоятельного обучения между курсами, 10,5 процента используют онлайн-курсы повышения квалификации, 24 процента участвуют в различных конференциях, конференциях со статьями и тезисами, 28,1 процента читают учебно-методические и другие дополнительные ресурсы. Когда результаты опроса также были проанализированы в разрезе возрастных показателей работников народного образования, различия между ними в использовании самостоятельной формы обучения.

Таблица 2.

Показатели использования самостоятельных форм обучения работниками народного образования.

	25-35 возрасть (n=100)	35-45 возрасть (n=163)	45-55 возрасть (n=122)
Воспользоваться онлайн курсами повыщении квалификации	8,2 %	2,3 %	0 %
Участвовать в конференциях, симпозумах со статьями и тезисами	14 %	6 %	4 %
Чтение учебных пособий и других дополнительных ресурсов	3,6 %	5,3 %	16,1 %
Мониторинг и анализ телевизионных уроков	12,6 %	11,7 %	13,4 %

Этот процесс может осуществляться посредством следующих психологических механизмов:

1) устранение диспропорций между существующими профессиональными навыками, квалификацией и новыми профессиональными требованиями специалиста;

2) изменить профессиональную установку, мировоззрение, утратившие свое значение, не отвечающие современным требованиям;

3) профессиональное развитие, наличие мотивации демонстрировать профессиональных навыков[1] и др.

Эти механизмы служат основой для определения наиболее важных приоритетов курсов повышения квалификации.

В современной педагогической психологии «профессиональная компетентность учителя» и ее составляющие трактуются по-разному.

[1] Психологические условия личностно- профессионального развития педагога в системе повышения квалификации. автореф. дис. ... канд. псих, наук / А.Д.Тасмуханова. - А.. 2011. - 57 с.

По мнению А.К. Марковой, профессионально грамотный педагог может вести педагогическую деятельность, педагогическое общение на высоком уровне, а также добиваться отличных результатов в воспитании учащихся. При этом компетентность педагога определяется его профессиональными знаниями, уровнем квалификации и отношением к профессии, сочетанием психологических качеств[1].

По мнению Н.В. Кузьминой[2], для того чтобы педагог шел в ногу со временем, его компетентность должна состоять из следующих пяти компонентов:

1) специальная и профессиональная компетенция по предмету;
2) методическая компетенция в формировании знаний и умений учащихся;
3) социально-психологическая компетенция в общении;
4) дифференциально-психологическая компетенция для мотивации учащихся, управления их способностями и направлениями;
5) аутопсихологическая компетенция в оценке своих профессиональных и личностных качеств.

При этом А.К. Маркова[3] делит профессиональную компетентность учителя на четыре составляющие:

1) профессиональные психолого-педагогические знания;
2) профессионально-педагогические навыки;
3) профессиональные установки;
4) личностные качества педагога, являющиеся основой приобретения профессиональных знаний и умений; а также четыре аспекта работы учителя:

- педагогическая деятельность (технология);
- педагогическое общение (социальная среда);
- личность (ценностные ориентации, внутренний духовный мир);
- уровень образованности и воспитанности учащихся.

По мнению А.К. Марковой[4], работу учителей следует оценивать с точки зрения умственного развития учащихся. Положительный результат, может быть, достигнут только в том случае, если в качестве первичного инструмента выступает умение педагога психологически воздействовать на детей.

В региональном центре переподготовки и повышения квалификации работников народного образования Сурхандарьинской области рабочий учебный план и программа курса повышения квалификации регулярно обновляется в соответствии с вышеуказанными требованиями. Основное внимание уделяется не только на повышение осведомленности слушателей, но и на развитие способностей применять новых методик, технологий на практике.

Учебная программа повышения квалификации строится на принципах непрерывного образования, таких как естественнонаучная, психолого-педагогическая, поликультурная подготовка, формирование умений адаптироваться к социально-экономическим изменениям.

Рабочая учебная программа повышения квалификации основывается на принципах непрерывного образования, таких как предметная, психолого-педагогическая, поликультурная подготовка, формирование умений адаптироваться к социально-экономическим изменениям. В центре основное внимание в

[1] Маркова А.К. Психологический анализ профессиональной компетентности учителя // Советская педагогика. - 1990. - № 8. - С. 82-88

[2] Кузьмина Н.В. Специалисты — субъекты изучения продуктивности своей деятельности (в свете акмеологической теории фундаментального образования) // Акмеология-2005. Методологические и методические проблемы. СПб.: Изд-во ЦСИ, 2005.

[3] Маркова, А. К. Психология профессионализма [Текст] / А. К. Маркова. - М.: Знание, 1996. - 308 с.

[4] Маркова, А. К. Психология профессионализма [Текст] / А. К. Маркова. - М.: Знание, 1996. - 308 с.

организации курсов повышения квалификации уделяется непрерывному профессиональному развитию работников народного образования.

На наш взгляд, в работах И.Я. Лернера[1], В.В. Краевского[2], А.В. Хуторского[3] оптимально выражены важные компоненты общей структуры педагогической компетентности:

- познавательные (педагогические и специальные знания);
- технологический (педагогическое сотрудничество и наличие методов, технологий, навыков преподавания науки);
- личность (личность, психологические, нравственные характеристики, установки).

В этом случае компоненты компетенции будут связаны между собой на основе теоретических знаний, технологий, ценностей. Повышение специальных педагогических и научных знаний учителя осуществляется путем самостоятельного образования, участия в различных формах курсов повышения квалификации, участия в конференциях, круглых столах. Навыки педагогического сотрудничества, методы, технологии в преподавании предмета отрабатываются через практические занятия по специальности, деловые игры, участие в тренингах. Наиболее сложной задачей для методиста, учителя или другого ответственного лица является создание соответствующих условий для развития соответствующих личностных качеств педагога. Невозможно сформировать отношение и мотивацию учителя к профессии извне, этого можно добиться, только поддерживая его, создавая условия, мотивируя его.

В системе непрерывного образования основное внимание должно быть направлено на развитие личностных качеств специалиста. Ведь умение ставить правильные цели в профессиональной сфере, осознанное отношение к изменениям обеспечивает преодоление педагогом любых препятствий в развитии. Личностные качества, относящиеся к компетентности, характеризуются следующими показателями:

основное внимание уделять на образование и воспитание, интерес к профессиональному развитию;

- сильная мотивация к активному и целенаправленному использованию образовательных технологий;
- самостоятельность, настойчивость;
- критическое мышление;
- готовность к социальному партнерству и др[4].

При разработке практических занятий курса повышения квалификации особое внимание уделяется умению слушателей четко и объективно описывать проблемные ситуации образования и профессиональной деятельности, планировать цели и задачи, самоуправление в конце каждого модуля, оценить результаты.

На курсах повышения квалификации используются различные интерактивные методы, которые побуждают слушателей работать самостоятельно и проявлять инициативу. Однако есть категории слушателей, которые не хотят показывать себя и хотят получить готовые методические продукты для информации. Также, среди профессоров и учителей, которые преподают, встречаются и такие, которым активность слушателей не интересна, и те, кто предпочитает монологические лекции.

---

[1] Лернер И.Я.Философия дидактики и дидактика как философия. - М.: Педагогика, 1995. -97 с.

[2] Краевский В.В., Бережнова Е.В.Методология педагогики: новый этап.- М.: Академия, 2006.- 394 с.

[3] Хуторской А.В. Педагогика: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. - СПб.: Питер, 2019. - 608 с.

[4] Развитие коммуникативной компетенции педагога начального общего образования в системе повышения квалификации. автореф. дис. ... канд. псих, наук / Н.А.Ротова. - С.. 2015. - 84 с.

В региональном центре переподготовки и повышения квалификации работников народного образования Сурхандарьинской области с помощью анкеты «Самооценка»[1] изучались факторы, формирующие профессиональную компетентность слушателей. В рамках исследования в 2019-2021 учебном году был проведен опрос с участием слушателей (n=216) регионального центра переподготовки и повышения квалификации работников народного образования Сурхандарьинской области. По результатам опроса, 79,2% слушателей сегодня понимают важность профессионального развития, объективны и критически относятся к своим личностным и профессиональным качествам.

Согласно Постановлению Президента Республики Узбекистан от 5 сентября 2018 года № ПП-3931 «О мерах по внедрению новых принципов управления в системе народного образования»[2] больше внимания уделяется развитию практических навыков педагогов и в учебном плане курсов повышения квалификации 82% аудиторных часов составляют практические занятия, тренинги. Это, в свою очередь, позволит педагогам, хотя и частично, формировать и развивать наиболее необходимые профессиональные компетенции в короткие сроки, вооружая их современными знаниями. Эффективность практических занятий как дидактического средства определяется моделированием реальных педагогических ситуаций, развитием педагогического мышления, созданием условий для детей и собственного внутреннего мира, правильным пониманием возможностей. В результате практических занятий педагоги ощущают сильный стимул к развитию своей профессиональной компетентности, к работе над собой. В конце концов, страсть к самостоятельному обучению важна в образовании взрослых.

Соответствие учебных программ к целям слушателей определялось опросом, проведенным в конце курса.

По результатам анкетирования, к окончанию курса показатели профессиональной компетентности педагогов значительно повысились. В начале курса 42 % испытуемых зафиксировали средний показатель компетентности, а в конце этот показатель составил 58 %. Мы видим, что индекс высокой компетентности увеличился с 0% до 21%. Чистая прибыль Также выросла нижний показатель с 5% до 32%.

В целом процесс развития компетентности уникален и напрямую связан с чертами личности, мировоззрением, целями. Одни ориентируются на содержательные составляющие, их интересуют в первую очередь теоретические знания, информация. Это делает их более грамотными с профессиональной точки зрения, но не позволяет быть достаточно компетентными. Другая категория педагогов упорно старается усвоить педагогический метод, средства, секреты взаимодействия, но не обращает внимания на их теоретические основы. Есть еще одна группа педагогов, способных максимально применить свои знания в любой ситуации, постоянно развивая свои профессиональные компетенции.

В заключение следует отметить следующее:

1. Больше внимания к практическим, учебным занятиям по повышению квалификации и переподготовке, более широкое использование активных, интерактивных и современных методов обеспечивает эффективное развитие профессиональных компетенций слушателей.

2. В процессе повышения квалификации и переподготовки важно развивать навыки самостоятельной работы, саморазвития слушателей. Это связано

[1] Кодиров Б.Р. Методы профессиональной диагностики.-Т., 2003. –С.69.

[2] Постановление Президента Республики Узбекистан от 5 сентября 2018 года № ПП-3931 «О мерах по внедрению новых принципов управления в системе народного образования» https://lex.uz/docs/3893416

с тем, что требование к учителям с высшим образованием и многолетним стажем запоминать большие объемы информации в короткие сроки может иметь обратный эффект.

3. Так как компетентность как широкое понятие означает теоретическую и практическую готовность педагога к выполнению своих профессиональных, обязанностей, как субъекта к правильному установлению отношений с окружающим миром, людьми, формировать такие качества является одним из важнейших задач стоящие перед нами.

Литература.

1. Постановление Президента Республики Узбекистан от 25 января 2021 года «О мерах по поддержке научно-исследовательской деятельности в сфере народного образования и внедрению системы непрерывного повышения квалификации». - https://lex.uz/docs/5239538
2. Абрамова Г.С. Практическая психология. - Москва, «Академический проект», Москва, 2001.
3. Достмухамедова Ш.А., Нишонова З.Т. и другие. Возраст и педагогическая психология. - Т.: Наука и технологии, 2013.
4. Краевский В.В., Бережнова Е.В. Методология педагогики: новый этап. – М. Академия, 2006.- 394 с
5. Кузьмина Н.В. Специалисты - субъекты изучения продуктивности своей деятельности (в свете акмеологической теории фундаментального образования) //Акмеология-2005. Методологические и методические проблемы. СПб.: Изд-во ЦСИ, 2005.
6. Лернер И.Я. Философия дидактики и дидактика как философия. М.: Педагогика, 1995.
7. Маркова А.К. Психологический анализ профессиональной компетентности учителя //Советская педагогика. – 1990. - № 8. - С. 82-88
8. Морева Н.А. Основы педагогического мастерства. Практикум. Учебник для ВУЗов - М.: Просвещение, С-73.
9. Хуторской А.В. Педагогика: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. - СПб.: Питер, 2019. - 608 с.
10. Ротова Н.А. Развитие коммуникативной компетенции педагога начального общего образования в системе повышения квалификации. автореф. дис. ... канд. психол. наук. 2015.- С. 84.
11. Тасмуханова. А.Д. Психологические условия личностно- профессионального развития педагога в системе повышения квалификации. автореф. дис. ... канд. псих, наук /. - А.. 2011. - 57 с.
12. Развитие коммуникативной компетенции педагога начального общего образования в системе повышения квалификации. автореф. дис. ... канд. псих, наук / - С.. 2015. - 84 с.
13. Кодиров Б.Р. Методы профессиональной диагностики.-Т., 2003.С.69.
14. Постановление Президента Республики Узбекистан от 5 сентября 2018 года № ПП-3931 «О мерах по внедрению новых принципов управления в системе народного образования» https://lex.uz/docs/3893416

ЗНАЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ В ИЗУЧЕНИИ И КОРРЕКЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПОДРОСТКОВ В СОСТАВЕ ОФИЦИАЛЬНЫХ И НЕФОРМАЛЬНЫХ ГРУПП

Худойкулова Г.Б. (г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. В статье дана определенная оценка масштабам проводимых теоретико-научных и практико-методических исследований, касающихся психологической службы, официальным и неформальным группам в Узбекистане рекомендованы мнения по вопросу дальнейшего совершенствования и развития психологической службы, новые подходы.

Ключевые слова: подгруппа, активность, мотивация активности, групповая идентификация, групповая рефлексия, групповая ответственность, социально-психологический рельеф.

Сегодня психологическая служба, трактуемая как социально-психологическая проблема, как и во всех развитых странах, имеет важное значение изучение, анализ и толкование того, как и на каких научно-организационных основаниях устраняется данная проблема психологической службы в Узбекистане. Не оценивая в определенном порядке масштабы проводимых в Республике теоретико-научных и практико-методических исследований, касающихся психологической службы, мнение о дальнейшем совершенствовании и развитии психологической службы в Узбекистане невозможно.

Более того, при подготовке детей к школьному образованию, совершенствовании учебных заданий, определении специфических индивидуальных психологических особенностей и интересов учащихся в его или этой профессии, их самосознании, поиске путей устранения всех проблем, связанных с учебным процессом, коллективом учащихся, деятельностью ученика-преподавателя имеются достаточные доказательства их достижений. Например, в исследованиях И.В.Дубровиной обоснованы теоретические и практические аспекты организации психологической службы в школе, эмпирические данные Л. И. Божовича, психологически классифицирующие личность ученика и этапы его становления в школьном возрасте, исследования А.Г. Асмолова, объясняющие его ученическую деятельность и гармонию с уставом, ряд научно-практических указаний Д.И. Фельдштейна, направленных на раскрытие психологических законов социального развития лица, развивающегося в онтогенезе, разработки психологических критериев, сочетающих индивидуальную методику профориентации ученика И.А. Климова, произведения Б. С. Мерлина, направленные на разъяснение психологии индивидуальных и социальных типичных особенностей личности ученика, Е.Г. Гозиева, посвященные фиксации задач психологической службы в образовательных учреждениях, Научно-практические мнения Даулетшина М.Г., направленные на толкование текущего состояния и задач психологической службы в Узбекистане, научные и эмпирические данные Токаревой В.А., направленные на раскрытие возможностей самообразования и нравственного развития, важных для развития личности ученика, Теоретические соображения Г.Б. Шоумарова, посвященные новшествам, проблемам и решениям, связанным с внедрением психологической службы в системе народного образования, теоретические, направленные на подбор и воспитание

талантливых и талантливых детей в Узбекистане научные и практико-методические работы

Внесение изменений и утверждение Министерством народного образования группой психологов Узбекистана в Положение о психологической службе в системе народного образования, повышении квалификации и аттестации психологов, работающих в системе народного образования Республики Узбекистан "имеет важное социальное значение для официального" возрождения "и развития системы психологической службы в Узбекистане. Естественно, это «Положение» послужит своеобразным пособием и путевкой для создания достаточного представления о первоначальной цели, содержании, сути, значении, задачах и основных направлениях системы психологической службы, которая будет внедряться в образовательных учреждениях, и успешной деятельности на основе этого представления.

1. Таким образом, вышеперечисленные научные рекомендации, обозначенные как методологические основы психологического обслуживания подгрупп, требуют рассматривать следующие направления современной социальной психологии как проблему, которая должна быть оперативно решена в практическом плане. Создание методологии психологического обслуживания подгрупп включает в себя научные разработки, исследующие личность и ее социальную активность (Абдреева Г.М., Шихирев П.Н., Ломов Б.Ф., Ромм, Е.М.Забродин, Г.М.Олпорт, Т.А. итвелл, Г ".Б.Шоумаров, В.М.Каримова и хоказа); в связи с исследованием эмпирических данных (Д.Н.Узнадзе, А.Г.Асмолов, М.Рокеш, М.Фискбеин, А.Н.Маслов и др.), непосредственно исследующих групповую идентификацию и групповые социальные надбавки, мотивации межличностной активности и межличностного общения в группе можно особо отметить прямую связь с научными комментариями (В.Н.Мясичев, В.С.Мерлин, Б.И. Додонов, Б.Д.Порьгин, В.В.Розенбиат, и др.).

2. Применение в научной прессе известных и популярных тестов, в том числе по результатам восьми октантов, направленных на изучение мотивации межличностного общения в подгруппах на основе теста Liri, а также пяти случаев, основанных на результатах теста Томаса (дискуссия, сотрудничество, взаимопонимание, исключение из группы, адаптация к группе), изучение подгрупп на основе требований психологии групп во всех аспектах изучение и оказание психологических услуг

3. Создание исследований, связанных с самооценкой при изучении подгрупп (К.Изард, Рикс-Уэсман, Спилбергер-Ханин, А.В.Захарова и др.), обеспечит им непосредственное психологическое обслуживание.

4. Исследование критериев в системе группового, социального психологического рельефа, касающихся формирования мотивации личности ученика и межличностной активности в рамках подгрупп, занимающих важное место в социальной психологии, разработанных известным психологом Р.С. Немовым, служит важным методологическим источником для определения эффективности современной психологической службы.

Как известно, процесс психологической службы, проводимый в общеобразовательных школах, имеет широкий спектр направлений и имеет специфические цели и задачи каждого направления. Эти задачи обязательно будут осуществляться практическими психологами, обладающими специальными знаниями и опытом. Более того, на сегодняшний день высокие перспективы образовательных учреждений во всех развитых странах невозможно представить без практики психологической службы, созданной в специфических социальных целях. Личность ученика является сознательным

социальным существом, образующимся на основе определенных социальных воздействий и обладающим уникальными психологическими возможностями, характерными для многих других. Shu boisdan, aytish joizki, agarda biz ta'lim samaradorligiga erishmoqchi bo'lsak, shuningdek, jamiyat taraqqiyoti uchun zarur bo'lgan har tomonlama rivojlangan barkamol shaxsni tayyorlamoqchi bo'lsak, eng avvalo mazkur shaxsdagi psixologik imkoniyatlarni hamda unga bevosita ijobiy yoki salbiy ta'sir etuvchi ijtimoiy psixologik omillarni empirik jihatdan o'rganishimiz, tahlil qilishimiz va shu tahlillarga tayanib tegishli darajada tarbiyaviy ishlarni olib borishimiz muqarrardir. С этой точки зрения, сегодня каждому ученику важен вопрос эмпирического изучения подгрупп, непосредственно влияющих на его общественность, и интерпретации каждого изученного фактора на основе требований в рамках психологической службы, а также выработка определенных рекомендаций психологами-практиками школ, опираясь на эти концепции. Психологическое обслуживание подгрупп в школе связано прежде всего с формированием мотивации межличностного общения в рамках этих подгрупп. В связи с тем, что школьный психолог не в полной мере анализирует проявления мотивации межличностного общения, очень приятно направлять деятельность этих групп в положительную сторону.

В этом контексте необходимо определить основные направления психологического обслуживания подгрупп путем сравнительного анализа официальных и неформальных слоев в каждой группе.

Методологические основы показали, что интерпретация личности каждого ученика, его социально-психологической природы, возможностей и специфических психологических перспектив именно в рамках подгрупп, в которых он проявляет активность, а также оказание ему психологических услуг определенного уровня на основе этих трактовок являются одной из важнейших задач, стоящих перед образовательными учреждениями.

Сегодня крайне важно определить направления исследований, направленные на изучение на основе определенных психологических критериев процессов групповой деятельности, формируемых на основе последовательных образовательных реформ в республике, социально-экономических отношений, способных отвечать за резкое развитие науки, техники и производства имеет значение

Литература.

1. Баратов Ш.Р. Основы психологической службы в образовании. Монография. Т. Духовность.
2. Баратов Ш.Р. Теоретические и практические проблемы психологической службы. Бухара, 2008.
3. Баратов Ш.Р. Психологическая служба .-Т.: Издательство «Навруз», 2018. - 344.
4. Нишанова З.Т. и голова. Психологическая служба. - Т.: Типография Центра науки и технологий, 2014.
5. Xudoyqulova, G. B. (2019). Psychological mechanisms of the formation of inter-personal activity motivation for interactive activities in small groups. Psixologiya, (1), 32-35.
6. Худойкулова Г.Б. Значение этнических особенностей в организации психологических тренингов в группах. Психология № 3.2021.Buxara.70-73.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ

Хусенова А.А.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. В данной статье рассматриваются актуальные вопросы защиты прав детей в целом и детей, лишенных семейного окружения, в частности. Выявлены сущность и причины социального сиротства. Проанализирована система защиты прав детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в Узбекистане.

Ключевые слова: права ребенка, дети-сироты, дети, оставшиеся без попечения родителей, социальное сиротство, социальные гарантии, право на жилье, защита прав детей.

В современном мире ребенок особо нуждается в усиленной опеке со стороны общества и государства. Данное положение обусловлено психологическими, физическими, возрастными особенностями детей, вследствие которых ребенок не может самостоятельно обеспечить полноценную жизнедеятельность. Поэтому защита прав и свобод детей является первоочередной задачей демократического и правового государства. Приоритетными направлениями политики государства в отношении несовершеннолетних лиц должны быть создание и обеспечение безопасных условий для жизни и развития; формирование системы образования, системы охраны здоровья, обеспечения их качественной и продуктивной работы; защита чести и достоинства ребенка и другое.

На международном уровне защита прав детей также представляет собой актуальный и важный вопрос. Деятельность международных органов и организаций направлена на разработку международных стандартов и международно-правовых документов в области защиты прав детей, которые являются ориентиром для создания национального законодательства в различных странах. Особую обеспокоенность мировое сообщество проявляет в отношении детей, лишенных родительской заботы. Такие дети представляют собой наиболее уязвимую и слабозащищенную категорию населения, они нуждаются в активных действиях со стороны государства.

Социальные перемены, реализуемые в Республике Узбекистан, характеризуются инновационными реформами, ориентированными на оптимизацию системы социальной защиты детей в Узбекистане.

Ключевые механизмы реализации данных реформ отражены в Национальной стратегии действий по пяти приоритетным направлениям развития страны на 2017-2021 годы. [1] Данный документ формирует в стране новую ситуацию, когда социальная защита детей и семей становится прерогативой Государственной политики и служит социальным буфером, помогая семьям и детям адаптироваться к новым социально-экономическим условиям.

Проблемы семейного воспитания, правовой и социальной защиты, формирование правовой культуры, уважение к личности ребенка приобрели в современных условиях особую актуальность и требуют комплексного решения в рамках всей системы социальной защиты детей.

Спектр причин детского неблагополучия весьма широк и неоднозначен. В числе существенных факторов следует выделить кризисные явления в семье:

нарушение ее структуры и функций, рост числа разводов и количества неполных семей, асоциальный образ жизни ряда семей; падение жизненного уровня, ухудшение условий содержания детей, нарастание психоэмоциональных перегрузок у взрослого населения, непосредственно отражающихся на детях, распространение жестокого обращения с детьми в семьях и интернатных учреждениях при снижении ответственности за их судьбу. Происходящее в обществе резкое изменение ценностных ориентации, психологическая дезадаптация значительной части населения, снижение нравственных норм негативно сказываются на процессе социализации детей и подростков.

Оказание помощи детям, по разным причинам, оставшимся без попечения родителей, является важнейшим направлением социальной политики государства. Содержание социальной работы с этой категорией детей определяется приоритетами государственной политики [8 с. 237].

Сиротство - социальное явление, обусловленное наличием в обществе детей, родители которых умерли, а также детей, оставшихся без попечения родителей вследствие лишения родительских прав, признание в установленном порядке родителей недееспособными, безвестно отсутствующими и т. д. Сюда также относят детей, родители которых не лишены родительских прав, но фактически не осуществляют какой-либо заботы о своих детях. Сиротство, как социальное явление существует столько же, сколько существует человечество, и является неотъемлемым элементом цивилизации. Во все времена войны, эпидемии, стихийные бедствия, другие причины приводили к гибели родителей, вследствие чего дети становились сиротами.

Наиболее тревожным явлением в последние годы стало значительное увеличение размеров «социального» сиротства, появление его новых характеристик. Обнаруживается так называемое «скрытое» социальное сиротство, которое связано с ухудшением условий жизни семьи, падением её нравственных устоев и изменения отношения к детям, вплоть до их полного вытеснения из семей, вследствие чего растёт беспризорность огромного количества детей и подростков. Социальное сиротство - явление устранения или неучастия большого круга лиц в выполнении ими родительских обязанностей (искажение родительского поведения). В обязанности родителей входит: воспитывать детей, готовить их к общественно полезному труду, содержать несовершеннолетних детей, защищать их права и интересы во всех учреждениях и т.д.

Детство — это период, когда закладываются фундаментальные качества личности, обеспечивающие психологическую устойчивость, нравственные ориентации, жизнеспособность и целеустремлённость. Эти духовные качества личности не развиваются спонтанно, а формируются в условиях выраженной родительской любви, когда семья создаёт у ребёнка потребность быть преданным, способность сопереживать и радоваться другим людям, нести ответственность за себя и других, стремление научиться самому.

В настоящее время приходится констатировать, что ко всему психическому развитию дети, воспитывающиеся без попечения родителей, отличаются от ровесников, растущих в семье. Темп развития первых замедлен. Их развитие и здоровье имеют род качественных негативных особенностей, которые отличаются на всех ступенях детства - от младенчества до подросткового возраста и дальше. Особенности по-разному и в неодинаковой степени обнаруживают себя на каждом возрастном этапе. Но все они чреваты серьезными последствиями для формирования личности подрастающего человека.

Исследования показывают, что лишение детей материнской заботы с последующей психической депривацией в сиротских учреждениях, катастрофически сказываются на их социальном, психическом и физическом здоровье.

Большинству брошенных детей не хватает личного внимания и эмоционального стимулирования необходимого для развития. Наблюдая у таких детей тяжелые повреждения личности, самосознания и интеллектуального развития, ученые высказывали предположение о том, что эмоциональная депривация делает особенно актуальным сам «момент отторжения». Этот травмирующий комплекс сохраняется у ребенка на всю жизнь. Дети, изолированные с рождения до шести месяцев, навсегда остаются менее разговорчивы, чем их сверстники из семей. Изоляция ребенка от матери от 1 до 3 лет обычно приводит к тяжелым последствиям для интеллекта и личностных функций, которые не поддаются исправлению. Разлука с матерью, начиная со второго года жизни, также ведет к печальным последствиям, не поддающимся реабилитации, хотя их интеллектуальное развитие может нормализироваться.

Таким образом, проблема социально-психологической помощи детям-сиротам и детям, оставшимся без родителей, требует объединения усилий социальных работников, психологов и педагогов в разработке индивидуальных методик работы с каждым ребёнком, оказавшимся в детском доме, приюте, социальной гостинице, после интерната.

Сиротство — это социальная проблема, решить ее раз и навсегда невозможно. Поэтому социальная политика государства должна осуществляться в двух направлениях: профилактика социального сиротства (эффективная семейная политика, оказание помощи одиноким матерям, половое просвещения и т.д.) и развитие системы социальной защиты и воспитания детей, оставшихся без попечения родителей.

Так из-за безответственных родителей, которые ведут аморальный образ жизни, их дети без должного присмотра и недостатка положительного общения и воспитания попадают в «группу риска». Дети переживают, как правило, моральные травмы, в связи с потерей родителей. Им не хватает общения с взрослыми, с близкими родственниками. Для того чтобы компенсировать этот недостаток, дети-сироты приобщаются к «уличной жизни», где приобретают негативные связи. В результате этого общения у них формируется социально негативный тип личности. Состояние здоровья ухудшается, происходит отставание в развитие и образовании. [8, с. 214]

Изучая факторы или причины, определившие в сознании детей установку на бродячий образ жизни, прежде всего, тяжелое материальное положение семей, в которых родители не способны осуществлять нормальный воспитательный процесс. Материальный фактор напрямую влияет на общий моральный климат в семье и поведение старших членов семьи. Конфликты с родителями, пьянство, ссоры и наркомания последних, жестокое обращение с детьми - вторая основная детерминанта. Если она сопровождается неудачами в школе, создается комплекс причин, который предопределяет решение ребенка бежать из дома.

Ребенок, потерявший родителей — это особый, по-настоящему трагический мир. Потребность иметь отца и мать — одна из сильнейших потребностей ребенка.

Назвать все причины сиротства довольно трудно, поскольку это многоаспектная проблема, которой занимаются ученые разных областей наук (медики, психологи, социологи, педагоги и многие другие) и которая до конца еще не ис-

следована. Однако, по крайней мере, три причины такого явления можно назвать [3, с.6].

По мнению В.С. Мухиной, к числу непосредственных причин социального сиротства относятся следующие:

- добровольный отказ родителей (чаще матери) от своего несовершеннолетнего ребенка, чаще всего это отказ от новорожденного в родильном доме. С юридической точки зрения отказ от ребенка - правовой акт, который официально подтверждается специальным юридическим документом. В течение 3-х месяцев родители (мать) могут изменить свое решение, и ребенок может быть возвращен в семью;

- принудительное изъятие ребенка из семьи, когда в целях защиты прав, жизни и интересов ребенка родителей лишают родительских прав. В основном это происходит с неблагополучными семьями, в которых родители страдают алкоголизмом, наркоманией, ведут асоциальный образ жизни, недееспособны и так далее. Лишение родителей родительских прав — это также правовой акт, который осуществляется по решению суда и оформляется специальным юридическим документом [5, с.26].

Для устранения проблемных вопросов государству необходимо вносить соответствующие коррективы в законодательство и принимать меры, направленные на стабилизацию экономической ситуации в стране, которая непосредственно связана с улучшением положения детей. Также крайне важными и актуальными являются вопросы создания благоприятных условий для развития и семейного воспитания детей, поскольку от них зависит будущее страны.

Литература.

1. Указ Президента Республики Узбекистан от 7 февраля 2017 года, № УП-4947 «О стратегии действий по дальнейшему развитию Республики Узбекистан».
2. Постановление Президента Республики Узбекистан №-3808 «Об утверждении Концепции укрепления института семьи в Узбекистане» от 27 июня 2018 г.
3. Дементьева Н.Ф. Социальное сиротство: генезис и профилактика.-Серия: Семья и воспитание / Н.Ф. Дементьева. - М. -2000.- С. 6.
4. Ефремов К. Трудные дети, трудные люди. // Народное образование. 2004. №3. С.58-62.
5. Мухина В. С. Психология детства и отрочества: Учебник. - М., 1997. С.26.
6. Психическое развитие воспитанников детских домов/Под ред. И.В, Дубровиной. – М.: Педагогика,1990.–С. 18.
7. Терновская М.Ф., Иванова Н.П., Зайцев С.В. Технология реабилитационной работы, мониторинг и оценка развития ребенка, нуждающегося в государственной защите. Методические материалы. – М., 2002. – С. 44.
8. Холостова Е. И. Технологии социальной работы. - М.: ИНФРА-М, 2001. - 400 с.
9. Шипицина Л.М. Психическое развитие детей-сирот / Л.М. Шипицина. – СПб., 1996. – С. 17.
10. Xuseynova A.A. Destruktiv xulq psixologiyasi. - Buxoro, 2020.

СУБЛИМАЦИЯ СЕКСУАЛЬНОЙ ЭНЕРГИИ В КОМПОНЕНТУ ЛИДЕРСТВА

Черепахин М.М.
(г. Новосибирск, Россия)

Аннотация. Статья знакомит с учением Дао и древними даосскими практиками трансформации уже собранной внутри энергии семенной жидкости. Дает представление о возможности преобразования сексуальной энергии, как естественной творческой способности человека. Представляет интерес для психологов, философов, эзотериков, имиджмейкеров, а также широкого круга читателей, интересующихся составляющими феномена «харизматичный лидер».

Ключевые слова: Либидо, лидер, психология лидерства, сублимация, сексуальность.

Annotation. The article introduces the teaching of the Tao and ancient Taoist practices of transformation of the seminal fluid already collected inside the energy. It gives an idea of the possibility of transforming sexual energy as a natural creative ability of a person. It is of interest to psychologists, philosophers, esotericists, image makers, as well as a wide range of readers interested in the components of the phenomenon of "charismatic leader".

Keywords: Libido, leader, psychology of leadership, sublimation, sexuality.

Лидер – это человек, обладающий особыми качествами, особым взглядом на жизненные события, особой энергией; который ведет за собой последователей, за которым следуют. Но что это за особый вид энергии? Сексуальность - один из видов энергии, которую человек приобретает при рождении и социализации в процессе своего жизненного пути. Энергия сексуальности выражается в сексуальной привлекательности. Чем сильнее сексуальная привлекательность выражена, тем в большей степени в человеке отражается его социальный статус. И, чем выше социальный статус, тем более привлекательным сексуально становится человек. Хорошей иллюстрацией тому может служить обложка старого журнала «Таймс» с портретами Роберта Редфорда и Джона Кеннеди, подписанные: «Власть секса» (кинозвезда) и «Сексуальность власти» (политик). А вот социальный статус не всегда говорит о лидерских качествах и способностях человека. Сексуальная привлекательность иногда останавливается на уровне обладания объектом с сексуальной привлекательностью. А вот сексуальность, подкрепленная высоким уровнем либидо, уже будет выражать компоненту стратегии жизни социально успешного человека. Высокий уровень либидо характеризует самца или самку как альфа-самца (самку), который (ая) доминирует над нижестоящими, не обладающими такими энергиями; или обладающими ими в меньшей степени, чем альфа-самец (самка).

Конечно, не стоит упускать из внимания, что лидера характеризуют и уровень образования, и жизненный опыт, и профессиональная компетентность. Однако, при прочих равных, выигрывает тот, кто явно, хотя и незаметно человеческому глазу, проявляет этот невидимый энергетический потенциал либидо, выраженный в сексуальной привлекательности. При управлении людьми решения руководителя строятся на рациональных и последовательных действиях, лидер же может принимать иррациональные решения при отсутствии какой-либо логической последовательности. Он просто видит направление и предчувствует наилучший исход. За таким лидером люди

идут, если чувствуют силу, скрывающуюся за его сексуальной энергией, которая не высвечена в сознании последователей. Это просто желание выполнить поставленные лидером задачи. Порой последователи не могут себе объяснить, почему они следуют за ним. Их завораживают магические чары лидера: особое состояние, в котором он прибывает и притягательность, которой обладает. Поэтому, самое важное для лидера - дополнить свой профессиональный багаж этими «магическими» составляющими его харизмы: сексуальной привлекательностью и высоким либидо.

Развитие своей сексуальной энергии, ее прокачка будут прямо и непосредственно влиять на либидо, сексуальность и, как следствие, - магическую привлекательность и лидерские способности.

У лидера, совершенствующего свою сексуальную энергию, ощущающего ее в своем теле, формируется осознание того, что все живые существа являются частью единой жизни, - открывается холестичное сознание. При переживании своего истинного «я» формируются правильные моральные качества и ценности. Осознание этого процесса генерирует творческий поток, попадая в который, он обретает способность творческого совершенствования. Из этого творческого потока и принимаются решения.

В творческом потоке внутренняя энергия направлена на активное действие, выраженное актуализацией выхваченного вниманием из потока, наделением внимания формой, которая будет наполняться своим внутренним потенциалом. Это особое переживание своей «частоты» [частотности]. Потенциал здесь будет выражен способностями человека. При рождении каждому даются свои способности независимо от условий и места рождения. Важно увидеть их, а затем развить. Я считаю, что природной, истинной способностью для мужчины является его лидерское качество, которое дается ему при рождении и которое он в течение жизни развивает и совершенствует. Мужчина - вожак, добытчик пропитания. У женщины свое предназначение и задачи. Его же предназначение – устанавливать порядок, привносить логос в хаос. Конечно, бывают исключения, но это из другого уровня его развития (уровня частоты) и предназначения. Мужчина действует исходя из своего базового предназначения лидера. Любая активность требует энергии. Физическую активность мы восстанавливаем энергией пищи, социальную – общением, а творческую – сублимацией сексуальной энергии. Активная половая жизнь усиливает продуктивность, интеллектуальная жизнь увеличивает сексапильность, объединение сексуальности и либидозности (в сознании через практики совершенствования) будет генерировать энергетический потенциал, который мужчина должен направить в свое лидерское качество.

Сублимацию сексуальной энергии надо начинать с внимания на практику действий. Энергия генерируется практикой, заряжает действие действием, действие генерирует энергию, которая создает условия вниманию на «правильные» действия, ведь: где внимание - там энергия. Практики сублимации сексуальной энергии разработаны даосскими мастерами. В них много техник алхимии тела и сознания. Не меньше подробных практик сублимаций сексуальной энергии в индийской тантрической традиции, интеллектуальном эзотерическом знании Западной культуры и тибетском тантризме. Остановимся на даосских методах.

Даосский метод совершенствования сексуальной энергии является для человека чрезвычайно мощным средством достижения творческого потенциала и лидерских качеств. Настолько мощным, что им должны

пользоваться лишь те, кто достиг некоторой степени интегрированности тела, ума и духа. Люди, энергии которых не сбалансированы, могут высвободить больше энергии, чем они могут безопасно использовать, и тем навредить себе и окружающим. [1] Перед тем, как приступить к изучению даосских методов, необходимо сформировать экологичные ценности, быть предельно честным перед собой и нести ответственность за свои действия.

Даосы верят, что вы можете использовать любую субстанцию или силу, которые существуют во вселенной, чтобы питать ими процессы совершенствования вашего духа, тем самым освобождая себя от ограничения животного тела. Все содержит в себе энергию, и сознание человека при желании может поглощать эту энергию. Но некоторые субстанции преобразуются человеческим телом в полезную форму легче, чем другие. [1]

Сексуальная энергия потенциально имеет существенно более высокую ценность, чем пища, если рассматривать ее как некоторого вида «питание», необходимое для эмоционального созревания и духовного роста человека. Основным различием между цзин (или сексуальной эссенцией) и энергией пищи и солнечного света является то, что цзин-ци физически производится и накапливается внутри нашего тела. Если у вас заканчивается сперма, то тело автоматически изготавливает еще. Это позволяет быть физически готовым в любой момент к сексуальному общению. Тело мужчины воспроизводит сперму постоянно, есть у него постоянная партнерша или нет, занимаясь практиками совершенствования, происходит преобразование ее в созидательную сексуальную энергию. Эту накопленную сексуальную энергию всегда можно преобразовать в дух, в чистое сознание, использовать ее по желанию в некотором творческом процессе. Сублимировать сексуальную энергию в лидерские качества. Таким образом, «цзин» фактически является внутренней энергией, которая непрерывно питает нас днем и ночью. Процесс ее очищения является частично автоматическим, а частично зависит от нашего желания. Мы можем или помогать, или препятствовать, мешать процессу преобразования нашей сексуальной энергии в творческие способности в зависимости от того, насколько мы осознаем наши внутренние процессы. И самое удивительно это, то, с помощью дыхания, мы можем постоянно черпать энергию (цзин) из этого источника, даже не осознавая этого. Путем практикования правильного секса и медитации рассудок будет восстанавливаться под правильные экологичные ценности, будет освобождаться от старых травм и привычек. [1]

«Нормальное количество спермы при семяизвержении у мужчин в лабораторных условиях полученной после однократной эякуляции, измеряется выбросом от 1,5 до 5 миллилитров семени, хотя были зарегистрированы такие количества как 7,8 мл.» [2] «в норме у здорового мужчины в 1 мл эякулята содержится более 20 миллионов сперматозоидов».[3] С каждым выбросом мужчина теряет от 30 до 100 миллионов сперматозоидов, если каждый сперматозоид соединился женской яйцеклетки то одна эякуляция может дать население целой страны, например Италии или Египта. «Объём семенной жидкости, сила её выталкивания при эякуляции, а также дееспособность спермы обычно достигают своего пика к 17—18 годам, и начинают спадать после 45—55 лет, но, в отличие от женской репродуктивной системы, мужская окончательно своей пригодности не теряет, и зачать может даже семидесятилетний мужчина.» [2] Если умножить эти цифры на 5000 эякуляции за жизнь, то дает числовое значение мощи семенной жидкости. Семя человека является чрезвычайно мощной субстанцией. Я бы сказал: «Чрезвычайно мощным жизненным потенциалом, заключенным в семени одного человека».

Накапливая эти порождающие жизни силы внутри себя, мужчина собирает огромную энергию, свою силу. [1]

Энергия, которая может стать искренней радостью, конвульсивно выбрасывается из тела во время эякуляции. Это происходит при каждом извержении. Со временем в мужчине может возникнуть чувство безразличия или даже ненависти к своей сексуальной партнерше, потому что он бессознательно понимает, что, когда он прикасается к ней, он теряет те высшие энергии, которые могли бы сделать его истинно счастливым человеком. Это приводит к глубокому кризису, потому что в течение многих лет занятий любовью и совместной жизни возникают крепкие эмоциональные связи. На укрепление этих связей ушло много его сексуальной энергии, и он не может понять, как эти связи могут существовать, когда он испытывает скуку, обиду и утомление. Это уменьшение сексуального желания между постоянными партнерами во многом обусловлено истощением потенциала или сексуального «электрического» напряжения. Практика сохранения сексуальной энергии без потерь семени, сублимация ее позволяет направить этот мощный поток творческой энергии на решение любых задач.[1]

Потери, связанные с эякуляцией, не ограничиваются физической сферой. Они существенно влияют на умственную и эмоциональную сферу. Гормональное соответствие непосредственно влияет на личность и на способности творчески мыслить. Ум страдает от потери тестостерона - гормона, который содержится в яичках и который теряется при семяизвержении.[1]

Эффект сохранения этой энергии будет индивидуальным для всех. Разные люди производят различные типы энергии. Каждый создает ее в соответствии со своими собственными возможностями и способностями. Одни производит огромную физическую силу, другие – массированное сопротивление болезням, третьи – способность к ясновидению, четвертые – способность к долгожительству.[1] Наша задача сублимировать энергию в компоненту успеха лидерство. Все люди имеют унаследованную способность к существенному сроку своей активной жизни путем творческого приспособления к окружающему миру.

Дао учит, что внутри каждого человеческого существа заключены бесконечное удовольствие и неограниченный потенциал. Наивысшим поступком, который мы можем совершить, является соединение Инь и Янь Вселенной. На самом деле Инь и Янь всегда соединены, потому что они являются двумя полюсами одного и того же тонкого энергетического поля. Огонь Янь внутри семени сжигает внутренние яды в тот самый момент, когда оно производит эту поддерживающую жизнь субстанцию. Тот, кто сохраняет свое семя, все больше и больше начинает уважать все формы жизни и формирует внутренний энергетический потенциал. Это энергетический потенциал должен включить как компоненту в стратегию жизни социально успешный человек.[1]

Литература.

1. Мантак Чиа, Майкал Винн. Совершенствование мужской сексуальной энергии. – М.: Либрис, 1995.

МЕДИТАТИВНЫЕ ПРАКТИКИ НА УСТРАНЕНИЕ ЧУВСТВА ТРЕВОГИ

Чернышов А.В.
(Россия)

Аннотация. В данной статье было рассмотрено влияние медитативных практик на устранение чувства тревоги.

Ключевые слова: медитация, осознанность, тревога, страх, саморегуляция

Abstract: in this article examined the influence of meditation practices on the elimination of feelings of well-being.

Keywords: meditation, mindfulness, anxiety, fear, self-regulation

Актуальность темы заключается в том, что люди в современном мире постоянно испытывают тревогу и тревожные состояния. Это происходит регулярно и практически ежедневно – в отношениях с близкими и друзьями, с членами семьи и коллегами, в бытовых ситуациях и в офисе. Тревожное состояние и нервное напряжение приводит, как следствие, к мышечному напряжению и спазму. Это, в свою очередь, является причиной возникновения многих болезней, развитию депрессии, а также ведет к преждевременному старению организма в целом.

Понятие тревоги ввел в психологию З. Фрейдом, который разводил страх как таковой, конкретный страх и неопределенный, безотчетный страх - тревогу, носящую иррациональный, глубинный, внутренний характер. Дифференциация тревоги и страха по принципу, предложенному З. Фрейдом, поддерживается и многими современными исследователями. Считается, что, в отличие от страха как реакции на конкретную угрозу, тревога представляет собой генерализованный, диффузный или беспредметный страх.

В своей теории З. Фрейд описал два типа зарождения и проявления тревоги и беспокойства:

- сигнализирующая тревога возникает как реакция предвосхищения реальной внешней опасности;
- травматическая тревога развивается под воздействием бессознательного, внутреннего источника.

В своей работе я буду опираться на представление о тревоге как эмоциональном состоянии, возникающем у человека в результате прогнозирования им опасности фрустрации значимых для него потребностей, прежде всего социальных. При этом источник тревоги может оставаться неосознанным.

Для устранения и профилактики чувства тревоги, а также для работы с другими деструктивными и эмоциональными состояниями человека, помогают справиться медитативные практики. Это один из наиболее доступных инструментов, который не требует много времени, специального места и больших усилий, но при этом дает видимый желаемый результат. Использование этих практик в повседневной жизни дает возможность для быстрого восстановления сил и энергии, помогает быть адаптивным в стрессовых ситуациях от внешних и внутренних воздействий, позволяет восстановить организм после нагрузок различного характера.

Медитативные практики.

Методы осознания и приведения к равновесию физического, эмоционального, ментального и энергетического состояния человека с помощью различных методов и техник (наблюдение, фокусирование внимания, изменения сценария поведения)

Существует огромное количество различных методов медитации, перечисление которых может занять не один десяток страниц. В своем исследовании я буду использовать медитативные практики «На каждый день». Это простые и доступные медитативные практики получили большое распространение по следующим причинам:

- не требует специального места проведения
- простые и доступные техники, которые не требуют специальной подготовки и длинной инструкции
- незаметны для окружающих и поэтому их можно проводить в любом месте
- удобный формат позволяет проводить их несколько раз в день по желанию и необходимости
- короткое время проведения до 30 минут
- приносят быстрый желаемый эффект

Именно эти преимущества послужили основанием для того, что я выбрал эти метод для устранения чувства тревоги, так как это чувство может застать человека в любом месте и в любое время.

1. Метод «Наблюдение за своим дыханием».

В этой практике в качестве опоры медитации используется естественное дыхание. Этот метод хорош тем, что для него не нужно особое пространство и время. Используется простое наблюдение за естественным дыханием, ведущее к глубокому успокоению ума и изменению состояния с тревожного на спокойное.

У этого метода есть много вариантов наблюдения за дыханием.

1.1 Наблюдение промежутков между вдохом и выдохом и между выдохом и вдохом.

Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза, наблюдайте за вдохом и выдохом. Оставайтесь естественными, никакой концентрации, осознание пауз в дыхании произойдет само. Когда заметите, что отвлеклись от процесса, снова вернитесь к наблюдению за своим дыханием.

Сначала почувствуйте вдох. Наблюдайте за ним, забудьте обо всем, просто наблюдайте за тем, как вы вдыхаете, за самим процессом. Когда воздух касается ноздрей, почувствуйте его там. Затем позвольте воздуху войти в вас. Двигайтесь вместе с ним осознанно. Когда вместе с вдыхаемым воздухом вы опускаетесь все ниже и ниже, не теряйте дыхания. Не опережайте его и не догоняйте, а просто двигайтесь вместе с ним, будьте одновременны и двигайтесь вместе с дыханием. Дыхание и сознание должны стать одним целым. Тогда возможно уловить паузу, которая происходит в дыхании.

1.2 Внимание на промежутках в дыхании в повседневной жизни

После того, как освоена практика 1.1 «Наблюдение промежутков между вдохом и выдохом и между выдохом и вдохом» возможно практиковать внимание на промежутках в дыхании в повседневной жизни.

Эта практика должна выполняется, когда человек чем-то занят. Например, во время приема пищи, во время прогулки или стоя под душем. Что дает возможность оставаться сфокусированным на себе и оставаться не вовлечённым к воздействию внешних стрессовых факторов.

2. Метод «Отпустите беспокойство.

Метод использует визуализацию.

Эту практику хорошо делать непосредственно перед сном, что бы отпустить и сбросить напряжение ума от предыдущего дня в течении как минимум 20 минут, а после ложится спать.

Займите удобное положение сидя и позвольте голове откинуться назад, расслабленно, в покое. Для большего комфорта можно использовать подушку, чтобы занять удобное положение без напряжения в шее. Расслабьте нижнюю челюсть, чтобы рот слегка приоткрылся – и начните дышать ртом, а не носом. Не изменяйте ритм и скорость дыхания, оно должно остаться естественным. Постепенно дыхание станет спокойным и очень поверхностным. Вдох и выдох при дыхании станет очень легким. Пусть ваш рот будет открыт, а глаза закрыты. Отдыхайте в удобном для вас положении. Тело свободное и расслабленное.

Начните представлять, что ваши ноги становятся отдельными от тела. Представьте, что их у вас как будто нет, словно их отрезали и ноги исчезли. Ощутите, что вы –это только верхняя часть тела.

Перенесите свое внимание на кисти рук и представьте, что обе руки также отделяются. Руки словно исчезли.

Потом перенесите внимание на голову и ощутите, как она тоже отделяется. Как-будто у вас больше нет головы. Оставьте ее в расслабленном состоянии.

Остается только туловище. Ощутите, что все, что вы из себя представляете, все что у вас есть – это живот и грудная клетка. И больше ничего.

Этот метод позволяет развернуть сознание во внутрь и сфокусировать все внимание на себе.

3. Метод «Расслабление через сверхусилие»

Метод дает возможность через расслабление тела отпустить напряжение ума.

Каждый вечер, прежде чем заснуть, встаньте и сделайте тело как можно более твёрдым и напряжённым, напрягайте всё тело как можно сильнее. Делайте это две или три минуты, затем расслабьтесь на две минуты. Чередуйте такие напряжения и расслабления два или три раза, потом лягте спать.

4. Метод «Осознанное изменение сценария эмоционального поведения»

Метод направлен на изменение механизмов привычного эмоционального поведения при внешних и внутренних факторах вызывающие деструктивное эмоциональное состояние в следствии подавленных эмоций. Рекомендуется выполнять в течении двух недель по 15 минут в любое время суток. Перед началом можно завести будильник на 15 минут.

В любое время, когда вы хорошо себя чувствуете, выберите время, запритесь в комнате и придите в гнев — но не высвобождайте. Продолжайте это усилие. Если вы чувствуете, что в животе возникает напряжение, словно что-то вот-вот взорвётся, втяните живот, сделайте его как можно более напряжённым. Если вы чувствуете, что напряжены плечи, напрягите их ещё больше. Пусть всё тело будет как можно более напряжённым.

Пятнадцать минут накаливайтесь, словно доводя себя до кипения. За пятнадцать минут доведите напряжение до кульминации.

Когда зазвонит будильник, сядьте в молчании, закройте глаза, просто наблюдайте, что происходит. Расслабьте тело.

5. Метод «Внутренняя улыбка»

Еще один метод, позволяющий сбалансировать эмоциональное состояние.

В любое время расслабьте нижнюю челюсть и слегка приоткройте рот. Начните дышать ртом, но неглубоко. Пусть дышит само тело, и это дыхание будет неглубоким, оно будет становиться менее и менее глубоким. Когда вы почувствуете, что дыхание стало очень неглубоким, рот приоткрыт, и челюсть расслаблена, по всему вашему телу почувствуете расслабление.

В этот момент представьте и начните ощущать улыбку, не на лице, но во всём своём внутреннем существе. Это не та улыбка, которая появляется на губах, это улыбка, которая распространяется изнутри.

Не улыбайтесь одними губами, мышцами лица, но улыбайтесь так, словно вы улыбаетесь из живота; улыбается живот. Это улыбка, не смех, поэтому она очень мягка.

Методика исследования:

Шкала Занга для самооценки тревоги.

Используется как вспомогательное средство для диагностики тревожных расстройств. Данный тест является косвенным признаком наличия тревожного расстройства той или иной степени.

Опросник состоит из 20 утверждений, по каждому из которых исследуемый самостоятельно дает ответ по частоте возникновения у него того или иного признака в четырех градациях: «редко», «иногда», «часто», «очень часто». По результатам ответа на все 20 пунктов дается суммарный бал.

Оценка суммарного балла

- 20–44 — Норма.
- 45–59 — Лёгкое тревожное расстройство или средней степени тяжести.
- 60–74 — Выраженное тревожное расстройство или тревожное расстройство тяжёлой степени.
- 75–80 — Тревожное расстройство крайне тяжёлой степени тяжести.

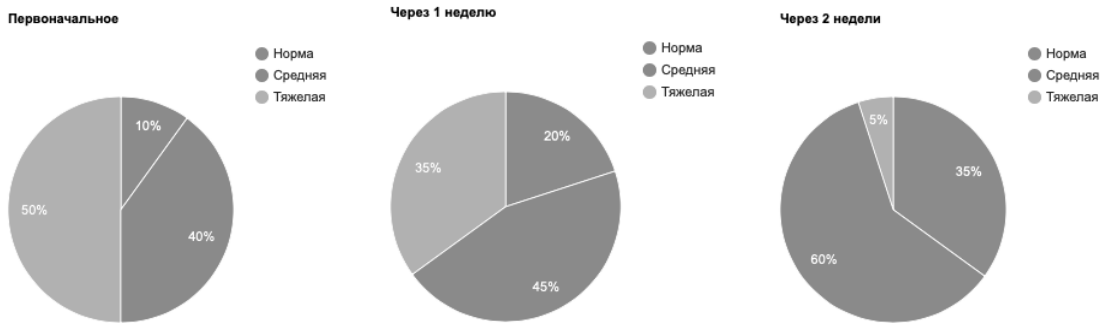
В исследовании приняли участие 20 человек в возрасте от 18 до 44 лет, мужского и женского пола (8 мужчин и 12 женщин).

Каждый из участников фокус-группы выполнял тест несколько раз: первоначальное тестирование, через неделю и спустя 2 недели. При этом каждый из участников ежедневно на протяжении этого периода использовал одну из вышеперечисленных практик «На каждый день» для устранения чувства тревоги.

Таблица 1. Результаты исследования

Продолжительность использования медитативных практик	Результаты теста Занга		
	Норма (20-44)	Средняя (45-59)	Тяжелая (60-74)
Перед началом	3	7	10
Через 1 неделю	5	9	6
Через 2 недели	7	12	1

Представим результаты графически



В результате проведения исследования можно отметить снижение уровня тревожного состояния, что подтвердилось проведением теста для самооценки тревоги.

Медитативные практики направлены на тренировку осознанности, в конечном итоге создавая повышенный уровень спокойствия, сосредоточенности и адекватности восприятия действительности, что снижает уровень тревоги.

КЛАССИФИКАЦИЯ МЕТОДОВ МЕДИТАЦИИ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ОБЪЕКТА СОСРЕДОТОЧЕНИЯ

Чернышова А.А.
(Россия)

В данной работе автор статьи решил рассмотреть классификацию методов медитации как практик осознанности с точки зрения объекта сосредоточения. Согласно этому критерию, исследователи выделяют четыре вида медитации [Бубличенко М.М., 2008, с. 98].

1. Повторение в уме. В этом случае объектом для сосредоточения является какой-либо психический стимул. Классическим примером психического объекта для сосредоточения является «мантра». Мантра - это слово или фраза, повторяемая вновь и вновь, обычно про себя. Мы включили бы в эту категорию также и пение. В качестве мантры иногда используют и текст народных песен.

2. Повторение физического действия. Этот объект для концентрации связан с фокусировкой внимания на каком-либо физическом действии. В древнем йоговском (индуистском) способе медитации внимание сосредотачивается на повторяющихся дыхательных движениях. Различные формы дыхательного контроля подсчета вдохов и выдохов (так называемая пранаяма) лежат в основе одной из форм Хатха-йоги. Широкой публике лучше известен другой вариант Хатха-йоги, использующий различные позы (так называемые асаны). Некоторые народы Востока используют в практике продолжительные хороводные танцы с повторяющимися движениями. Осознанная ходьба или бег также может быть использован как техника медитации.

3. Сосредоточение на проблеме. Этот объект для концентрации представляет собой попытки решения проблемы, включающеё парадоксальные компоненты. Классическим примером являются дзеновские «коаны». В этом случае для размышления дается парадоксальная на вид задача.

4. Зрительная концентрация. Здесь объектом для концентрации является зрительный образ. Это может быть картина, пламя свечи, лист дерева, внушающая расслабление сцена или что-то другое.

Все вышеуказанные методы основаны на техниках концентрации внимания, то есть сужения фокуса внимания в одной точке. Автору статьи также хотелось рассмотреть и добавить в классификацию некоторые методы медитации, которые характеризуются расширением фокуса внимания, и, следовательно, сознания, и в основе своей закладывают состояние «не-концентрации».

1.Хаотические методы. Эти техники использовались, например, Г.И. Гурджиевым, а также активно применялись в медитативных практиках Ошо, как способы разбивая привычных шаблонов ума и механистичности действий человека. Методы основаны на спонтанных, как правило быстрых, активных действиях, которые вводят ум в замешательство, тем самым давай возможность разбить привычные паттерны поведения и шаблоны ума. Самыми известными и популярными методами медитации являются активные медитации, созданные Ошо, такие как например, Динамическая медитация, Кундадини медитация и др. В данных методах внимание не концентрируется на чем-то конкретном. Задача этих методов скорее противоположная – выход за пределы концентрации для расширения угла восприятия.

2. Катарсические методы. Эти техники основаны на том, чтобы сначала освободить подавленные эмоции, и только потом двигаться к наблюдению. В основе этого подхода к медитации лежит понимание того, что тело и разум современного человека настолько подвержены стрессу, влиянию внешних факторов и раздражителей, что просто сесть в випассану и наблюдать даже хотя бы просто несколько минут для современного человека практически невозможно. В данном подходе для начала необходимо освободить ум и тело через катарсис (через голос, движения, дыхание), чтобы уже потом двигаться в медитацию. Здесь внимание субъекта сосредоточено прежде все на себе, на своих эмоциях и переживаниях, на самовыражении и проявлении себя во внешний мир. Этот подход активно использует , например, телесная психотерапия, и также методы современных активных медитаций.

3. Методы направляемой визуализации. Здесь объектом наблюдения становится мысленный образ посредством визуализации, а также отожествление либо, наоборот, разотождествление себя с данным образом. Данные методы медитации на сегодняшний день широко используются в различных сферах бизнеса, науки, психологии и медицины.

4.Методы расширенного наблюдения или осознавания. Если в первой классификации методами наблюдения являются объекты или предметы концентрации, то в данной классификации, медитацией может стать наблюдение за любыми объектами, предметами через осознавание их в моменте. Здесь акцент идет не на фокусе или объекте наблюдения, а на самом процессе наблюдения, что помогает развить навык и качество осознанности и пребывание в моменте Здесь и Сейчас.

Подводя итоги, можно отметить, что существует множество определений медитации и разъяснений относительно практики медитации. В большинстве современных энциклопедий и словарей под медитацией понимается активный

процесс деятельности мозга, размышление, сосредоточенность на чем-то. В переводе с латинского, «медитация» (meditatio) означает «размышление». Если взглянуть на медитирующего человека со стороны, и правда, кажется, как будто он о чем-то размышляет. В действительности медитация подразумевает отсутствие каких-либо мыслей и успокоение ума, так называемую умственную релаксацию или «созерцание».

Но по факту, медитация – это просто навык и умение привносить внимание в этот момент, осознавать то, что происходит в «здесь и сейчас». Медитация – это навык привнесения осознанности в жизнь. И медитация стоит оценивать по двум параметрам: медитация как техника, которая может привнести к медитация как качеству жизни.

Литература.

1. Бубличенко, М.М. Эффективные психотехники для расширения сознания / М.М. Бубличенко // Изд. 1000 бестселлеров, 2008 - 200 стр.

РАЗВИТИЕ РЕЧИ ДОШКОЛЬНИКОВ КАК ОСНОВНОГО МЕХАНИЗМА МЫШЛЕНИЯ

Шодиев Ф.Дж
(г.Бухара, Узбекистан)

Анноатция. Статья посвящена развитию речи дошкольников. Дошкольный возраст – это период активного усвоения ребенком разговорного языка, становления всех сторон речи: фонетической, лексической и грамматической. В этом возрасте, когда еще не сформирована голосовая функция, особое внимание следует обращать на развитие дыхательной и артикуляционной системы, занятия желательно строить в игровой форме.

Ключевые слова: дошкольный возраст, речь, артикуляция, дыхание, голос, слух, игра, анатомофизиологические особенности детского голосового аппарата, диалект, звукопроизношение.

Abstract: The article is devoted to the development of speech in preschool children. Preschool age is a period of active learning of a spoken language, the formation of all aspects of speech: phonetic, lexical, and grammatical. At this age, when the voice function is not yet formed, special attention should be paid to the development of the respiratory and articulatory systems, it is desirable to build classes in a playful form.

Keywords: preschool age, speech, articulation, breathing, voice, hearing, play, anatomical and physiological features of a child's voice apparatus, dialect, speech sound.

Человек овладевает речью в раннем детстве и на протяжении жизни совершенствует ее: обогащает словарь, учится владеть дыханием, голосом, интонациями, свободно строить предложение и текст.

Родную речь ребенок перенимает от близких людей, от родителей, из окружающей его речевой среды. Речевое развитие ребенка, по мнению Т. Н. Ушаковой, предстает как сторона общего психогенеза, протекающего на ранних этапах под преобладающим воздействием генетически заданной программы.

То есть основа речевого развития у ребенка заложена в генах, а саморазвитие особенно активно происходит в детстве. Возраст с трех до семи лет является важнейшим в становлении и развитии речевой функции. Это обусловлено тем, что именно в этот период речь ребенка развивается наиболее интенсивно, а главное – она наиболее гибка и податлива. Этому способствует высокая пластичность мозга, способность все превращать в игру (дети охотно играют в разные игры с применением речи и тем самым достигают более быстрых успехов в ней), а также любовь детей к звукам речи и стремление овладеть ими (они играют звуками, механически многократно повторяют их).

В последнее время развитию речи ребенка уделяется очень мало внимания как со стороны родителей, так и со стороны педагогов, отсюда возникает масса проблем в разных социальных и возрастных группах. Конечно, идеально говорящих людей нет, однако необходимо педагогам и родителям стремиться к повышению культурного уровня своего ребенка и воспитанника. Если какие-либо функции у ребенка нарушены с детства, например: плохой слух, голос, влияние неблагоприятной речевой среды, плохое психическое состояние, ребенок замкнут, эмоционально зажат, то это обязательно должно отразиться на голосе. В дошкольном возрасте одним из основных правил гигиены и охраны голоса детей являются систематические занятия речью. В данном возрасте можно укреплять дыхание, воспитывать умение регулировать громкость голоса в соответствии с условиями общения, развивать интонационную выразительность.

Выдающийся исследователь языка Ноам Хомский полагал, что язык представляет собой очень сложную структуру. Тем не менее дети осваивают ее достаточно быстро, что было бы невозможно без генетической основы языка. Поскольку языки разных народов отличаются друг от друга, трудно ожидать, что для каждого языка существует своя генетическая программа освоения. Н. Хомский предположил, что генетически должна быть заложена некоторая обобщенная структура языка, которая потом в процессе развития ребенка уточняется и трансформируется под родной язык.

Американский психолог Д. Слобин сумел доказать, что у детей разных языковых культур есть общие моменты языкового развития. Так, сначала в речи малышей появляются однословные предложения, и только затем двухсловные. Сначала усваиваются предлоги «в», «на», «под», и только потом дети переходят к таким предлогам, как «спереди» и «сзади»; сначала осваивают суффиксы, а потом приставки.

По мнению Н. Хомского, язык обладает настолько сложной структурой, что только профессиональный лингвист может раскрыть ее ребенку. Очевидно, что родители целенаправленно подобной деятельностью не занимаются. Наоборот, как любые носители языка заслоняют его структуру нарушениями в речи, различными ошибками, которые создают у ребенка фрагментарное знание языка.

В одном исследовании8 изучалось взаимодействие матерей и детей в возрасте от 1,5 до 4 лет. Специалистов интересовало: обращает ли взрослый внимание на грамматическую правильность высказываний ребенка? Ответ оказался отрицательным. В большинстве случаев матери исправляли неправильное произношение детей, неверный подбор слова, но не грамматическую структуру предложения. Так, когда маленькая Ева сказала маме: «Он девочка», имея в виду принадлежность девочки к женскому полу, мать похвалила дочку, несмотря на то, что высказывание ребенка было грамматически неверным. И наоборот, когда девочка построила грамматически верную фразу: «Там нахо-

дится ферма», это вызвало неодобрение со стороны матери, поскольку на самом деле там был расположен маяк; точно так же, когда маленький Адам сказал: «Уолт Дисней идет во вторник», взрослый поправил его, заметив, что мультфильмы идут в другой день. Эти примеры показывают, что именно значение, а не структура высказывания вызывает одобрение или неодобрение родителей.

У младенцев носовые полости недоразвиты, носовые ходы узкие, нижний носовой ход в первые месяцы жизни ребенка недоразвит, глотка расположена вертикально, узкая относительно взрослой, имеет меньший объем, гортань имеет воронкообразную форму, расположена выше, чем у взрослых. Голосовая щель узкая, голосовые связки короче, чем у взрослых. Язык непропорционально большой, занимает почти полностью ротовую полость, сильнее смещен кпереди, по сравнению с его местоположением у взрослых. Органы дыхания в детском возрасте отличаются следующими особенностями: носовые ходы, глотка, гортань, трахея и бронхи у детей сравнительно узкие и покрыты нежной слизистой оболочкой; эластическая ткань этих органов, являющаяся опорной, и мышечная развиты слабо; хрящи гортани мягкие и легко сдавливаются. Грудная клетка как бы приподнята, ребра не могут опускаться при дыхании так низко, как у взрослых, поэтому дети не в состоянии делать глубокие вдохи, что ограничивает силу голоса и длительность звучания.

К анатомо-физиологическим особенностям детского голосового аппарата, которые имеют значение в процессе голосообразования, относятся также довольно высокое положение гортани, большое количество слизистых желез во всех отделах гортани, а также лимфатической и соединительной ткани, которая в раннем возрасте заменяет собой отсутствующие внутренние голосовые мышцы. В первые дни жизни ребенка его дыхательные движения носят поверхностный характер.

Вследствие узости носовых ходов воздух проходит через нос с большим сопротивлением, что обуславливает шумное дыхание. Небольшой размер хоан требует более частого дыхания, чем у взрослого. После трехмесячного возраста начинаются изменения конфигурации грудной клетки ребенка.

Обычно к третьему месяцу жизни начинается так называемое гуление: находясь в состоянии положительных эмоций и чаще всего в присутствии близкого человека – мамы, ребенок производит звуки, напоминающие «гу», оно повторяется: «гу-гу».

В четыре-восемь месяцев начинается изменение формы неба, которая приобретает куполообразную формы, и как следствие – увеличение полости рта. Короткий речевой тракт и короткие голосовые складки обуславливающего высоту голоса.

В пяти-, шестимесячном возрасте ребенок переходит от гуления к лепету – это существенный этап речевого развития ребенка, это уже настоящая школа артикуляции звукосочетаний, это слоговая тренировка: «ля-ля-ля», «дя-дя-дя» и другие ритмические сочетания по типу открытых слогов. Речь развивается в процессе подражания. По данным физиологов, подражание у человека – это безусловный рефлекс, инстинкт, то есть врожденное умение, которому не учатся, а с которым уже рождаются, такое же, как умение дышать, сосать, глотать.

К подражанию в речи склонны и взрослые люди: человек, говорящий вполне литературно, прожив один-два месяца в местности с диалектной речью, непроизвольно, инстинктивно перенимает особенности этой речи. Но взрослый человек все же может осознанно регулировать свою речь. Ребенок же не в состоянии выбирать объект для подражания и бессознательно перенимает ту

речь, которую слышит из уст окружающих. Он перенимает даже дефекты речи. Например, в семье, в которой старшие картавят, дети тоже оказываются картавыми, пока не попадают в детский сад или школу, где с ними начинает заниматься логопед.

Подражание окружающим людям и изучение норм поведения начинается с шести месяцев. Подражание – источник развития ребенка, воспроизведение ребенком в своих действиях поведение взрослого в различных ситуациях (Т. Н. Ушакова).

Л. С. Выготский считал, что подражание является источником всех специфически человеческих свойств сознания и видов деятельности, оно выполняет познавательную и коммуникативную функцию. Подражает ребенок сначала артикуляциям, речедвижениям, которые он видит на лице говорящего с ним человека (матери, воспитательницы). Основным фактором развития в этом возрасте является игра, формируется общий эмоциональный фон, ребенок усваивает «язык» чувств.

Общение детей в этом возрасте качественно изменяется: если до трех лет дети преимущественно общаются со взрослыми и игнорируют других детей, то после трех лет количество контактов с детьми быстро возрастает и к пяти-шести годам эти контакты завершаются образованием групп.

Овладение речью – это сложный, многосторонний психический процесс, ее появление и дальнейшее развитие зависят от многих факторов. Речь начинает формироваться лишь тогда, когда головной мозг, слух, артикуляционный аппарат ребенка достигает определенного уровня развития. Но, имея даже достаточно развитой речевой аппарат, сформированный мозг, хороший физический слух, ребенок без речевого окружения никогда не заговорит.

Если способность к речи воспитывается путем «слушания речей», то первым условием становления развития речи человека является наличие речевой среды. От того, в какой речевой среде человек приобрел навыки, зависит его речь, потому что, обучаясь речи, ребенок невольно начинает воспроизводить все особенности речи окружающих. Итак, для приобретения речевых навыков необходимы три условия:

1) наличие речевой среды;

2) слуховое восприятие;

3) речевое воспроизведение.

Чтобы у ребенка в дальнейшем правильно развивалась речь, нужная речевая среда. Среда – окружающие человека общественные, материальные и духовные условия его существования. Слушание и просмотр детьми телепередач требует внимательного руководства со стороны воспитателей и родителей. Отмечено, что частые просмотры создают обстановку пренасыщения зрелищами и снижают внимание детей. Правильно выбранные передачи способствуют расширению знаний детей о мире, в котором они живут. Однако, бессистемное, неорганизованное слушание и просмотр телевизионных передач не содействуют гармоничному воспитанию детей.

Нельзя допустить, чтобы перед маленькими зрителями, как в калейдоскопе, мелькали совсем непонятные им герои, развертывались неведомые им события. Огромное количество информации, не осмысленной по-настоящему детьми, часто не развивает, а раздражает малышей.

Если телевидение в большей степени воздействует на зрительные центры, то радио имеет в качестве средств воздействия только слова, следовательно, требует от ребенка внимания к слову, в огромной степени развивают его речь и интеллект.

Дети, начиная с младшего дошкольного возраста, даже без специального обучения, проявляют большой интерес к языковой действительности, «экспериментируют» со словами, создают новые, ориентируясь как на смысловую, так и на грамматическую сторону языка. Однако при стихийном речевом развитии лишь немногие дети достигают достаточно высокого уровня, поэтому необходимо специальное обучение, направленное на освоение ребенком языка.

Дошкольный возраст – это период активного усвоения ребенком разговорного языка, становления всех сторон речи: фонетической, лексической и грамматической. Чем раньше будет начато обучение родному языку, тем свободнее ребенок будет им пользоваться в дальнейшем.

Часто по ходу занятий в роли побудительного мотива речевой деятельности выступает мама ребенка. Это делается сознательно, поскольку очевидно, что для ребенка мама – это лучший и самый желанный собеседник, слушатель. Этот прием будет по-настоящему действенным, если воспитатель будет искренним в своем желании помочь детям «разговориться».

Искусству, которое формирует эстетические чувства ребенка и эстетическое отношение к жизни, отводится особая роль именно в дошкольном возрасте.

Оно является не только средством познания действительности, но и источником воспитания, развития чувства и переживаний, ничем не заменимых впечатлений, которые передаются в творчестве. В процессе приобщения к искусству ребенок учится самостоятельно воспринимать и осмысливать художественный образ произведения, эмоционально переживать его, находить изобразительновыразительные средства для воплощения собственного видения этого образа в разных видах деятельности.

Особого внимания требует работа по воспитанию и развитию голоса ребенка в любом возрасте. Голос требует подбора особых приемов воздействия и индивидуальной проработки. В дошкольном возрасте, когда еще не сформирована голосовая функция, особое внимание следует обращать на развитие дыхательной и артикуляционной системы, занятия желательно строить в игровой форме. В заключение данной работы отметим, что единой методики развития речи для разных возрастов не существует.

Есть единая основа, опираясь на которую, мы должны рассматривать физиологические особенности детей дошкольного возраста, как ключ к подбору способов и методов воспитания природы голоса и речи.

Литература.

1. Ермакова, И. И. Коррекция речи и голоса у детей и подростков : кн. для логопеда / И. И. Ермакова. – 2-е изд., перераб. – Москва : Просвещение ; Учеб. лит., 1996. – 143 с.
2. Максимов, И. Фониатрия / И. Максимов ; пер. с болгар. В. Д. Сухарева. – Москва : Медицина, 1987. – 288 с.
3. Юссон, Р. Певческий голос / Р. Юссон. – Москва : Музыка, 1974. – 261 с.
4. Бардышева Т. Ю., Моносова Е. Н. Логопедические занятия в детском саду. Старшая группа. — М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2010. — 240 с. Беспаленко Е. М. Прагмалингвистика как средство диагностирования личностных качеств человека // Молодой ученый. — 2017. — № 46. — С. 178–181.
5. Китаева, И. И. Развитие речи дошкольников как основного механизма мышления / И. И. Китаева, Н. С. Попкова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2020. — № 7 (297). — С. 241-243.

ПРЕДСТАВЛЕНИЯ СТУДЕНТОК О ВАЖНОСТИ ОБРАЗОВАНИЯ В РАМКАХ ИССЛЕДОВАНИЯ ЖЕНСКОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ МЕНТАЛЬНОСТИ

Штрикова Д.Б.
(Россия)

Аннотация. В статье проанализированы представления студенток об образовательных аспектах, выявленные в рамках работы по исследованию женской профессиональной ментальности. В работе представлены результаты исследования, выполненные с помощью психосемантического метода множественной идентификации В.Ф.Петренко. Проведен иерархический кластерный анализ объектов исследования, позволяющий их сгруппировать и кластерный анализ методом К-средних, с помощью которого можно проанализировать различия между выделенными кластерами по каждому дескриптору в рамках группы «Образование». Студентки высоко оценивают важность образования, самообразования и навыков планирования.

Ключевые слова: женская профессиональная ментальность, психосемантический метод множественной идентификации, женская профессиональная деятельность, кластерный анализ.

Abstract: The article analyzes female students' ideas about the financial aspects of relationships in the family, identified in the framework of the work on the study of female professional mentality. The paper presents the results of a study performed using the psychosemantic method of multiple identification by VF Petrenko. A hierarchical cluster analysis of the objects of study was carried out, allowing them to be grouped, and K-means cluster analysis, to analyze the differences between the selected clusters for each descriptor within the " Education" group. Female students highly appreciate the importance of education, self-education and planning skills.

Key words: female professional mentality, psychosemantic method of multiple identification, women's professional activities, cluster analysis.

Настоящая статья является частью исследования женской профессиональной ментальности. Женская профессиональная ментальность трактуется автором как совокупность социально-психологических установок, гендерных стереотипов и норм, формирующих отношение к профессиональной деятельности во взаимосвязи с брачно-семейной, образовательной и финансовой сферами жизнедеятельности, требующими затрат сил, времени, распределения собственных ресурсов женщины [Штрикова, 2022].

Процедура исследования: 1) анализ научной литературы; 2) разработка опросника из 74 суждений в соответствии с психосемантическим методом множественной идентификации В.Ф.Петренко [Петренко, 1988],оценка проводилась с ролевых позиций «деловая женщина», «типичная современная женщина», «моя мама», «женщина через 20 лет», «идеальная женщина, по мнению российского общества», «неуспешная женщина», «европейская женщина», «я сама», «советская женщина», «успешная женщина»; 3) иерархический кластерный анализ объектов исследования и кластерный анализ методом К-средних.

Респондентами выступили 60 девушек, студенток 5 курса Самарского государственного технического университета, возраст - 21-22 года (M=21,4; SD=1), без детей, как с опытом работы, так и без него.

Иерархический кластерный анализ позволяет сгруппировать объекты - типы женщин (я сама, деловая, советская и т.д.) по степени близости

приписываемых им элементов женской профессиональной ментальности. Данный анализ был проведен по всем группам дескрипторов. Расчеты проводились с помощью пакета прикладных программ SPSS 17 и STATISTICA 10.

Рассмотрим результаты кластерного анализа по группе «Образование». Кластеры по объектам исследования распределены следующим образом: 1) «неуспешная»; 2) «советская», «моя мама»; 3) «я сама», «идеал», «европейская», «деловая», «успешная», «женщина через 20 лет» и «современная». Первый кластер –это очевидный аутсайдер. График этого кластера покажет, что именно респонденты считают проявлением не успешности (рис.1). Объединение во втором кластере тоже очевидно, так как родители студенток учились в советское время. Третий кластер объединил все остальные роли. По расчетам евклидова расстояния между кластерами, дальше всего друг от друга находятся кластер №1 и кластер №3.

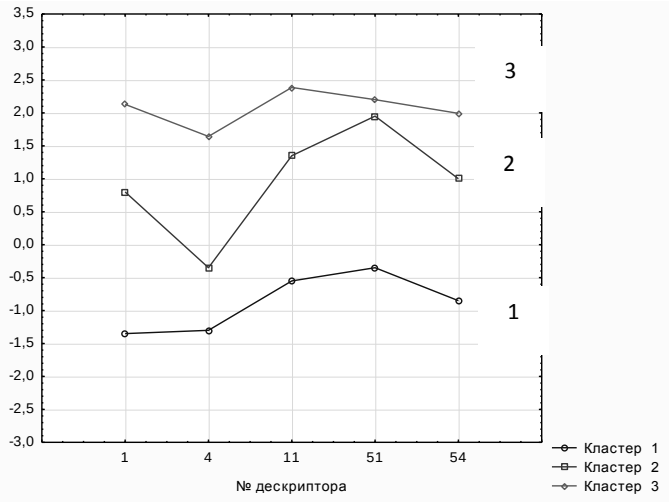


Рис.1. График средних для каждого кластера группы «Образование»

Группа «Образование» включает дескрипторы: 1) получает высшее образование; 2) повышает свой профессиональный уровень: посещает курсы и тренинги; 3) планирует свою жизнь; 4) умеет планировать свой день и распределять время; 5) занимается самообразованием: читает книги, изучает программы.

Дисперсионный анализ показывает нам, что значимые различия между кластерами (значение $p<0.05$) есть по всем дескрипторам.

Дескриптор №1. Женщины из кластера «неуспешная» совершенно не стремятся получить высшее образование. «Моя мама» и «советская» женщины склонны к получению высшего образования. Для всех остальных ролей, высшее образование является необходимым жизненным атрибутом.

Дескриптор №4. Что касается стремления к повышению своего профессионального уровня, то неуспешные женщины этим не занимаются, женщинам из второго кластера это скорее не свойственно. В отличие от женщин третьего кластера, куда входят перспективные анализируемые ролевые позиции «я сама», «европейская» и «женщина через 20 лет».

Дескриптор №11и №51. В планировании тоже есть определенные различия – женщины из кластера «неуспешная» не уделяют этому процессу должного внимания. В отличие от двух других кластеров, осуществляющих планирование и своего дня и своей жизни.

Дескриптор №54. По дескриптору «самообразование» неуспешные женщины не тратят на это время. В то время как женщины из прошлого и настоящего («советская» и «моя мама») уделяют этому аспекту свое внимание, а женщины, ассоциируемые респондентами с собой и будущим – уделяют самообразованию весьма пристальное внимание.

Проведя анализ по группе «образование» по ролевой позиции «я сама», можно сделать определенные выводы.

В вопросах образования ответы респонденток («я сама») были достаточно предсказуемы, учитывая исследования многих других авторов. Студентки высоко оценивают важность образования, самообразования и навыков планирования.

Литература.

1. Петренко В. Ф. Психосемантика сознания. Москва: МГУ, 1988.
2. Штрикова Д. Б. Факторы женской профессиональной ментальности // Организационная психология. 2022. № 2. Т. 12. С. 127-144. URL: http://orgpsyjournal.hse.ru. DOI: 10.17323/2312-5942-2022-12-2-127-144.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА БУДУЩЕГО ПЕДАГОГА

Шукурова Д. Р.
(г. Карши, Узбекистан)

Одним из необходимых условий эффективности профессионально- педагогической деятельности является профессиональная подготовка будущего специалиста.

Профессиональная подготовка означает, что психическое (духовное) состояние человека и соответствующий уровень физического здоровья соответствуют требованиям выполняемой работы. Как отмечал известный ученый-психолог К.К.Платонов, профессиональная подготовка специалиста – это субъективное состояние человека, означающее, что он считает себя способным и готовым к выполнению соответствующей профессиональной деятельности.

Профессиональная подготовка будущего педагога представляет собой сложную, многоуровневую, многогранную(психическую) системную структуру.

М.И.Дьяченко, А.М.Столяренко считают целесообразным указать на следующие два взаимосвязанных аспекта в профессиональной подготовке специалиста:

1. Начальная (предварительная) готовность - возможность (способность) выполнять данную работу. Он включает в себя наличие у человека устойчивых психических структур - знаний, навыков, умений, личностных качеств, важных для профессии.

2. Непосредственная готовность - определяет психическую готовность специалиста к выполнению профессиональных задач в определенных условиях. Этот аспект профессиональной подготовки обусловлен тем, что психическое состояние будущего педагога изменяется в зависимости от ситуации, подвижно, динамично (живоподобно); характеризуется (описывается) психическим состоя-

нием и физическим здоровьем специалиста, морально-духовной обстановкой в коллективе.

Начальная психологическая подготовка является основой профессиональной подготовки. Именно поэтому процесс подготовки будущих педагогов в высших учебных заведениях требует формирования у молодежи психологической готовности на достаточном уровне к профессиональной и учебной деятельности.

Известно, что профессиональная подготовка педагога-специалиста предполагает наличие у него глубоких знаний, педагогических навыков, а также умение владеть собой, своим настроением, мобилизовать свои умственные, нравственные и физические возможности для воспитательной работы.

Ведущим и комплексным (аспектом) профессиональной подготовки является психическая, профессионально-психологическая готовность специалиста. Это связано с уровнем подготовленности душевных сил и психики специалиста к выполнению профессиональных обязанностей.

Основными частями (компонентами) профессиональной подготовки психики (психики) специалиста являются1. Ориентировка, компонент психического познания. Этот компонент включает в себя определенный уровень развития восприятия, мышления, воображения, памяти, внимания в области профессиональных знаний специалиста. Это психологическая готовность опытного человека.

2. Мотивационная, потребностно-мотивная часть определяет профессиональную направленность личности и уровень готовности затрачивать усилия на выполнение работы. В его основе лежит понимание смысла и значимости избранной профессии, специализации, положительное отношение к профессии. Мотив готовности к занятиям профессиональной деятельностью в условиях обучения в вузе является движущей силой эффективного развития личности студента в образовательном процессе. Исполнительский компонент - профессионально-педагогическое мастерство включает в себя необходимый уровень развития профессиональных навыков, детерминированность воли, умение управлять своим поведением и действиями.

Ориентация студента на профессию и профессиональные навыки составляют основу профессиональной подготовки.

В профессиональной подготовке современного специалиста большое значение имеет его коммуникативная готовность.

Эта коммуникативность предполагает наличие достаточного уровня навыков и компетенций для взаимодействия с людьми в профессиональной среде, навыков и компетенций профессионального общения с коллегами и руководителями, готовность к рабочему и личному общению с членами коллектива, умение устанавливать взаимовыгодные отношения. коммуникация.

Коммуникативная готовность человека зависит от его культуры речи, умения правильно употреблять слова. Речевая культура мышления человека является важным показателем уровня развития; профессиональная речевая культура специалиста является показателем развития его профессионального мышления. Именно поэтому в подготовке молодого специалиста общая и профессиональная речевая культура (воспитание) является неотъемлемой частью формирования его как личности и как специалиста.

Коммуникативная готовность специалиста – это наличие доброжелательности, доброжелательности, дружелюбия, открытости к общению, командного духа; готовность не создавать препятствий и напряженности в общении, обмене

идеями и отношениях с коллегами; означает наличие возможности своевременно разрешать возникающие споры.

Среди основных психологических условий достижения успеха в профессиональной деятельности можно указать следующие:

- больше думать о достижении (мышление);
- Вера в свои силы;
- Активация мотивов достижения;
- точное знание того, чего вы хотите достичь;
- Умение действовать, хорошее настроение и вера в победу;
- Умение превратить каждое встречающееся препятствие в трамплин (лестницу) на пути к цели;
- Радоваться даже от маленького достижения, испытывать чувство счастья.

Особую роль в эффективности профессиональной деятельности играет сила мотивации достижения победы. Эффективность профессиональной деятельности современного специалиста в большей степени зависит от его способности искать и замечать новые задачи, стоящие на повестке дня жизни и социальной практики, а также от его психологической готовности. Высокое профессиональное мастерство современного специалиста определяет его способность творчески подходить к своей работе, быть смелым, находить новые пути, методы, средства.

Литература.

1. Зимняя И.А. Педагогическая психология. Учебное пособие для студентов вузов. Ростов: Феликс, 1997.
2. Леонтьев А.А. Педагогическое общение. - М., 1999.
3. Кан-Калик В.А. Учителю о педагогическом общении. - М.: Просвещение, 1997.
4. Sayxonovna, M. M. (2022). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF MODERN PRIMARY SCHOOL TEACHER PROFESSIONAL TRAINING. ASIA PACIFIC JOURNAL OF MARKETING & MANAGEMENT REVIEW ISSN: 2319-2836 Impact Factor: 7.603, 11(04), 15-20.
5. Максадова, М. С. (2018). ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ МОЛОДОГО ПЕДАГОГА. *Журнал научных публикаций аспирантов и докторантов*, (5), 43-44.

PSYCHOLOGY OF DEVELOPMENT OF QUICK-STRENGTH PHYSICAL QUALITIES OF BOXERS

Eshov E.S.
(Bukhara, Uzbekistan)

Abstract. This article examines the development of quick strength qualities in 14-15-year-old boxers.

Keywords: *quick-power, physical fitness , sports uniform, comprehensive control.*

In modern boxing, the volume and intensity of competition and training have increased greatly, as a result of which young boxers can suffer physical and mental

injuries due to the negative impact on the physical performance of young people through heavy training loads. Therefore, it is important to effectively organize the training process with young boxers [3,7,8].

A boxer's quick-power opportunity is a set of actions that consist of several components.

Scientific sources show that the boxer's special speed qualities consist of the following[1,2,6].

- the speed of applying the technical method in a normal situation;
- the speed of applying the technical method in a complex situation;
- speed of thinking in a normal situation;
- speed of thinking in a complex situation;
- quick decision-making speed in a normal situation;
- quick decision-making speed in a complex situation;
- speed of transition from one action to another.

Based on the methodological guidelines mentioned above, the following conclusions can be made:

- solving the problems of managing the training process of the athlete depends to a large extent on the availability of objective information about the condition of the athlete;

- the issue of conducting a test includes the following three main rules of test selection: test selection, measurement and evaluation;

The following techniques are used to develop boxers' quick power capabilities:

- Repetitive agility;
- Short-term maximum speed;
- Increasing weights;
- Percussive;
- Collective impact;
- Variance ;

The results obtained from the analysis of the competition activity of young boxers made it possible to approach the planning of the training process in a new way. That is, it helped to revise the direction and size of the preparation tools used at certain stages of the competition period. We conducted research on improving physical fitness during training and adopted two-stage tests. In this case, we meant that each of the stages should solve certain tasks in a sequence. In this case, we only considered the training process. At this stage, the main goal was to increase the level of functional, quick-strength training of young boxers.

The study provided practical recommendations for rapid strength training for boxers participating in the study. The increase in the volume of rapid-force training tools is primarily due to the fact that the analysis of literature sources and the results of preliminary studies have confirmed the importance and great importance of rapid-force qualities. These qualities occupy a leading place in the general structure of physical training. That's why we took into account the increase in the volume of the fast-strength tools and plan them in training microcycles in order to achieve a large increase in the tested indicators. One of the wise forms of organizing sports training is circuit training. It makes it possible to bring the nature of the activity closer to the work mode characteristic of competition exercises while performing preparatory exercises, thereby creating favorable conditions for the transfer of training.[4,5]

Describing the circuit training used in the preparatory phase, it should be noted that the direction of the exercises used was the same. It is known that if the intensity and duration of the training load is high, the loading effect will be much greater. Therefore, in the development of quick-strength qualities, it is necessary to increase

the load to the maximum and at the same time extend the duration of exposure. Therefore, only quick strength development exercises were used in the training.

According to the data presented in the literature, long-term repetition of the studied method to young boxers leads to the strengthening of relatively slow movements. That's why it's wise to break down a complex exercise into relatively simple components and perform those elements at maximum speed and intensity. If we proceed from the fact that movements have a certain structure, it should be recognized that the integrity of the movement system cannot develop without dividing it into parts. Here, it is important to carefully choose the means of quick-force training.

studied the characteristics of changes in quick-power qualities from the components of physical training during the training period of 14-15-year-old training group boxers of Bukhara Olympic reserves .

To evaluate the level of quick-power capabilities of young boxers, we have selected the following tests.

Athletes were identified by tests of complex manifestation of special physical abilities (**see Table 1**):

1. Pulling on the bar for 30 seconds (times);
2. Push the barbell forward for 30 seconds (10 кг, марта);
3. Lying down for 30 seconds, bending and spreading the arms (times);
4. 30 meter run (s);
5. 60 meter run (s).

Table 1

Quick-power indicators of young boxers (n-12)

No	Tests	the beginning of e experiment	at the end of the experiment	Growth %
1.	Pull-ups on the bar for 30 seconds (times)	13.9 ±2.9	15 ± 1.9	3.4%
2.	Pushing the barbell forward 30 seconds (10 kg., times)	57.0 ±6.2	59±3.6	3.4%
3.	30-second push-ups on the floor (repeatedly)	41.6 ±4.8	43.4 ±4.3	4.2%
4.	30 meter sprint (seconds)	4.6 ±2.7	4.5 ±2.3	2.2%
5.	60 meter sprint (seconds)	9.5 ±3.0	9.4 ±3.1	1.6%

The characteristics of the central tendency and the location (oscillation) of individual results relative to the average of the selected set of young boxers were calculated by the following formula:

1. Arithmetic average value.

$$\bar{x} = \frac{\sum_{1}^{n} x_i n_i}{n} = \frac{97}{12-1} = 8{,}8\ 1)$$

2. Mean squared deviation (deviation).

$$\sigma^2 = \sum_{i=1}^{n} \frac{(X_i - \overline{X})^2}{n-1} = \frac{435}{12-1} = 39{,}5\ 2)$$

$$\sigma = \sqrt{39{,}5} = 6{,}2 марта\ 3)$$

If we look at Table 1, then the results of the tests obtained at the beginning of the pedagogical study As a result of the initial tests, the physical fitness of young boxers was assessed as average. Young boxers pulled up on the bar for 30 seconds on average 13.9 times. The second test showed an average of 57.0 repetitions of forward curls for the barbell ( ) during 30 seconds . 10 кгIn the third test, the average number of times the young boxers bent their arms while lying down for 30 seconds was 41.6 times. A 30-meter sprint test was adopted to analyze the quality of speed. It showed an average of 4.6 seconds. The last test showed an average result of 9.5 seconds in the 60-meter dash.

If we pay attention to the statistical indicators after the experiment, it is possible to observe a specific development of the test results. Commenting on them, it is worth noting that almost every boxer has increased in fitness, but the percentage of increase is not the same. Perhaps it should be, because these boxers have different initial levels of readiness to carry such training loads.

At the end of the experiment, these tests were taken again for the second time. Young boxers' pull-up on the barbell for 30 seconds was an average of 15 repetitions, with a statistical volatility of 2.9, which showed an increase of 3.4% compared to the pre-experiment.

showed a positive change of 3.4% with an average of 59.0 repetitions of the barbell ( ) swing index for 30 seconds and a swing index of 3.6.10 кг

In the third test, the young boxers recorded an average of 43.4 times while lying down for 30 seconds, and a 4.2% increase in swing with 4.3.

A 30-meter sprint test was adopted to analyze the quality of speed. In it, the results changed by 2.2% with an average of 4.5 s volatility of 2.3.

The last test showed a positive increase of 1.6% with an average of 9.4 s. and a volatility of 3.0 in the 60-meter run.

The test results obtained at the beginning and at the end of the pedagogical research were compared. That being said, we can see an increase in fitness in almost every young boxer. This, in turn, is the result of our changes in the training process. The recommendations and some exercises given during the training clearly confirm that the physical fitness of these young boxers has increased in a positive way.

So, it can be concluded that not all athletes are able to maintain the required speed of exercise , some of them are too high. Too much work intensity can be achieved at the expense of reducing the weight of the weights, which is a methodological error of both the athlete and the coach.

As a result of the analysis of special literature, pedagogical observations, pedagogical testing and pedagogical research, we recommended taking into account the conditions for the training process of young boxers:

1. It is appropriate to use practical methods during training of young boxers

2. Development of not only general endurance in young boxers, but also special endurance divided into various qualities (speed, strength) is a foundation for future skills and proves that this process can be implemented even from the age of 14-15.

3 Traces of previous work change the functional response of the organism and the training effect of subsequent means.

4. The effect of training a complex of special physical training tools (loads) is determined not only by the sum of the effects of training on the body, but more by their harmony, sequence and the time interval separating them.

5. Repositioning of special physical training equipment (loads) over time significantly changes their training effect.

6. It is emphasized that it is appropriate to increase the volume of exercises related to the development of quick-strength

Thus, by following these recommendations, the systematic effect of rapid strength training can be ensured. It is for this reason that during the pedagogical research, corrections were first proposed, and then implemented, which would ensure a further increase in the level of physical fitness of young boxers in the quick-power feature.

After 4 weeks of fast-strength training, the indicators of physical fitness of the athletes were statistically significantly increased in the 4th week.

After applying the 4-week cycle of fast-strength training, the cumulative effect of the training is observed and after 4 weeks it helps to bring the athlete's body to a higher functional level.

The level of functional training of each boxer has its limits, and therefore, in the future, starting from a much higher level of training, it is possible to achieve only lower results in terms of the complex of all tested indicators, because in order to acquire a sports form. Not maximum results in any one parameter, but optimal results in all are needed. Only then will there be confidence in achieving high sports form.

References.

1. Romanov V. N. , Lavrov A. A. Combination boxing. Boxing. Ejegodnik M. FiS. 1983
2. Rikhsieva A. Abu Ali ibn Sina is the role of physical training and health care of a person. Tashkent, "Teacher", 1981
3. Khudadov N. A. - V assistant trainer. Boxing. Ejegodnik. M. FiS 1970 g.
4. Filimonov V.I., Nigmedzyanov. Boxing, kickboxing, hand-to-hand boxing (preparation and contact vidax edinoborstv) – M.: INSAN. 1999 – 416 c
5. Kravchenko O.V. Modelirovanie vzaimodeystviya uchastnikov sorevnovatelnogo paint boxers. Autoref.dis.kand.ped. Nauk. M.: 2000. p. 25
6. Эшов Эркин Сатторович CHARACTERISTICS OF THE USE OF PSYCHOLOGICAL TECHNOLOGIES IN THE EDUCATION SYSTEM Российский импакт-фактор научно-методический журнал. 2020 год 84-86 ст.
7. Эшов Эркин Сатторович PSYCHOLOGICAL FEATURES OF SPORTS DEVELOPMENT OF SCHOOL CHILDREN Педагогик маҳорат журнали 6.2020 год, 216-218 ст.
8. Эшов Эркин Сатторович INCREASING STUDENT ACTIVITY IN THE LESSON PROCESS Халқаро тезис. Варшава 2021 йил. 208-211бетлар.
9. Eshov Erkin Sattorovich Social Psychological Properties Of The Inspection Of The Mechanism Of Psychological Protection International Journal of Scientific and Technology Research 9 (2), 3805-3808 2020
10. Эшов Эркин Сатторович Features of the emotional intelligence of athletes in individual and team sports Педагогик маҳорат журнали 5-сон 2020йил, 228-230 бетлар.

SUICIDE AMONG ADOLESCENTS WITH DEVIANT BEHAVIOR AS A SOCIAL PSYCHOLOGICAL PROBLEM

Elov Z.S.
(г.Бухара, Узбекистан)

Annotation. The article examines the causes of suicide among adolescents and their causes. It also presents the causes of adolescent suicide, as well as data and analysis from the World Health Organization.

Keywords: suicide, adolescence, taboo, epidemic, virtual world, murder, global problem, Southeast Asia, social virus.

Аннотация. В статье рассматриваются причины самоубийств среди подростков и их причины, а также данные Всемирной организации здравоохранения.

Ключевые слова: самоубийство, подростковый возраст, табу, эпидемия, виртуальный мир, убийство, глобальная проблема, Юго-Восточная Азия, социальный вирус.

Suicide is the second leading cause of death among people aged 15 to 29. But, nevertheless, in society, this topic is considered taboo, i.e. they don't talk about it openly. The government proposes to spread messages on threats posed by the virtual world.

“When you try to commit suicide, people think it's a crime. In fact, this is not so,” said 20-year-old Lauren Ball, who has committed suicide several times.

In some societies, the topic of mental illness has recently come up. But some are still silent. At the same time, experts say that this "epidemic" must be fought immediately: the number of suicides among adolescents is on the rise. According to the World Health Organization (WHO), this topic has long been a taboo.

The widespread social “trends” of recent times - insults and threats in the virtual world, the spread of ideas like a social virus - exacerbate this ineffable problem and endanger the lives of more young people.

“Suicide is a very difficult problem. In most cases, the motivating factor is not the only one. In addition, suicide rates among young people have not been well studied and researched,”said British suicide scientist Ruth Sutherland.

According to the World Health Organization, 800,000 people worldwide commit suicide every year. And for every person killed, there are another 20 unsuccessful assassination attempts. In some countries, this disease is more common among young people. The situation has escalated to the point that suicide is the second leading cause of death among people aged 15 to 29 years.

“Among these age groups, suicide ranks second after road traffic accidents. In addition, from a gender perspective, suicide among women aged 15-29 is the leading cause of death,”said Alexander Fleischmann. However, this situation is not the same all over the world.

According to data released by WHO in 2012, suicide is a global problem. However, the numbers in rich and poor countries are by no means equal. In fact, 75 percent of suicides worldwide occur in poor countries. It is important to note that differences in well-being have a large impact on the lives of adolescents in particular.

However, this is not the case in wealthy countries, leading to the conclusion that the lives of young people are at risk in poorer countries.

Now let's look at it from a gender perspective: there are more men than women among suicides.

“There are more suicide attempts among girls, but more boys who are 'doing their job,'” explains Dr. Fleischmann.

"The factor behind this difference is the perception in societies that" men should be men, "British scientists explain. However, in poorer countries, the difference in suicide rates between men and women is smaller. In affluent countries, men commit suicide three times more often than women, while in low- and middle-income countries the difference is only half.

It is alarming that in some parts of the world, suicide has become the leading cause of death among people aged 15-19. For example, in the countries of Southeast Asia. One in six girls who died in adolescence and died committed suicide.

Experts say suicide doesn't happen "suddenly." According to the study, 90 percent of adolescents who commit suicide have some type of mental health problem. It ranges from depression to addiction, violence and drug addiction.

But on the other hand, changes in living conditions, problems with school and friends, and uncertainty about sexual orientation are also cited as factors. This is why experts say it's important to pay attention to early signs of anxiety.

Samaritans are campaigning for youth suicide prevention with new students entering British universities.

“College life is often presented as a journey of joy, excitement and self-discovery. For many, this may be so, but for some, moving from home to another becomes a big problem in itself,” the scientists say. However, not every teenager with mental health problems commits suicide. In addition, the refusal to speak openly about the problem and even what is considered illegal in some countries makes it difficult to obtain accurate information.

Studies have shown that “global” press coverage of suicide can also motivate impersonators. Experts call this "the spread of the social virus."

From the above, it can be seen that suicide is still considered one of the most global problems in the world. If all societies today do not act together against this problem, the greatest blessing bestowed by the Creator will continue to be a waste of life and a sinner before Him.

References.

1. F.F.Usmonov, Z.S.Elov. SUICIDE – AS A GLOBAL PROBLEM FACING HUMANITY.WEB OF SCIENTIST: INTERNATIONAL SCIENTIFIC RESEARCH JOURNAL. Volume 3, Issue 2, Feb., 2022 349-354
2. Elov Z.S. Berdiyeva D.Sh. PSYCHOLOGICAL REASONS FOR SUICIDE MOTIVATION IN ADOLESCENTS WITH DEVIANT BEHAVIOR. ORIENTAL RENAISSANCE: INNOVATIVE, EDUCATIONAL, NATURAL AND SOCIAL SCIENCES SCIENTIFIC JOURNAL. VOLUME 2, ISSUE 2 February 20221003-1009
3. Z.S.Elov. Suicide as a global problem facing humanity. Science and Education №2. 2022 1247-1252
4. Elov Z.S. PSYCHOLOGICAL INFLUENCE OF SPEECH DISORDERS AND THE CAUSES THAT CAUSE THEM ON THE CHILD'S PSYCHE. ACADEMICIA GLOBE: INDERSCIENCE RESEARCH Volume: 3, ISSUE 1, JANUARY-2022 39-42
5. Elov Z.S. CAUSES AND ANALYSIS OF SUICIDAL THOUGHTS AMONG ADOLESCENTS. EPRA International Journal of Research and Development (IJRD)Volume: 6 | Issue: 11 | November 202175-76
6. Элов З.С. ПРИЧИНЫ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ: СОЦИАЛЬНЫЕ И АСОЦИАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ. ВЕСТНИК ИНТЕРГАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ 2016 14/112-115

7. Элов З.С. ИССЛЕДОВАНИЯ ПРИЧИН УСЛОВИЙ, ФАКТОРОВ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА. Евразийский юридический журнал. 7 (86)2015. 310-312

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РУКОВОДИТЕЛЕЙ СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ

Эргашева С.Х.
(г. Карши, Узбекистан)

Аннотация. В данной статье рассматриваются социально-психологические особенности системы среднего образования и методы управления ею. Кроме того, в данной статье отражена методологическая основа системы управления.

Ключевые слова: школьная организация, управленческой деятельности, педагогические коллектив, руководитель, нонконформист, конформист, диктатор, авантюрист, демократ, директивный, поддерживающий, участвующий, делегирующий.

Abstract. This article discusses the socio-psychological features of the secondary education system and its management methods. In addition, the methodological basis of the management system is reflected in this article.

Key words: school organization, management activities, teaching staff, leader, nonconformist, conformist, dictator, adventurer, democrat, directive, supportive, participating, delegating.

Рассматривая перспективы развития школьных организаций, К.М. Ушаков указывает, что «основные проблемы школы - проблемы взрослых. Главный потенциал совершенствования школьных организаций лежит в плоскости развития человеческих ресурсов» (К.М. Ушаков, 2000). В связи с этим смещается сам вектор управленческой деятельности: с управления учебно-воспитательным процессом или образовательным учреждением в целом на управление педагогическим коллективом. Более того: не коллективом вообще, а педагогами, причем не как функционерами, а как личностями.

Эффективный руководитель - это руководитель, обладающий не только властными полномочиями, но и статусностью лидера в педагогическом коллективе, ориентированный не только на деятельность образовательного учреждения, но и на поддержание и развитие, как всего педагогического коллектива, так и отдельных педагогов. Отношение руководителя к власти, его лидерский статус, направленность стиля управления - всё это и отражает индивидуальные психологические особенности руководителей школы и формирует педагогический коллектив.

В организационной подсистеме каждой школы есть административное звено. В него входят руководители разных уровней (директор, завучи, руководители подразделений). «Руководитель - лицо, на которое официально возложены функции управления коллективом и организации его деятельности» (Психология. Словарь, 1990). Таким образом, руководитель - это лицо, обладающее властными полномочиями. В связи с этим представляется важным рассмотреть психологические особенности руководителей по отношению к власти.

В социально-психологическом аспекте власть рассматривается как объект субъективного отношения личности. Вскрываются потребности во взаимосвязи

с возможностями, которые предоставляет власть и мотивы стремления к власти, в которых отражается само субъективное отношения личности. Стремление к власти изучалось в различных аспектах. Мюррей (H.A. Murrey, 1938) говорит о потребности в доминировании. Винтер (D.G. Winter, 1973) под «социальной властью» понимал способность производить желаемые эффекты в поведении или переживаниях другого человека. МакКлелланд (D.C.McClelland, 1975) определяет мотив власти как потребность, во-первых, чувствовать себя сильным, и, во-вторых, проявлять свое могущество в действии. Хекхаузен (H. Heckhausen, 1980) говорит о стремлении к власти как о мотиве поведения человека: действие власти всегда есть целенаправленное использование мотивов другого человека, удовлетворяемых или неудовлетворяемых, независимо от их содержания. Ю.Г. Волков и В.С. Поликарпов определяют стремление к власти, как одну из важнейших мотиваций, стимулирующих деятельность человека: «упорное стремление к господству и избранности, желание обрести могущество в обществе» (Волков Ю.Г. Поликарпов В.С., 1993).

С.Б. Каверин (1991) не обозначает отрицательного характера потребности власти, и скорее склонен к позитивному рассмотрению данного феномена. Потребность власти, с его точки зрения, складывается из пяти базовых потребностей личности (потребность быть личностью, потребность самоуважения, гедонистические потребности, потребность самовыражения, потребность в свободе), которые, соединяясь, образуют качественно новое явление - потребность власти. Особый интерес представляет типология личности, связанная с отношением к власти, предложенная С.Б. Кавериным (1999):

- нонконформист - ведущая потребность в свободе, и власть рассматривается как стремление к независимости и самостоятельности;
- конформист - преобладание гедонистических потребностей определяет власть как источник материального благополучия или других личных выгод;
- диктатор - потребность в самоуважении ведет к пониманию власти как господству над другими, источнику престижа, высокого статуса и славы;
- авантюрист - здесь на первом месте потребность в самовыражении, что и отражается в понимании власти как игры;
- демократ - потребность быть личностью диктует власть как служение людям и обществу.

Признавая потребность во власти присущей каждому человеку без исключения, С.Б. Каверин подчеркивает различную интенсивность потребности власти. А.Н. Занковский замечает, что большинству людей свойственна умеренная потребность власти. «Лица с низкой потребностью во власти избегают руководящих постов и испытывают дискомфорт, когда им приходится руководить или оказывать влияние на других» (А.Н. Занковский, 2000). Людям с низкой потребностью власти свойственна стратегия избегания власти, даже в случае, когда они занимают руководящие посты.

В обыденном сознании, зачастую и в рядах педагогической общественности, отождествляют понятия «руководитель» и «лидер». Психологическая наука показывает, что эти понятия не являются тождественными. «Лидер - член группы, за которым она признает право принимать решения в значимых для нее ситуациях, индивид, который способен играть центральную роль в организации совместной деятельности и регулировании взаимоотношений в группе» (Психология. Словарь, 1990). Руководитель может быть, а может и не быть подлинным лидером реальной группы, лидер может занимать позицию руководителя, а может в формальной (официальной, должностной) иерархии быть и рядовым членом коллектива. Р.Л. Кричевский (1993) отмечает, что руководство - фено-

мен в системе формальных отношений, а лидерство - феномен, порожденный системой неформальных отношений. На эти различия указывает Б.Д. Парыгин. (1971):

Лидер в основном призван осуществлять регуляцию межличностных отношений в группе, в то время как руководитель осуществляет организацию официальных отношений группы как социальной организации.

Лидер является представителем своей группы, её членом. Руководство - это элемент макросреды, т.е. оно связано системой общественных отношений.

Лидерство возникает стихийно, руководитель всякой реальной социальной группы либо назначается, либо избирается. Этот процесс не является стихийным.

Явление лидерства менее стабильно, зависящее от настроения группы. Руководство - явление более стабильное.

Руководитель в процессе влияния на подчинённых имеет значительно больше санкций, чем лидер.

Процесс принятия решений руководителем более сложен и опосредован множеством различных обстоятельств, в то время как лидер принимает более непосредственные решения, касающиеся групповой деятельности.

Сфера деятельности руководителя гораздо шире, чем сфера деятельности лидера, поскольку он представляет группу в более широкой социальной системе.

На принципиальные различия между лидерством и руководством обращает внимание Г.Н. Андреева: «Понятие лидерства относится к характеристике психологических отношений возникающих в группе «по вертикали», т.е. с точки зрения отношений доминирования и подчинения. Понятие руководства относится к организации всей деятельности группы, к процессу управления ею. Лидерство есть чисто психологическая характеристика поведения определённых членов групп, руководство есть в большей степени социальная характеристика отношений в группе, прежде всего с точки зрения распределения ролей управления и подчинения (Г.Н. Андреева, 1980). Таким образом, лидерство выступает, как психологический феномен, а руководство, как феномен социальный.

В теории лидерства выделяют четыре основных подхода, которые объясняют, что делает лидера эффективным: подход с позиции личных качеств (теория черт); подход с позиции власти и влияния; поведенческий подход; ситуационный подход.

Подход с позиции личных качеств ставит своей целью выявить личностные характеристики эффективных руководителей. Д. Майерс (1997) выявляет черты наиболее эффективных лидеров в современных условиях: уверенность в себе, порождающая поддержку со стороны последователей; наличие убедительных представлений о желаемом положении дел и способность сообщить о них окружающим простым и ясным языком; достаточный запас оптимизма и веры в своих людей, чтобы вдохновлять их; незаурядность; энергичность; добросовестность; покладистость; эмоциональная устойчивость. Разные виды жизнедеятельности социальной группы требуют разных качеств лидера. Выделяя черты наиболее успешного учителя-руководителя Е.В. Андриенко отмечает с одной стороны качества, способствующие успешному общению, а с другой - определяющиеся спецификой педагогического труда. «К первым относятся общительность, направленность на других, склонность к сотрудничеству, эмпатия, тактичность, терпение, эмоциональная устойчивость, гибкость в усвоении новых ролей, артистизм. Ко вторым - высокая интеллектуальная гибкость, критичность и быстрота мышления, способность к импровизации, самокритичность,

самостоятельность, инициатива и некоторые другие» (Андриенко Е.В., 2004). Н.П. Пищулин и В.М. Ананишев, разрабатывая профессиограмму руководителя в образовании, на первое место ставят наличие лидерских качеств, относя к ним «способность организовывать коллектив и направлять его действия на достижение поставленных целей; способность создавать и поддерживать в коллективе эмоциональный настрой, обеспечивающий высокую мотивацию у членов коллектива к решению задач образовательного учреждения; креативность, способность к инновационной деятельности, к реализации нововведений» (Н.П. Пищулин и В.М. Ананишев, 1999).

Поведенческий подход рассматривает лидерство в контексте внешнего поведения, демонстрируемого лидером. Важным вкладом поведенческого подхода в теорию лидерства является то, что он позволяет провести анализ и сопоставить классификацию стилей лидерства. К. Левин (K. Lewin, R. Lippitt, 1938) выделил три стиля лидерства: авторитарный (директивный); демократичный (коллегиальный); анархичный (либеральный).

Авторитарный стиль проявляется в жёстких способах управления, пресечении инициативы членов группы, отсутствии обсуждения принимаемых решений, управлением группой только одним человеком - руководителем, который сам вырабатывает решения, контролирует и координирует работу подчинённых.

Демократический стиль отличается коллегиальным обсуждением проблем в группе, поощрением руководителей инициативы подчинённых, активным обменом информацией между лидером и членами группы, принятием решения на общем собрании. Е.В. Андриенко (2004) отмечает, что для воплощения демократического стиля лидерства руководитель должен обладать особыми качествами: гибкостью поведения, толерантностью по отношению к подчинённым, терпением и сдержанностью при высоком уровне общительности.

Анархичный стиль выражается в добровольном отказе руководителя от управленческих функций, устранении от руководства, передачи реальных функций управления членам группы ограниченных формальными правилами. Этот стиль лидерства по-разному трактуется учёными. А.А. Годунов (1967) называет этот стиль «либеральным» акцентируя внимание на передачи функций управления членам группы. А.Г. Ковалёв (1988) называет его «невмешательским» указывая на уход руководителя от реального лидерства. А.Л. Свеницкий (1975) подчёркивая формальную сторону руководства, называет этот стиль лидерства «формальным».

Важным является анализ лидерства в контексте ценностных ориентации лидера. Рассматривая теорию лидерства А.Н. Занковский (2000) выделяет три направления сложившихся в психологической науке и опирающихся на двухфакторную модель лидерства - исследования Мичиганского университета, PM-теория лидерства, ситуационная теория Херси-Бланшара.

Исследователи Мичиганского университета (в рамках поведенческого подхода к исследованию теории лидерства) выявили два базовых фактора лидерского поведения, обозначенные как ориентация на работников и ориентация на производство. Ориентированные на работников лидеры подчёркивали важность межличностных отношений, проявляли живой интерес к потребностям и с пониманием относились к индивидуальным особенностям работников. Лидеры, ориентированные на производство всё внимание концентрировали на технических и организационных аспектах работы.

В рамках ситуационного подхода к исследованию теории лидерства сложилась PM-теория лидерства. Д. Мисуми также выделяет два базовых фактора:

ориентацию на достижение целей организационной деятельности (Perfomance - деятельность) и ориентацию на поддержку и удовлетворение индивидуальных и групповых потребностей членов организации (Maintenance - поддержка). В рамках PM-теории лидерства эти два фактора рассматриваются не как самостоятельные образования, а как функция взаимодействия конкретного лидерского поведения с групповой динамикой.

Одной из наиболее известных прикладных моделей лидерства является ситуационная теория П. Херси и К. Бланшара. Взяв за основу двухфакторную модель лидерства - ориентацию на людей и ориентацию на задачу, учёные выделяют четыре специфических лидерских стиля:

1) «директивный» - сильная выраженность ориентации на задачу, слабая выраженность ориентации на людей;

2) «поддерживающий» - сильная выраженность ориентации на задачу, сильная выраженность ориентации на людей;

3) «участвующий» - слабая выраженность ориентации на задачу, сильная выраженность ориентации на людей;

4) «делегирующий» - слабая выраженность ориентации на задачу, слабая выраженность ориентации на людей.

В теории П. Херси и К. Бланшара отмечается, что поведение лидера непосредственно зависит от зрелости группы. Представляется важным рассмотреть и другой аспект - позиция лидера, влияющая на формирование организационной культуры группы.

«Понятие организационной культуры включает в себя набор представлений о способах деятельности, нормах поведения, набор привычек, писанных и неписанных правил, запретов, ценностей ожиданий, представлений о будущем и настоящем и др., сознательно или бессознательно разделяемых большинством членов организации» (К.М. Ушаков, 1997). Организационная культура представляет собой постоянно развивающийся и совершенствующийся социальный феномен. Она существует и трансформируется под влиянием многих факторов, которые обуславливают спонтанность изменения черт и доминирующих элементов. Единственным фактором, в рамках которого удается сознательно воздействовать на развитие организационной культуры, является лидерство. Лидерство, прежде всего, это процесс совершенствования организационной культуры, позволяющий развивать такие элементы, которые в своей совокупности будут обеспечивать эффективную деятельность организации по реализации стратегических целей. К. Камерон и Р. Куини (2001) разработали типологию организационной культуры. Они выделили четыре типа организационной культуры: клановую, адхократичную, рыночную и иерархическую, определив в каждой из них, в том числе, и позицию руководителя-лидера.

Семейная (клановая) организационная культура. Лидеры и руководители воспринимаются как наставники и, даже, как родители. Сотрудники держатся вместе благодаря взаимной преданности и традициям. Высока степень обязательности. Делается акцент на долгосрочной выгоде личностного совершенствования сотрудников, придается особое значение высокой степени сплоченности коллектива и моральному климату. Успех определяется как добрые чувства и забота о каждом учащемся. Школа поощряет коллективные формы работы, сотрудничество и согласие сотрудников.

Инновационная (адхократичная) организационная культура. Лидерами считаются новаторы, способные к профессиональному поиску. Связующим школу механизмом выступает преданность духу эксперимента и новаторства. Подчеркивается необходимость образовательной деятельности на переднем рубеже психолого-педагогической науки. В долгосрочной перспективе школа

делает акцент на приобретении и развитии новых образовательных подходов, технологий и методик. Успех означает разработку новых методических продуктов, предоставление учащимся новых образовательных услуг. Школа стремиться быть идейным и методическим лидером среди образовательных учреждений. Поощряется индивидуальная инициатива и свобода педагогов.

Результативная (рыночная) организационная культура. Школа ориентирована на достижение образовательного результата, главная забота педагогического коллектива - четкое выполнение учебных и воспитательных задач. Педагоги отличаются целеустремленностью, характерно соперничество между сотрудниками. Лидеры - твердые, требовательные руководители, способные к жестким решениям ради дела. Школа связывается воедино стремлением к достижению высоких образовательных результатов. Репутация и успех школы являются общей заботой. Перспектива стратегического развития школы связывается с достижением поставленных целей. Успех определяется высоким рейтингом и конкурентоспособностью на рынке образования. Стиль школы - жестко проводимая линия на достижение высокого образовательного уровня учащихся.

Ролевая (бюрократическая) организационная культура. Очень формализованное и структурированное место работы. Деятельностью педагогов управляют четкие правила и инструкции. Лидеры и руководители гордятся тем, что они - рационально мыслящие организаторы и координаторы. Школу объединяет стремление сотрудников следовать разработанным правилам и официальной образовательной политике. Долгосрочные заботы школы состоят в обеспечении планомерности и стабильности образовательного процесса и всей школьной жизни. Успех определяется как стабильность школы. Администрация озабочена достижением предсказуемости изменений внешней ситуации и обеспечением гарантий долгосрочной профессиональной занятости сотрудников школы.

Эффективность руководителя, в частности руководителя школы, зависит, в том числе, и от занимаемой им позиции лидера. М.Ю. Кондратьев и О.Б. Крушелышцкая (2000) подробно рассматривают различные сочетания совпадении позиций «руководителя» и «лидера» в школе. В основу проведённого ими анализа положена двухфакторная модель лидерства: ориентированность личности лидера на цель, задачу - деловой лидер и ориентированность на создание комфортной, благоприятной атмосферы внутри группы - эмоциональный лидер.

Проведённый анализ относится не только к руководителям школы, но и к каждому педагогу, как к руководителю детского коллектива. Приведённые выше особенности руководителей школ находят своё отражение в профессиограмме каждого педагога.

Литература.

1.Социально-психологические проблемы управления, общения и прсфорентации. /Социально-психологческе аспекты управления, общения и профориентации. — Улан-Удэ, 1990. — С. 3—6.

2. Проблемы и трудности системного анализа социально-психологических меха-шзмов управления в школе //Там же. — С. 8—10.

3. Активные формы социально-психологической подготовки руководителей школ т ФППК педагогических институтов //Актуальные проблемы прсподавышл пепхо-югии в пединституте и в школе. — М.: Прометей, 1990. — С. 129.

4. Социально-психологические основы сотрудничества в учебных коллективах// Совершенствование профессиональной направленности учебно-воспитательного прп-. (есса' в педагогиеском ВУЗе: Тезисы докладов в 4 частях. — Улан-Удэ, 1990.—ч. 1.- С. 110—112.

ПОДРОСТКОВЫЙ СУИЦИД. ПРИЧИНЫ И ПРОФИЛАКТИКА

Эргашев С.Т., Болтаев С.Б.
(Узбекистан)

Аннотация. в этой статье обсуждаются причины суицидальное поведения подростков, даны рекомендации по коррекции и профилактике суицидального поведения подростков.

Ключевые слова: психологи ческая защита, воля, суицид, механизм, психологический климат, внутренние влияния, устойчивость, адаптация, способности, психоаналитика, внешние воздействия.

Abstract. this article discusses the reasons for the suicidal behavior of adolescents, provides recommendations for the correction and prevention of suicidal behavior in adolescents.

Key words: psychological defense, will, suicide, mechanism, psychological climate, internal in- fluences, qualifications, stability, adaptation, abilities, psychoanalyst, external influences.

Суицидальное поведение – образ мышления и патологическая форма действий пассивного типа, чрезвычайно опасный способ ухода от разрешения жизненных проблем. В разные исторические вехи различные носители культуры выдвигали свои оценочные критерии такого явления. В большинстве случаев (например, в христианстве) самоубийство осуждается и относится к одному из тяжких грехов. Некоторые религии допускали возможность самостоятельного прекращения жизни (принятое ранее в Индии самосожжение вдов).

Какую бы трактовку не имело явление суицида, с теоретической точки зрения самоубийство – крайне опасное, однако предотвращаемое и прогнозируемое явление. Установлено, что самоубийства чаще совершаются в диапазоне от 15 до 25 лет и в преклонном возрасте – после 70. По статистике, ежегодная смертность вследствие суицида в мире составляет около 1% всех летальных исходов. Мужчины становятся жертвами суицидальных действий в четыре раза чаще, чем женщины. При этом около 73% всех завершенных самоубийств были выполнены представителями европеоидной расы. Установлено, что свыше 90% лиц, умерших вследствие суицида, имели в анамнезе психические патологии, в большинстве случаев – депрессивные состояния.

Хотя на протяжении нескольких столетий проводились многочисленные изучения суицидального поведения в целях дать теоретическое обоснование этому явлению, на сегодня отсутствует единая теория, объясняющая биологическую природу самоубийств. Среди разнообразных концепций можно выделить три основные теории суицида: психопатологическую, психологическую и социологическую.

Суицидальное поведение: признаки

По сути, любое суицидальное поведение можно условно отнести к одной из трех групп: истинный, демонстративный, скрытый вид. **Истинные (подлинные) суицидальные действия**, хотя зачастую выглядят неожиданными, никогда не являются спонтанными. Такие попытки – тщательно продуманны и просчитаны до мелочей, им всегда предшествует значительные изменения в мышлении, поведении, высказываниях человека, решившегося на самоубийство. Чистое суицидальное поведение сформировано в результате длительных раз-

думий о смысле жизни и проявляется в первую очередь депрессивными симптомами: тоскливым настроением, угнетенным состоянием, сформированными идеями самообвинения и самоуничижения, рассуждениями о бессмысленности существования. Стоит отметить, что истинные суицидальные проявления – ярко выражены и затмевают по своей частоте и интенсивности любые иные эмоциональные особенности и черты характера человека. Эти сигналы зачастую остаются незамеченными близкими людьми и не расцениваются как веские предупреждающие знаки надвигающейся опасности. Подлинная попытка суицида – это всегда относительно взвешенное (в меру особенностей психики) решение, в верности которого индивид полностью убежден. Однако большая часть попыток покончить с жизнью относится к демонстративному суицидальному поведению.

Намеки окружающим и зачастую явно театральные действия – это своеобразный, хоть и абсолютно нелогичный и неоправданный метод провести диалог с близкими людьми. Как показывают результаты многочисленных исследований, большинство «демонстративных» самоубийц вовсе не хотели и не планировали умереть, а лишь преследовали цель: достучаться и быть услышанными окружающими, привлечь внимание к своим проблемам, «попросить» о необходимой помощи. Этот циничный способ обратить на себя внимание – нестандартный метод шантажа, используемый безвольными людьми, которые не имеют иных средств воздействия либо не умеют их здраво использовать. Такую театральную попытку можно разъяснить как своеобразный приказ-условие: «Сделайте то-то, мне нужно что-то, а не то я повешусь, прыгну с моста, брошусь под машину…». И удавшаяся попытка – это трагическая случайность, катастрофическое фиаско, ведь в намерениях было исключительно припугнуть, чтобы что-то получить. Можно сказать, что главный изъян всех демонстративных самоубийц – отсутствие умения слышать, понимать и вообще воспринимать окружающих, и именно по этой причине конструктивно разрешить проблемы у них не получается.

К скрытому (маскированному) суицидальному поведению прибегают те лица, которые понимают, что покончить жизнь самоубийством – неверный шаг для преодоления трудностей, однако иными вариантами решить проблемы они не могут. Человек с завуалированной формой суицида избирает ни видимые попытки самоубийства, а, иногда – неосознанно, прибегает к так называемой «*суицидально обусловленной активности»*. Такое поведение включает: увлечение экстремальными видами спорта, рискованный скоростной пилотаж на автомобиле, добровольное участие в военных конфликтах, опасные для жизни путешествия и походы, злоупотребление алкоголем или наркотическая зависимость. Можно утверждать, что «замаскированные» суициденты стремятся ощутить вкус риска и сознательно балансируют по лезвию ножа, причем, чем больше убеждений и уговоров следует в их адрес, тем сильнее и осмысленнее становится их желание. Психотерапевтическое лечение лиц из этой группы – длительное и довольно сложное.

Основные признаки, сигнализирующие о суицидальных наклонностях: Часто возникающие, длительные, эмоционально окрашенные высказывания человека на тему самоубийства, как способа избавления от «тягот» жизни. Например, фразы: «Лучше бы я вообще не родился», «Лучше умереть, чем так жить». **Сильная озабоченность смертью**, как «явлением, дарованным свыше». Чрезмерное увлечение литературой, кинематографом или сектантскими учениями, акцентированным на описании летального исхода и почитании вечного сна.

Поиск средств, которые могут быть применены для совершения суицида, например: колюще-режущих предметов, огнестрельного оружия, медикаментозных препаратов.

Суицидальное поведение: причины

Особенное внимание необходимо уделять тем лицам, которые в прошлом уже совершали суицидальные попытки, имеют депрессивную или аффективно-лабильную конституцию и страдают психическими патологиями. Исследования Международной Ассоциации Предупреждения Суицида (International Association for Suicide Prevention), проводимые со второй половины прошлого века, показали, что от 20% до 50% жертв свершенных самоубийств делали попытки покончить жизнью в прошлом.

Факторами риска выступают как глобальные государственные проблемы, так и индивидуальные особенности человека, его образ жизни. Основными причинами являются:

- Генетическая предрасположенность (лица, в семейном генезе которых были самоубийства, склонны прибегать к суициду);
- Экономическое неблагополучие государства, низкий уровень жизни в семье;
- Высокий уровень безработицы в стране, невозможность трудоустроиться конкретному индивиду;
- Потеря близкого родственника;
- Проблемы в семейных отношениях, воспринимаемые как глобальная катастрофа;
- Психологические и физические травмы, полученные в детском возрасте;
- Вынужденная социальная изоляция индивида;
- Психические патологии и пограничные состояния;
- Алкоголизм и наркотическая зависимость;
- Наличие неизлечимой болезни, хронический болевой синдром;
- Пережитое сексуальное насилие;
- Воздействие со стороны других людей или религиозных сект, восхваляющих смерть;
- Незрелость или дефекты эмоционально-волевой сферы личности.

Литература.

1. Авдеев В.В. Психологические основы повышения эффективности деятельности работников ОВД в экстремальных ситуациях. – М, 1988. – 146 с.
2. Амбрумова *А. Г.* Непатологические ситуационные реакции в суидцидологической практике // Научные и организационные проблемы суидцидологии. - М., 1983. С. 40-52].
3. Белякова *И. Ю.* Опросник суидцидального риска // Практикум по психодиагностике. Прикладная психодиагностика. — М., 1992. С. 21-25;
4. Исаев Д.С. Психология суидцидального поведения. – Самара, 2000];

СТРЕСС И ЕГО ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Эрназарова Р.Ю.
(г.Карши, Узбекистан)

В статье описаны стресс и его психофизиологические основы, первые теоретические взгляды, выражающие понятие стресса, этапы стресса, приспособление человека к изменениям, происходящим в организме под влиянием стрессоров, выработка гормона адреналина, стимулирующего человеческую организму искать решение во время стресса, взгляды на то, что небольшое количество стресса можно считать нормальным и даже полезным.

Основные понятия: стресс, стрессоры, эустресс, дистресс, синдром, реакция, невроз, настроение, страсть, истощение.

В статье описаны стресс и его психофизиологические основы, первые теоретические взгляды, выражающие понятие стресса, этапы стресса, приспособление человека к изменениям, происходящим в организме под влиянием стрессоров, выработка гормона адреналина, стимулирующего человеческую организму искать решение во время стресса, взгляды на то, что небольшое количество стресса можно считать нормальным и даже полезным.

В статье описаны стресс и его психофизиологические основы, первые теоретические взгляды, выражающие понятие стресса, этапы стресса, приспособление человека к изменениям, происходящим в организме под влиянием стрессоров, выработка гормона адреналина, стимулирующего человеческий организм искать решение во время стресса, взгляды на то, что небольшое количество стресса можно считать нормальным и даже полезным.

Основные понятия: стресс, стрессоры, эустресс, дистресс, синдром, реакция, невроз, настроение, страсть, истощение,

Понятие «стресс» — распространенное явление в психологии и жизни людей. В глазах широкой публики «стресс» означает психическое напряжение и волнение. В 20 веке люди стали воспринимать депрессивное состояние, в которое они впадают из-за негативных событий, повлиявших на них, как стресс. С научной точки зрения неправильно понимать слово «стресс» только в негативном смысле. Термин «стресс» был введен в науку в 1936 г. канадским физиологом Г. Зеле. Он объясняет, что стресс может иметь положительное или отрицательное влияние на людей в зависимости от качества устойчивости людей

Стресс (англ. stress — «давление», «напряжение», «напряжение») — состояние крайнего возбуждения и нервозности, возникающее у человека и животных в результате сильных воздействий. Стресс представляет собой неспецифическую реакцию организма под действием различных экстремальных факторов, угрожающих нарушением гомеостаза, и характеризуется стереотипными изменениями деятельности нервной и эндокринной систем. Неспецифическая нейрогормональная реакция, развивающаяся в организме на различные воздействия [5].

Г. Селе назвал факторы, вызывающие стресс, стрессорами, а изменения, происходящие в организме под их влиянием, - адаптационным синдромом. Различают физические (жара, холод, травмы и др.) и психологические (страх, громкий шум, крайняя радость) стрессоры. В организме развиваются адаптивные биохимические и физиологические изменения, направленные на преодо-

ление действия этих факторов, которые зависят от силы стрессора, продолжительности воздействия, физиологического строя и психического состояния человека [5].

У людей с высокоразвитой нервной системой эмоции часто выступают в качестве стрессора и подготавливает почву для физических стрессов. У человека стресс одинаковой интенсивности может быть как опасным, так и положительным. Поэтому невозможно жить активной жизнью без определенного уровня стресса, ведь отсутствие стресса равносильно смерти, Ганс Селье. Так, стрессы не только опасны, но и могут быть полезны для организма (эустресс), это состояние использует возможности организма, повышает устойчивость к негативным воздействиям (например, инфекциям, кровопотере и др.), некоторым соматическим заболеваниям (при например, раневые болезни, аллергии, болезни сердца и др.) облегчает или помогает больному излечиться от них. Вредный стресс (дистресс) снижает сопротивляемость организма, усугубляет течение многих заболеваний [5].

Г. Селе разделил стресс на 3 основных этапа и описал его следующим образом. Первая стадия – стадия беспокойства. На этом этапе снижается артериальное давление и температура тела, происходят функциональные изменения в желудочно-кишечном тракте, уменьшается количество сахара в крови. Второй этап – этап сопротивления. На этой стадии повышается температура тела и набухает оболочка надпочечника, выделяется много кортикостероидов. Третья стадия – стадия истощения. На этой стадии наблюдаются дистрофические изменения в сердечной мышце, в желудочно-кишечной системе появляются язвы, в них точечно изливается кровь.

Итак, стресс – это общий адаптационный синдром организма. Неспецифические симптомы, наблюдаемые при нем, изучались еще до Г. Селе, но они не видели признака связи между патофизиологическими изменениями в организме и стрессом. Как стресс превращается в дистресс, как возникает чрезмерный общий адаптационный синдром? Эти проблемы сейчас вновь изучаются учеными. По выражению Г. Селе, «закутывание человека в вату» с юных лет, то есть бережное ограждение его от проблем, приводит к снижению общего адаптационного синдрома. В этом случае стресс может перейти в дистресс [2].

Во время стресса в организме человека вырабатывается адреналин — гормон, побуждающий к поиску решения. Небольшой стресс является нормальным и даже полезным. Потому что побуждает человека больше думать, находить выход из проблемы, делает жизнь более насыщенной. С другой стороны, когда стресса становится слишком много, тело слабеет, слабеет и теряет способность решать проблемы. Обычно стрессовое состояние возникает в период полового созревания. Сначала приходит тревога, затем депрессия, а затем гнев на себя и других. А потом все это становится нормальным и вызывает стресс.

Ниже приведены типичные признаки стресса:

- Постоянное беспокойство, ходьба в подавленном состоянии, иногда такие ситуации возникают без всякой причины;
- Бессонница или нарушение сна;
- Физическая слабость, головная боль, быстрая утомляемость, нежелание что-либо делать;
- Потеря внимания.
- проблемы с памятью;
- Замедление мыслительного процесса;
- Отсутствие интереса к другим, даже к лучшим друзьям, семье и любимым.

- Потеря аппетита - иногда наоборот: переедание.

Многие люди привыкли бороться со стрессом с помощью антидепрессантов и алкоголя. Однако выбор такого пути приводит к привыканию к ним и невозможности отказаться от них без профессиональной помощи.

В зависимости от результата в психологии выделяют следующие виды стресса:

Эустресы («полезные» стрессы). Нам всем нужно определенное количество стресса, чтобы жить успешно. Это главный фактор нашего развития. Это состояние можно назвать «реакцией пробуждения». Это как проснуться ото сна. Чтобы утром пойти на работу, нужно сначала встать с постели и проснуться. Для достижения трудовой активности нужен толчок — небольшая доза адреналина. Eustress выполняет именно эти задачи

Дистрессы (вредные стрессы) возникают при остром стрессе. Этот тип стресса является наиболее распространенным [4].

Различают физиологические, психологические, личностные и медицинские симптомы стресса, любой вид которого всегда сопровождается эмоциональным возбуждением. Симптомы стресса делятся следующим образом:

- физиологические симптомы: учащение пульса и дыхания, покраснение или бледность кожи лица, потливость, повышение количества адреналина в крови;

- психологические признаки: изменение динамики психических функций, замедление мышления, рассеянное внимание, снижение памяти, замедление процесса принятия решений;

- личностные признаки: ослабление воли, снижение самоконтроля, стереотипность поведения и медлительность, боязливость, беспокойство, беспричинное беспокойство, упадок творческих способностей;

- соматические симптомы: усиление невроза, обмороки, аффекты, головная боль, бессонница[3].

Стресс — это естественная реакция, которая помогает вам подготовиться к трудным и опасным ситуациям. Реакция на стресс начинается в мозгу. Положительный стресс позволяет вам действовать или реагировать быстро. Определенный уровень стресса способствует достижению цели или совершенствованию чего-либо, например, сдаче экзамена, прохождению собеседования при приеме на работу или участию в спортивных соревнованиях.

Но длительный, интенсивный или хронический стресс может негативно сказаться на вас. Когда организм постоянно находится в состоянии повышенной готовности, человек может страдать физически и морально, снижаются его умственные способности. Нет никаких сомнений в том, что поведение изменится, в том числе и отношение к другим. Из-за хронического стресса человек может прибегать к алкоголю, принимать наркотики, злоупотреблять наркотиками, переедать, курить и предаваться другим вредным привычкам. Это может даже вызвать у человека депрессию, депрессию или мысли о самоубийстве [1].

Хотя стресс не влияет на всех одинаково, он может вызвать множество заболеваний. Стресс влияет практически на все органы человеческого тела.

Чтобы избавиться от стресса, мы рекомендуем следующее:

1. Управление временем. Одной из ситуаций, вызывающих стресс, является нехватка времени, задержка выполнения многих задач. Поэтому необходимо научиться планировать день и придавать значение времени в каждой работе.

2. Спать. Необходимо хорошо выспаться. Недостаток сна делает тело более утомленным. Ночью стоит перестать проводить время в соцсетях и постараться уснуть.

Физическая подготовка. Бег или, по крайней мере, больше ходьба также могут помочь при стрессе. Или другие физические нагрузки улучшат кровообращение в организме и уменьшат гормональное воздействие стресса.

В заключение, человек в состоянии стресса должен найти точную причину своего расстройства, понимая, от чего он страдает. Ему нужно выплеснуть свой гнев безопасным способом. Ему уместно где-то громко кричать или пытаться направить негативную энергию внутри себя на что-то другое. Кроме того, наличие друга или партнера, с которым человек может легко общаться, помогает преодолевать стрессовые ситуации. Также такой разговор должен быть открытым и искренним. Человек может избавиться от многих проблем, четко сформулировав, чего он хочет и не хочет.

Литература.

1. Иванов.П.И, Зуфарова.М.Е. Общая психология. Ташкент: Национальное общество узбекских философов. 2010.-286, с.
2. Газиев Э. Общая психология. Учебник. Ташкент: Изд-во Национального общества философов Узбекистана. 2010.-243 с.
3.https://www.samdu.uz/uz/news/21578
4.https://mymedic.uz/salomatlik/psixologiya/stress/
5.https://uz.wikipedia.org/wiki/Stress

ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ТРАВМЕ ИДЕНТИЧНОСТИ В РАБОТАХ Ф. РУППЕРТА

Южаков В.А. (Россия)

Аннотация. В статье рассмотрены представления о травме идентичности в работах Ф. Рупперта. Описано значение психической травмы и первого опыта отношений ребенка с внешним миром на развитие идентичности.

Ключевые слова: идентичность, травма идентичности, психическая травма

Abstract. The article deals with the concept of identity trauma of F. Ruppert. The article describes the role of psychic trauma and the first experience of the child's relationship with the outside world on the development of identity.

Keywords: identity, identity trauma, mental trauma

В современной психологии вопросы, связанные с формированием идентичности являются особенно актуальными. Многообразие подходов к феномену идентичности обогащают психологическую теорию, однако исследований, направленных на изучение трансформации идентичности и ее изменение под влиянием различных социальных факторов недостаточно.

Развитие идентичности обычно рассматривается как процесс интеграции и дифференциации ее структурных элементов. При неблагоприятных обстоятельствах процесс формирования идентичности может остановиться или

вернуться к ранним, примитивным ее формам (Э. Эриксон, 1968). Тогда механизмом развития травмированной идентичности является психологическая травма как следствие воздействия экстремальных факторов внешней среды. Нарушение идентичности еще в большей степени способствует «застреванию» личности в травме, затрудняет решение человеком актуальных жизненных задач и препятствует нормальному межличностному взаимодействию (Н.Е. Харламенкова, 2019).

Ф. Рупперт определяет идентичность, как «сумму всего собственного опыта, который человек проживает с первого момента существования, и его реакций, связанных этим опытом» (Ф. Рупперт, 2001). С точки зрения автора, важнейшее значение в формировании идентичности играет формирование осознанного Я, которое закрепляется в сознании и речи в первые два года жизни человека.

Большое значение на развитие идентичности играет первый опыт ребенка отношений с внешним миром, особенно с матерью. В отношениях с матерью Я ребенка утверждает себя и свои желания. В результате позитивного опыта, когда мать принимает и заботится о ребенке, у него формируется здоровая идентичность, которую можно представить формулой Я=Я. При негативном опыте этих отношений, например, когда мать отвергает своего ребенка или использует для проекций своих травм и стратегий выживания, ребенку будет сложно воспринимать себя в своей идентичности как тождественности самому себе, к этому прибавятся различные материнские послания, эмоциональное отторжение и неисполнимые ожидания. В результате отказываясь от собственных эмоций и потребностей ради того, чтобы избежать отторжения и получить одобрения матери. Позднее ребенок стремится соответствовать ожиданиям других референтных лиц и социальных институтов. В итоге у ребенка не остается пространства для развития собственной идентичности.

Рупперт отмечает, что психика считается здоровой в том случае, когда человек ясно чувствует и, в более позднем возрасте, говорит о своем Я, как целостном и непротиворечивом. Ситуация, когда в психике существует несколько Я, говорит о расколе психики в результате травмы.

Особенностью представлений Ф. Рупперта об идентичности является то, что в его понимании идентичность не связана с ни с этнической, ни с любой другой принадлежностью. Он разделяет идентификацию как процесс приравнивания себя к чему-то, что находится за пределами Я – различными ролями и статусами и идентичность как таковую, как тождественность самому себе без дополнительных атрибутов. Трудности в самоопределении себя как раз связаны с таким отношением к идентичности как результату сравнения и отграничения себя от других и, соответственно, фиксации. Формулу идентификации в таком случае можно представить как Я=Ты. Идентификация рассматривается исследователем как с одной стороны полезный механизм, позволяющий, например, ускорить процесс обучения через стремление соответствовать образцу, с другой стороны, если у человека не сформировалось собственное стабильное Я, он впоследствии столкнется с проблемами сепарации от других и утратой целостности идентичности. Еще одна формула, описанная исследователем: Я=Ты=Мы, характеризует ситуацию, когда возникает симбиотическая форма отношений с референтной группой с потерей собственных границ Я.

Помимо описанных аспектов, в подходе Ф. Рупперта особое место занимает ситуация психотравмы и психического расщепления. Под психотравмой автором понимается «такое событие, с которым человек не

может справиться силами своей психики» (Ф. Рупперт, 2019). Результатом стрессовой реакции является фрагментация и расщепление психики. В результате этого появляются структура, состоящая из здоровой части психики, травмированной части и выживающей части. Такая структура предполагает исчезновение собственного подлинного Я и его замены на суррогатное Я, которое в какой-то момент начинает восприниматься как подлинное Я.

Таким образом, по Рупперту, к травме идентичности приводят ранние травмы развития и неблагоприятный детский опыт, результатом которой может быть отказ от собственного Я и безоценочной идентификации с социальным окружением индивида. Все это может привести к кризису идентичности и личностной дезинтеграции.

Литература.

1. Рупперт Франц. Любовь, страсть и травма [перевод с немецкого Анастасии Соколовой]. – М.: First Step, 2021. – 224 с.
2. Рупперт, Франц. Сборник статей по Ориентированной на идентичность терапии психотравмы Франца Рупперта. Первое издание – СПб: ООО «МЕРИДИАН-С», 2019. – 388 с.
3. Харламенкова, Наталья Евгеньевна. Эго-идентичность и ее особенности у лиц с разным уровнем посттравматического стресса // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2019. – №1. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/ego-identichnost-i-ee-osobennosti-u-lits-s-raznym-urovnem-posttravmaticheskogo-stressa (дата обращения: 16.09.2022).
4. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис. / Э. Эриксон; пер. с англ. А.В. Толстых. – М: Издательская группа «Прогресс», 1996. – 344 с.

ИНТЕГРАЦИЯ ГРУППОВОГО МЕТОДА РАБОТЫ РАССТАНОВКИ БЕРТА ХЕЛЛИНГЕРА

Якимчук Д.Ю.
(г.Ярославль, Россия)

Аннотация. В статье приводится описание интегрирующих факторов метода групповой работы Расстановки

Ключевые слова: Интегративная психология, семейные расстановки, морфическое поле

Annotation. The article provides a description of the integrating factors of the method of group work Constellations

Keywords: Integrative psychology, family constellations, morphic field

Каждый вид терапии предлагает свою карту психического пространства, согласно которой выстраивается модель работы с ним. Немецкий психотерапевт, философ и католический священник Берт Хеллингер изобрел метод системных расстановок, рассматривающий человека как элемент семейной системы, которая строится на базовых законах: принадлежности, иерархии и равновесия.

Закон принадлежности о праве каждого члена принадлежать семейной системе. Где важную роль играют те люди, которые по каким-то причинам были

забыты потомками, вычеркнуты из системы: убийцы, самоубийцы, мертворожденные и абортированные дети. Такие семейные истории рано или поздно дают о себе знать, проявляясь в роду в виде болезней и самоубийств.

Закон иерархии о том, что старшие члены семьи стоят выше младших, но при этом новая система является приоритетной по отношению к прежней, то есть дети не должны вставать на место родителей. Другим проявлением нарушения закона является излишняя привязанность взрослых детей к родительской семье, когда человек не может разорвать симбиотические связи с родителями и создать собственную семью. Иначе говоря, новая семья является для детей более приоритетной, чем родительская, а высшее проявление благодарности детей к родителям – это рождение собственных детей и забота о них. Только так человек может отблагодарить своих родителей и родовые потоки любви текут в нужном направлении.

Закон равновесия о том, что члены семьи не должны давать друг другу больше того, что они могут принять. Например, если один из партнеров дает другому больше, чем тот может принять, то брак распадается, потому что принимающий чувствует себя неспособным отблагодарить своего партнера и, движимый чувством вины, покидает его. Таким образом семейная система стремится к равновесию [3].

Метод расстановок Хеллингера называется системным и семейным, т. к. в его основе лежит понятие морфогенетического поля, используемое в естественно-научных кругах. Впервые гипотезу о существовании внутриклеточной информации независимо друг от друга выдвинули советский биолог Александр Гурвич и австрийский исследователь Пьер Вейс, однако развили ее другие ученые, в частности британский биохимик, физиолог растений и парапсихолог Руперт Шелдрейк [1].

Руперт Шелдрейк четыре аспекта семейных полей обозначил следующим образом:

Во-первых, семейная расстановка – это что-то вроде карты или модели семейного поля. Она показывает пространственный порядок и модель отношений. Здесь, как и в любом поле, изменение одной части влияет на все остальные. Таким образом, как и другие поля, семейные поля имеют свою пространственную модель, свой пространственный порядок.

Во-вторых, семейные поля обладают памятью. Произошедшее в прошлом оказывает на поле влияние, даже если люди в нем этой памяти не сознают. Следовательно, поля имеют пространственный и временной аспекты.

В-третьих, благодаря семейным полям возможно исцеление, восстановление целостности и порядка.

И, в-четвертых, семейные поля обладают способностью к гибридизации. Каждая свадьба – это объединение двух семейных полей и возникновение нового поля.

В этих аспектах семейные поля очень похожи на поля морфические. Морфические поля являются частью вышестоящей, целостной модели природы и располагаются по принципу гнездовых иерархий. Так организована вся природа. Самым маленьким кругом здесь может быть субатомарная частица атома, молекулы или кристалла или клетка ткани, органа или организма. Или это может быть индивидуум, отдельный человек в поле семьи, поле рода или в поле содружества наций. Где бы мы ни вглядывались в природу, мы везде обнаружим организацию в виде многочисленных соподчиненных уровней. Такая модель организации и эти идеи являются квинтэссенцией холистического взгляда на природу. Термин "морфическое поле" включает морфогенетические,

поведенческие, социальные, культурные и ментальные поля. Морфические поля формируются и стабилизируются морфическим резонансом из аналогичных предыдущих морфических единиц, на которые влияют поля того же типа. Поэтому они содержат своего рода кумулятивную память и становятся все более и более привычными [4].

Берт Хеллингер за годы обширной практики пришел к выводу, что поскольку семья является открытой живой системой, она также имеет единое поле, в котором содержится информация обо всей семье, а в сознании каждого отдельного члена семьи заключена информация обо всех других ее членах, представленная в «образе семьи», заключенном в бессознательном.

По сути, расстановка, как процесс раскодирования бессознательных процессов и их перевод на уровень осознанности, позволяет отделить личное от родового, чтобы не повторять деструктивные сценарии и паттерны. Как только человек понимает истинную причину происходящего, структура успокаивается, и проблема уходит. Метод возник на стыке квантовой физики и психологии. С позиции физики это работа с полем и история о том, что в каждой точке пространства есть информация о прошлом, настоящем и будущем. Психологический аспект – это история о том, что в процессе жизни мы получаем некие семейные паттерны и сценарии. Во время расстановочного сеанса в системе наводится порядок. Он проявляется в том, что у каждого члена семьи есть свое место, главным инструмент при этом являются разрешающие/освобождающие фразы [2]. Кроме этого, интегрирующими факторами являются душевная установка по отношению к семейной системе. Душевную установку по отношению к семейной расстановке можно описать, используя понятие «ориентированность на решение». Ориентированность на решение — это, во-первых, весь постоянно меняющийся свод «порядков любви» (базовых законов семейной системы) с их обнаружением и фактическим состоянием, во-вторых, сведущее самозабвение. Не-знать — это означает все что угодно, только не «ничего-не-знать». Как раз наоборот: это значит обладать большим багажом теоретических знаний и клинического опыта и доверять тому факту, что знающее поле расстановки воспользуется нашими способностями, при том, что выход нам неизвестен. Силовое поле семейной расстановки впускает в работу, только если удается настолько отказаться от желания самоутверждаться, что появляется возможность служить знающему полю и стать посредниками хорошего решения. Знающее поле лишает силы все представления о том, что «это я создаю или нахожу решение; я знаю, я до зубов вооружен порядками любви и фразами силы». С такой позицией, пусть она даже очень деликатна, изгоняют из этого поля и полностью обезоруживают — до тех пор, пока мы не сможем позволить себя вести.

В маленькой истории Чжуан Цзы, великого поэта Дао, об этом говорится так: «Владыка желтой земли бродил за пределами мира. Вот пришел он на очень высокую гору и стал созерцать круговорот вечного возвращения. И тут он потерял свою волшебную жемчужину. На ее поиски он отправил познание и не получил ее обратно. Он отправил на ее поиски проницательность и не получил ее обратно. Он отправил на ее поиски мышление и не получил ее обратно. Тогда он отправил самозабвение. Самозабвение ее нашло».

Третий пункт, причисляемый к ориентированности на решение, это готовность к познанию благоговения, почтения, тишины, красоты и даже святости, которая может быть в «да, это так» какого-нибудь решения. Решения соединяют нас с несущими взаимосвязями, которые выходят далеко за

пределы наших личных «могу», которые мы познаем, но описать можем лишь отчасти.

При этом, важную роль играет уровень профессионализма ведущего процесс психолога для задания корректной динамики процессу и внесения уместных, посильных для расставляющегося корректировок. Важно, чтобы сам психолог умел обращаться с этими областями, был с ними в хорошем контакте. Для этого необходим собственный опыт, а также принятие и проработка области собственных личных травм и системно-родовых переплетений. Ведь резонансы чувств, возникающие во время семейной расстановки, действуют на всех участников, в том числе и на ведущего, и если у него есть собственные страхи, например страх смерти, то вряд ли он сможет помочь клиенту принять смерть отца [3].

В процессе сеанса расстановок сонастройка заместителя с ролью позволяет озвучить идущий текст и ощущения, которые самим человеком при смешении множества внешних и внутренних функциональных и нефункциональных ментальных конструктов в психическом пространстве человека блокируются ментальными нефункциональными пересечениями, т е нефункциональные концепции, обладающие плотностью, заслоняют имеющуюся реальную суть. При дроблении целого на части – выводе имеющихся сценарных ролей из структуры человека в поле участников расстановки, заместители концентрированно воспроизводят реальную суть, т. к. у заместителей ментальных блоков идентичных расставляющему нет, поэтому нет заслоняющих бинарных сценариев относительно чувствительной для расставляющегося темы.

Изменение привычного некорректным образом воспринимаемого процесса за счет выведения из пространства психического расставляющегося в поле заместителей, не имеющих нефункциональные конструкции расставляющегося индивида, позволяет быстро и корректно пересобрать конструкцию нужным для восприятия образом и вернуть обратно.

Озвучивание заместителями реального положения вещей, с последующим восстановлением нарушенного порядка семейной системы с помощью разрешающих фраз и корректного расставления участников в системе, позволяет установить новый порядок, и части, собирающиеся обратно, уже имеют адекватную структуру, расставляющемуся остается интегрировать прожитое, на что уходит какое-то время, в каждом случае это индивидуальный процесс, так как наведенный в системе порядок требует адаптации как всей семейной системы, так и самого расставляющегося.

Литература.

1. Борзова Е. П., Буйчик А.ГГ, Голиков А. К., Лебедев С. В., Орлов И. Б., Тимошевский А.В. Философия: Учебное пособие – СПб.: Изд. «СПбКО», 2015 – 610с.
2. Хеллингер Б. Источнику не нужно знать пути – М.: Институт консультирования и системных решений, 2010 – 320с.
3. Хеллингер Б. Порядки любви: разрешение системно-семейных конфликтов и противоречий – М.: Изд. Института Психотерапии, 2012 – 360с.
4. Шелдрейк Р. Семь экспериментов, которые изменят мир – М.: Изд. София, 2004 – 432с.

Содержание

3 ПРЕДИСЛОВИЕ

6 *Алимова Е.Г. (г.Ташкент, Узбекистан)*
О факторах развития учебной мотивации у студентов

8 *Арибжанова У.А. (г.Андижан, Узбекистан)*
Вовлеченность студентов в образовательный процесса

11 *Атабаева Н.Б.(г.Ташкент, Узбекистан)*
Альтруизм как социально значимая форма поведения

14 *Ахмадов Н.Р. (г. Бухара, Узбекистан)*
Психологические механизмы социальной дезадаптации подростков-правонарушителей

19 *Ахмедова З.Ж.(г.Бухара, Узбекистан)*
Адаптация студентов к условиям обучения в университете

22 *Ахмедова М.Х. (г.Ташкент, Узбекистан)*
Психолингвистические характеристики жаргонизмов в национальном языке

25 *Баймурадов Р.С., Бахшуллаева М., Бобоева З. (г.Бухара, Узбекистан)*
Особенности спортивной мотивации у спортсменов с ограниченными возможностями здоровья

28 *Баймурадов Р.С. (г.Бухара, Узбекистан)*
Роль психического здоровья в развитии творческого потенциала

33 *Баратов Ш.Р. (г.Бухара, Узбекистан)*
Психологическая служба в образовании узбекистана и особенности психологического благополучия учащихся

37 *Бафаев М.М. (г.Ташкент, Узбекистан)*
Изучение феномена национальной толерантности в психологических исследованиях

39 *Бафаева З.Т. (г. Бухара,Узбекистан)*
Психология межличностных конфликтов в научной литературе

43 *Бекназарова Л.С. (г.Карши, Узбекистан)*
Педагогические условия эффективного сотрудничества учителя и учащихся в процессе развивающего обучения

46 *Бекова Ш. (г. Карши, Узбекистан)*
Психологические особенности общения детей дошкольного возраста

52 *Булатова Д.Ю., Карпова Е.В. (Россия)*
Динамика представлений родителей и педагогов об адаптации школьников в начальный период обучения

54 *Володина Е.И. (г. Ярославль, Россия)*
Проблемы развития одаренных детей в эпоху цифровизации образовательных технологий

56 *Волченкова А.А., Рябинина А.М. (г. Ярославль, Россия)*
Киберпространство современного детства

59 *Гамзаева М.И., Арестова О.Н. (Россия)*
Культурная специфика в психологическом консультировании

62 *Ганжиев Ф.Ф. (г. Бухара, Узбекистан)*
Эмпирическое исследование факторов компетентности основы

68 *Гафоров Ш.У. (г.Бухара, Узбекистан)*
Социальный психологический подход формирования и развития здорового образа жизни личности

71 *Гафуров Н. (г.Бухара, Узбекистан)*
Интеллектуальная подготовка спортсменов в групповых видах спорта (на примере гандбола)

75 *Григорьев С.Ю. (г.Москва, Россия)*
К проблеме взаимосвязи рефлексии и мышления

77 *Дмитриева Л.Г., Ахмедшина А.Н. (г.Уфа, Россия)*
Кросс-культурные исследования стереотипных представлений о личности госслужащего

79 *Jo'raeva S.N. (Tashkent, Uzbekistan)*
Peculiarities of gender characteristics in the image of a modern pedagogue

82 *Жумаев У.С. (г.Бухара, Узбекистан)*

Культурные различия, стереотипы и коммуникационные потребности в межкультурной коммуникации в глобальной мультикультурной среде

88 *Изотова Е.Г. (г. Воркута, Россия)*
Особенности адаптации к школе детей с разной гендерной принадлежностью
90 *Иноятов А.Ш, Ибодов Д. (г.Бухара, Узбекистан)*
Исследование влияния занятий различными видами спорта на уровень развития физических качеств
94 *Исабаева С.Б., Козлов В.В. (г.Ярославль, Россия)*
Инициативная психология как способ психологической помощи в процессе женской инициации
96 *Исматова Д.Т. (г.Бухара, Узбекистан)*
Теоретические основы исследования эмоционального выгорания в семье
100 *Исмаилова Н.З. (г.Ташкент, Узбекистан)*
Психологический модель повышения стрессоустойчивости у студенческой молодёжи
104 *Ишанкулова Г.Б. (г.Карши, Узбекистан)*
Гендерное равноправие в семьи: стреотипы и факты
109 *Кадирова Д.М. (г.Бухара, Узбекистан)*
Особенности эмоциональной регуляции детей раннего возраста
112 *Карпова Е.В., Чувилина Д.С. (Россия)*
Антимотивация школьников в начальный период обучения
115 *Касимова С.Б. (г.Бухара, Узбекистан)*
Семейные конфликты и способы их разрешения
120 *Киличев А.А. (г.Бухара, Узбекистан)*
Гендерный аспект в призме системной структорно-уровневой концепции психологии
125 *Корнеенков С.С. (Россия)*
Трансформация энергии либидо в энергию любви и творчества
128 *Кулиев Ё.К. (г. Бухара, Узбекистан)*
Психологические аспекты коррупционных проявлений
132 *Лавриенко И.Я., Мукина А.Е. (г.Алматы, Казахстан)*
Актуальные проблемы психологии управления
135 *Нурмаматов А. (г. Сурхандарья, Узбекистан)*
Профессиональные навыки учителя в эффективном формировании навыков креативного мышления у учеников
140 *Махмудова Д.А. (г. Ташкент, Узбекистан)*
Речь при эмоционального напряжения
143 *Мелибаева Р.Н. (г. Ташкент, Узбекистан)*
Особенности диагностики и психометрии психосоматических заболеваний
149 *Мигель А.К. (Россия)*
Проблемы и перспективы социальной психологии личности
154 *Морозова В.В., Карпова Е.В. (Россия)*
Взаимосвязь адаптации, мотивации и социометрического статуса младших школьников
156 *Назаров А.М. (г.Бухара, Узбекистан)*
Психолого-педагогические факторы психологической устой-чивости личности старшеклассника
160 *Наркевич А.В. (Россия)*
Модель личности в восточной традиции
165 *Невзорова А.В. (Россия)*
Феномен беспомощности в учебно-профессиональной деятельности студентов
168 *Нозимов Ж.Т. (г.Бухара, Узбекистан)*
Социально-психологические аспекты интернет-зависимости среди студентов: вопросы профилактики
171 *Нурматова Н.У. (г.Ташкент, Узбекистан)*
Факторы развития социальной активности учениц
176 *Olimov L.Y., Maxmudova Z.M. (г.Бухара, Узбекистан)*
Specificity of defense mechanisms in adolescents in extreme situations
183 *Останов Ш.Ш. (г.Бухара, Узбекистан)*
Психологические особенности развития креативности студентов посредством арт-терапии

187 *Поддубный С.Е., Позняков П.В. (г. Москва, Россия)*
Ценностно-смысловые факторы экономического самоопределения российских предпринимателей
189 *Присяжная Е.Э., Теляковская К.Л. (г.Москва, Россия)*
Исследование проблем эффективности топ-менеджеров по продажам
192 *Рузиев У.М. (г.Бухара, Узбекистан)*
Социальные фобии: причины возникновения и влияния на поведение человека, диагноз и психокоррекция
198 *Рузикулова А.Т. (г. Наваи, Узбекистан)*
Проблема изучения значения национальных ценностей в укреплении брака и семейных отношений в современных узбекских семьях
202 *Рустамов Ш.Ш. (г.Бухара, Узбекистан)*
Особенности использования математических методов в развитии профессиональной компетенции практических психологов
206 *Садыкова Э.И. (г.Бухара, Узбекистан)*
Психофизиологические особенности стресса у студентов в период экзаменов
210 *Saidov A.I. (Samarkand, Uzbekistan)*
Psychological characteristics of the problem of forming a healthy lifestyle in the family
214 *Саидова Ф.Н. (г. Андижан, Узбекистан)*
Влияние ценностей на процесс общения и взаимного восприятия
218 *Саипова М. (г.Ташкент, Узбекистан)*
Вопросы миграционного процесса: причины и категории, этапы изучения
222 *Санина М.В. (г. Гомель, Беларусь)*
Взаимосвязь наличия или отсутствия судимости на склонность личности в бездомному образу жизни
224 *Серова Е.А. (Россия)*
Эйджизм в отношении «серебряных» волонтеров как социально-психологическая проблема
226 *Суров В.М. (г. Москва, Россия)*
Квантовый инжиниринг человека. Преобразование энергоинформационных объектов. Действительность и Реальность.
232 *Теляковская К.Л. (г. Москва, Россия)*
Профессионализм менеджера по продажам
234 *Тилавов М.Х. (г.Бухара, Узбекистан)*
Особенности альтруистической позиции в подростковом возрасте
238 *Торик М.Д. (Россия)*
Нейрографика как инструмент внутриличностной коммуникации
241 *Турахонов А. (Сурхандарья, Узбекистан)*
Психологические компоненты развития профессиональной ответственности
247 *Туропова М.С. (г. Карши, Узбекистан)*
Профессиональная адаптация молодого педагога
249 *Умарова Д.Т. (г. Бухара, Узбекистан)*
Изучение эмоциональное выгорание у подростков в область психологии
253 *Усманова М.Н. (г.Бухара, Узбекистан)*
Развитие психологической науки в Узбекистане
255 *Файзиев З.Х. (г.Карши, Узбекистан)*
Профессиональная подготовка для работы и общения в команде факторы, вызывающие профессиональный стресс под влиянием отношений
259 *Файзиев Я.З., Зиёев Д.Я. (г.Бухара, Узбекистан)*
Мотивация к физической культуре
263 *Фещенко М.В. (Россия)*
Идентификация с телом как структурообразующий фактор личностного функционирования
266 *Ҳакимова Ф.Х., Аъзамова М.А. (г.Бухара, Узбекистан)*
Идентификация факторов семейных разводов и пути их предотвращения
269 *Хасанов Р.А. (г.Бухара, Узбекистан)*
психологическое сопровождение профессиональной деятельности спортсменов
273 *Хожибоев И.И. (г. Сурхандарья, Узбекистан)*
Некоторые вопросы формирования профессиональной компетентности слушателей в процессе повышения квалификации

280 *Худойкулова Г.Б. (г.Бухара, Узбекистан)*
Значение психологической службы в изучении и коррекции психологических особенностей подростков в составе официальных и неформальных групп
283 *Хусенова А.А. (г.Бухара, Узбекистан)*
Социально-психологической защиты детей оставшихся без попечения родителей
287 *Черепахин М.М. (г. Новосибирск, Россия)*
Сублимация сексуальной энергии в компоненту лидерства
291 *Чернышов А.В. (Россия)*
Медитативные практики на устранение чувства тревоги
295 *Чернышова А.А. (Россия)*
Классификация методов медитации с точки зрения объекта сосредоточения
297 *Шодиев Ф.Дж. (г.Бухара, Узбекистан)*
Развитие речи дошкольников как основного механизма мышления
302 *Штрикова Д.Б. (Россия)*
Представления студенток о важности образования в рамках исследования женской профессиональной ментальности
304 *Шукурова Д.Р. (г. Карши, Узбекистан)*
Профессиональная подготовка будущего педагога
306 *Eshov E.S. (Bukhara, Uzbekistan)*
Psychology of development of quick-strength physical qualities of boxers
311 *Elov Z.S. (г.Бухара, Узбекистан)*
Suicide among adolescents with deviant behavior as a social psychological problem
313 *Эргашева С.Х (г. Карши, Узбекистан)*
Психологические аспекты управленческой деятельности руководителей системы образования
319 *Эргашев С.Т., Болтаев С.Б. (Узбекистан)*
Подростковый суицид. причины и профилактика
322 *Эрназарова Р.Ю. (г.Карши, Узбекистан)*
Стресс и его психофизиологический анализ
325 *Южаков В.А. (Россия)*
Представления о травме идентичности в работах Ф.Рупперта
327 *Якимчук Д.Ю. (г. Ярославль, Россия)*
Интеграция группового метода работы расстановки Берта Хеллингера

МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК

ВЕСТНИК ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Выпуск 26 2022

ЖУРНАЛ ДЛЯ ПСИХОЛОГОВ

Журнал ВЕСТНИК ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ рекомендован Высшей аттестационной комиссией Республики Узбеки стан для публикации основных научных результатов докторских диссертаций. Постановление Президиума ВАК Республики Узбекистан (20.03.2015 г., № 214/2; 18.11.2015 г., №218/5; 22.12.2015 г., №219/5).

Вестник интегративной психологии // Журнал для психологов. Вып. 26. /Под ред. В.В.Козлова, Ш.Р. Баратова, М.Н.Усмановой. – Бухара- Ярославль: МАПН, 2022. – 338 с.

Бухара - Ярославль, 2022

С профессиональным праздником всех психологов России, и стран СНГ. Пусть те, кто обращается к вам за помощью, всегда уходят, решив все свои проблемы.

Иногда достаточно одного лишь взгляда, понимающего, обнадеживающего, одного лишь слова, чтобы остаться жить полноценно, а не просто существовать, чтобы выйти из замкнутого круга. И все это возможно с помощью мудрой и грамотной, профессиональной работы психолога.

Пусть отношение к вам и вашей профессии будет достаточно серьезным и достойным вас.

В профессиональный праздник всех психологов, хочется поблагодарить Вас за важный и ответственный труд, а также пожелать силы и терпения — пусть всегда ваша помощь будет своевременной!

С праздником и удачи во всех сферах жизни.

ISBN 978-5952-70216-5

