

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

Живая ПСИХОЛОГИЯ

ISSN 2413-6522



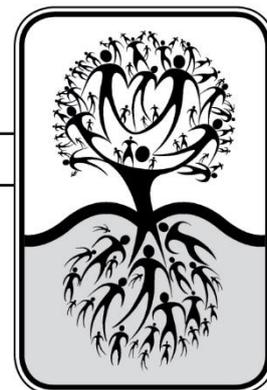
ТОМ 10
№ 7
2023

Russian Journal
of Humanistic
Psychology



Живая ПСИХОЛОГИЯ

ISSN 2413-6522



Том 10 №7,
2023

Russian Journal
of Humanistic Psychology

- » Журнал издается с 2014 года
- » Издание рекомендовано для публикации результатов научных исследований, согласно паспорту специальностей Высшей аттестационной комиссии (ВАК) при Министерстве науки и высшего образования РФ
- » Входит в систему Российского индекса научного цитирования (РИНЦ).



РОСТОВ-НА-ДОНУ

Научно-практический рецензируемый журнал ЖИВАЯ ПСИХОЛОГИЯ создан в 2014г., ставит своей целью стать экспертным и информационным центром в области практической психологии в рамках гуманистического подхода. В журнале публикуются материалы различного характера из следующих научных разделов психологии: клиническая психология, спортивная психология, социальная, семейная и прикладная психология, педагогическая психология, медицинская психология, психология труда. Приоритетное внимание в журнале уделяется вопросам психологии развития и исследованиям в области образа жизни человека и его жизненных ориентиров. Рассматриваются методологические вопросы, касающиеся технология построения концепции педагогической деятельности, учебно-воспитательного процесса, его практической концепции, а также методика обучения и воспитания и ее применения в науке.

Основное содержание журнала составляют результаты исследований и аналитические обзоры. В журнале также публикуются дополнительные материалы, включающие в себя анонсы мероприятий, рецензии, письма и подборки практических рекомендаций по применению.

Согласно паспорту Высшей аттестационной комиссии (ВАК) при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерации, журнал рекомендован для публикации результатов научных исследований, выполняющихся в рамках подготовки диссертационных работ по следующим специальностям:

3.2.5. «Медицинская психология» (медицинские науки);

5.3.1. «Общая психология, психология личности, история психологии» (психологические науки);

5.3.3. «Психология труда, инженерная психология, когнитивная эргономика» (психологические науки);

5.3.4. «Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред» (психологические науки);

5.8.1. Общая педагогика, история педагогики и образования (педагогические науки);

5.8.2. Теория и методика обучения и воспитания (по областям и уровням образования).

Язык издания: русский, английский.

Количество статей в выпуске: до 25

Периодичность выхода: восемь выпусков в год.

Международный стандартный сериальный номер (ISSN): 2413-6522 (печатная версия).

Регистрационный номер и дата принятия решения о регистрации: серия ПИ № ФС77-83669 от 05 августа 2022г.

Учредитель и издатель журнала: Общество с ограниченной ответственностью "Издательство "Манускрипт" (ОГРН 1226100004679)

Адрес редакции: 344114, РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ, Г.О. ГОРОД РОСТОВ-НА-ДОНУ, Г. РОСТОВ-НА-ДОНУ, УЛ БОРЯНА, Д. 20, 24

Сайт издательства: <https://naukavak.ru>, **E-mail:** VAK-info@yandex.ru

**ОБРАЩЕНИЕ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА
К АВТОРАМ И ЧИТАТЕЛЯМ НАУЧНОГО ИЗДАНИЯ
«ЖИВАЯ ПСИХОЛОГИЯ»**

Дорогие друзья!

Научная деятельность в наши дни предполагает обязательную вовлеченность ученого в международный информационный обмен, свободную ориентацию в актуальной проблематике избранной предметной области, тщательный выбор медиаплощадки для презентации результатов своей работы.

Научно-практический журнал «Живая психология» относится к разряду качественной научной периодики. Издание выходит в свет с 2014 года, выступая трибуной и одновременно экспертным медиаресурсом как для молодых ученых – представителей вузовских научных школ, так и для независимых исследователей. На страницах журнала традиционно размещаются статьи, раскрывающие отдельные аспекты истории психологии, теории и практики медицинской психологии, психологии личности, акмеологии, инженерной психологии, педагогической психологии и др.

Авторские материалы, представляющие собой оригинальный научный труд исследователя, проходят процедуру предварительного рецензирования и проверки на уникальность. Тщательный отбор редакционной коллегией рукописей, составляющих редакционный портфель журнала, выступают залогом высокого научного уровня журнала. Особый статус журнала «Живая психология» отражен в решении Высшей аттестационной комиссии (ВАК) при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерации рекомендовать наше издание для публикации результатов диссертационных исследований по ряду специальностей психологического профиля.

«Живая психология» имеет давние партнерские отношения со многими российскими вузами, научными школами и зарубежными образовательными центрами, что доказывает исключительную эффективность избранного курса редакционной политики, который выражается в формате работы с авторами и способах подачи научной информации.

Мы постоянно совершенствуем наши издательские технологии, стремясь сделать сотрудничество с «Живой психологией» максимально комфортным для научного сообщества.

Надеемся, что усилия, предпринимаемые коллективом нашего издания, будут по достоинству оценены нашими коллегами и благодарной читательской аудиторией.

С Уважением,
главный редактор научно-практического журнала «Живая психология»,
Осипова Алла Анатольевна.

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:

ОСИПОВА Алла Анатольевна – доктор психологических наук, профессор кафедры общей и педагогической психологии, Академии психологии и педагогики, Федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Южный федеральный университет»

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:

АВАНЕСЯН Грант Михайлович – доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой общей психологии Ереванского государственного университета

АГАПОВ Валерий Сергеевич – доктор психологических наук, профессор кафедры акмеологии и психологии профессиональной деятельности Российской Академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации

АНИСИМОВ Олег Сергеевич – доктор психологических наук, профессор, Академик Международной академии акмеологических наук, Российской экологической академии, Академии социальных технологий и местного самоуправления, Академии социальных и педагогических наук, Международной академии наук, профессор кафедры акмеологии и психологии профессиональной деятельности Российской Академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации

БУТОВ Александр Юрьевич – доктор педагогических наук, Академик Международной академии наук высшей школы

ВОЛКОВ Александр Кузьмич – доктор медицинских наук, профессор, директор Научно-образовательного медико-технологического центра МГТУ им. Н. Э. Баумана

ГИЛЕВ Геннадий Андреевич – доктор педагогических наук, профессор, заслуженный работник физической культуры РФ, почетный работник высшего профессионального образования РФ, Мастер спорта СССР, академик МАНПО, Московский педагогический государственный университет, профессор кафедры Спортивных дисциплин и методики их преподавания

ГОРДЕЕВ Михаил Николаевич – доктор медицинских наук, кандидат психологических наук, профессор, Ректор института психотерапии и клинической психологии

ГУЗНЕНКОВ Владимир Николаевич – доктор педагогических наук, профессор кафедры «Инженерная графика» ФГБОУ ВО «Московский государственный технический университет имени Н.Э. Баумана (национальный исследовательский университет)», академик Российской Академии Естествознания

ДЖАНЕРЬЯН Светлана Тиграновна – доктор психологических наук, профессор кафедры психологии личности и консультативной психологии Академии психологии и педагогики, Федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Южный федеральный университет»

ДЖИГА Надежда Дмитриевна – доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры психологии и педагогики экономико-правового факультета «БИП –Институт правоведения», Республика Беларусь

Кагермазова Лаура Цраевна – Доктор психол. наук, доцент, профессор РАО, академик РАЕН, "Заслуженный деятель науки и образования». Чеченский государственный педагогический университет

КОЛЕСОВ Владимир Иванович – доктор педагогических наук, кандидат экономических наук, профессор, Лужский институт (филиал) кафедра гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, Ленинградский государственный университет им. А.С. Пушкина. Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, заслуженный деятель науки и образования РАЕ, академик РАЕ, магистр образования

КРУГ Владимир Михайлович – доктор психологических наук, профессор, ведущий научный сотрудник учебно-методического центра «Здоровьесберегающие технологии и профилактика наркомании в молодежной среде» МГТУ им. Н. Э. Баумана

ЛЮБОВ Евгений Борисович – доктор медицинских наук, профессор, заведующий отделом суицидологии Московского научно-исследовательского института психиатрии – филиала Федерального медицинского исследовательского центра психиатрии и наркологии имени В. П. Сербского Министерства здравоохранения Российской Федерации

ПОЛЫНСКАЯ Ирина Николаевна – доктор педагогических наук профессор кафедры изобразительного искусства, доцент, ФГБОУ ВО «Нижевартовский государственный университет», Член Международного союза педагогов-художников, член-корреспондент Российской Академии Естествознания

РЮМШИНА Любовь Ивановна – доктор психологических наук, профессор кафедры социальной психологии и психологии личности Академии психологии и педагогики, Федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Южный федеральный университет»

САМУСЕНКОВ Олег Иосифович – заведующий кафедрой физвоспитания, доктор педагогических наук, профессор, РГХПУ им. С. Г. Строганова, Российский государственный художественно-промышленный университет им. С.Г. Строганова

СВЕЧКАРЁВ Виталий Геннадьевич – доктор педагогических наук, профессор, Майкопский государственный технологический университет

СИНЯГИН Юрий Владимирович – доктор психологических наук, профессор, заместитель директора Высшей школы государственного управления Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ

СИНЯГИНА Наталья Юрьевна – доктор психологических наук, профессор, президент Межрегиональной общественной организации содействия воспитанию «Содружество организаторов воспитательного процесса»

ХАРЧЕНКОВА Людмила Ивановна – доктор психологических наук, профессор, Российский гос. Гидрометеорологический университет

ХАСАНОВ Навруз Баратович – доктор педагогических наук, и.о. профессора кафедры «Организация работы с молодежью и развития русского языка» Кыргызского государственного технического университета имени И. Раззакова

ЧЕРНАЯ Анна Викторовна – доктор психологических наук, зав. кафедрой психологии развития Академии психологии и педагогики, Федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Южный федеральный университет»

ШКУНОВ Владимир Николаевич – Российский историк, востоковед, педагог, Заслуженный учитель Российской Федерации, доктор исторических наук, доктор педагогических наук, профессор, член-корреспондент Российской Академии естествознания. Глава муниципального образования «Инзенский район», член Экспертного совета при Правительстве Российской Федерации. Автор более 30 монографий, 5 учебных пособий и 180 статей по актуальным проблемам истории педагогики и образования, сравнительной педагогики

ЮСУПОВ Владислав Викторович – доктор медицинских наук, профессор начальник НИО (медико-психологического сопровождения) НИЦ Военно-медицинской академии им. С.М. Кирова

EDITOR-IN-CHIEF:

OSIPOVA Alla Anatolyevna – Doctor of Psychological Sciences, Professor of the General and Pedagogical Psychology Department, Academy of Psychology and Pedagogy, Southern Federal University

EDITORIAL BOARD:

AVANESYAN Grant Mikhailovich – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the General Psychology Department of Yerevan State University

AGAPOV Valery Sergeevich – Doctor of Psychological Sciences, Professor of the Acmeology and Psychology Department of Professional Activity of the Russian Academy of National Economy and Public Administration under the President of the Russian Federation

ANISIMOV Oleg Sergeevich – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Academician of the International Academy of Acmeological Sciences, the Russian Ecological Academy, the Academy of Social Technologies and Local Self-Government, the Academy of Social and Pedagogical Sciences, the International Academy of Sciences, Professor of the Acmeology and Psychology Department of Professional Activity of the Russian Academy of National Economy and Public Administration under the President of the Russian Federation

BUTOV Alexander Yurievich – Doctor of Pedagogical Sciences, Academician of the International Academy of Sciences of Higher Education

VOLKOV Alexander Kuzmich – Doctor of Medical Sciences, Professor, Director of the Scientific and Educational Medical and Technological Center of the Bauman Moscow State Technical University

GILEV Gennady Andreevich – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Honored Worker of Physical Culture of the Russian Federation, Honorary Worker of Higher Professional Education of the Russian Federation, Master of USSR Sports, MANPO Academician, Moscow Pedagogical State University, Professor of the Sports Disciplines and Methods of their Teaching Department

GORDEEV Mikhail Nikolaevich – Doctor of Medical Sciences, Candidate of Psychological Sciences, Professor, Rector of the Institute of Psychotherapy and Clinical Psychology

GUZHENKOV Vladimir Nikolaevich – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor of the Engineering Graphics Department, Bauman Moscow State Technical University (National Research University), Academician of the Russian Academy of Natural Sciences

Svetlana Tigranovna DZHANERYAN – Doctor of Psychological Sciences, Professor of the Personality Psychology and Counseling Psychology Department of the Academy of Psychology and Pedagogy, Southern Federal University

DZHIGA Nadezhda Dmitrievna – Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of Psychology and Pedagogy of the Faculty of Economics and Law Institute of Jurisprudence, Republic of Belarus

Kagermazova Laura Tsraevna – Doctor of Psychology, Associate Professor, Professor of the Russian Academy of Sciences, Academician of the Russian Academy of Sciences, "Honored Worker of Science and Education". Chechen State Pedagogical University

KOLESOV Vladimir Ivanovich – Doctor of Pedagogical Sciences, Candidate of Economic Sciences, Professor, Luga Institute (branch) Department of Humanities and Natural Sciences, Leningrad State University named after A.S. Pushkin. Honored Worker of the Higher School of the Russian Federation, Honored Worker of Science and Education of the RAE, Academician of the RAE, Master of Education

KRUG Vladimir Mikhailovich – Doctor of Psychological Sciences, Professor, leading researcher of the educational and methodological center "Health-saving technologies and prevention of drug addiction among young people" of the Bauman Moscow State Technical University

LYUBOV Evgeny Borisovich – Doctor of Medical Sciences, Professor, Head of the Suicidology Department of the Moscow Research Institute of Psychiatry, a branch of the V. P. Serbsky Federal Medical Research Center for Psychiatry and Narcology of the Russian Federation Ministry of Health

POLYNSKAYA Irina Nikolaevna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor of the Fine Arts Department, Associate Professor, Nizhnevartovsk State University, Member of the International Union of Art Teachers, Corresponding Member of the Russian Academy of Natural Sciences

RYUMSHINA Lyubov Ivanovna – Doctor of Psychological Sciences, Professor of the Social Psychology and Personality Psychology Department of the Academy of Psychology and Pedagogy, Southern Federal University

SAMUSENKOV Oleg Iosifovich – Head of the Physical Education Department, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, S. G. Stroganov Russian State Art and Industrial University named after S.G. Stroganov

SVECHKAREV Vitaly Gennadievich – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Maikop State Technological University

SINYAGIN Yuri Vladimirovich – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Deputy Director of the Higher School of Public Administration of the Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration

SINYAGINA Natalia Yuryevna – Doctor of Psychological Sciences, Professor, President of the Interregional Public Organization for the Promotion of Education «Commonwealth of organizers of the educational process»

KHARCHENKOVA Lyudmila Ivanovna – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Russian State University. Hydrometeorological University

HASANOV Navruz Baratovich – Doctor of Pedagogical Sciences, Acting Professor of the Department "Organization of work with youth and development of the Russian language" of the Kyrgyz State Technical University named after I. Razzakov

CHERNAYA Anna Viktorovna – Doctor of Psychological Sciences, Head of the Developmental Psychology Department of the Academy of Psychology and Pedagogy, Southern Federal University

SHKUNOV Vladimir Nikolaevich – Russian historian, orientalist, teacher, Honored Teacher of the Russian Federation, Doctor of Historical Sciences, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, corresponding member of the Russian Academy of Natural Sciences. Head of the municipal formation "Inzensky district", member of the Expert Council under the Government of the Russian Federation. Author of more than 30 monographs, 5 textbooks and 180 articles on topical issues of the history of pedagogy and education, comparative pedagogy

YUSUPOV Vladislav Viktorovich – Doctor of Medical Sciences, Professor Head of the Research Institute (medical and Psychological support) SIC of the Military Medical Academy named after S.M.Kirov

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

МЕДИЦИНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ (МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ)

Султанова Аклима Накиповна, Чут Ульяна Юрьевна. АДДИКТИВНЫЙ КОМПОНЕНТ НЕСУИЦИДАЛЬНОГО САМОПОВРЕЖДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ: СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ РЕАЛИЗАЦИИ 16

Пчелкин Михаил Алексеевич, Разуваева Татьяна Николаевна. НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ДИНАМИКИ И СТРУКТУРЫ ВНУТРЕННЕЙ КАРТИНЫ БОЛЕЗНИ У ОНКОБОЛЬНЫХ 21

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ)

Бюндюгова Татьяна Вячеславовна, Холина Оксана Александровна. КОГНИТИВНАЯ ОБРАБОТКА ИНФОРМАЦИИ И ВИЗУАЛИЗАЦИЯ В РАБОТЕ С ТРЕВОЖНОСТЬЮ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ВЫСШЕГО ЗВЕНА 26

Головань Сергей Анатольевич, Закурдаев Глеб Борисович, Ковтун Валерия Евгеньевна. ОБРАЗ БУДУЩЕГО В КОНТЕКСТЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ У КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ ВУЗОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ 37

Головань Сергей Анатольевич, Ковтун Валерия Евгеньевна, Закурдаев Глеб Борисович. ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ОБРАЗА БУДУЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ У ЛИЦ С РАЗНОЙ ФОРМОЙ СОЦИАЛЬНОЙ ИЗОЛЯЦИИ 44

Гребенюк Анатолий Анатольевич. SCIENCE-ART КАК ИНСТРУМЕНТ ИЗУЧЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ЧЕЛОВЕКА К СОВРЕМЕННЫМ КУЛЬТУРНЫМ ТРАНСФОРМАЦИЯМ 51

Северин Алексей Викторович, Зубарева Наталья Сергеевна. ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМЫХ ШКОЛЬНИКОВ 58

Топровер Виктор Игоревич. ЛИЧНОСТНО-СМЫСЛОВЫЕ ФАКТОРЫ СКЛОННОСТИ К КОГНИТИВНЫМ ОШИБКАМ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ 65

Юдин Семен Анатольевич. Подходы к пониманию проблемы прокрастинации и арт – терапия как метод ее коррекции 74

**ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОДИАГНОСТИКА
ЦИФРОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СРЕД
(ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ)**

**Заводчиков Дмитрий Павлович, Лебедева Екатерина Владимировна,
Шаров Антон Александрович. ИССЛЕДОВАНИЕ СУБЪЕКТИВНОЙ
КАРТИНЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ И ВРЕМЕННОЙ
ПЕРСПЕКТИВЫ СТУДЕНТОВ** **80**

**ПСИХОЛОГИЯ ТРУДА, ИНЖЕНЕРНАЯ
ПСИХОЛОГИЯ, КОГНИТИВНАЯ ЭРГОНОМИКА
(ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ)**

**Лобанова Елена Сергеевна. ФАКТОРЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДЕСТРУКЦИЙ У СОТРУДНИКОВ УГОЛОВНО-
ИСПОЛНИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ** **88**

**Никулина Татьяна Ивановна, Чепурко Юлия Владиславовна, Малахаева
Светлана Карловна. МОТИВАЦИОННО-ВОЛЕВАЯ СФЕРА И ЕЁ
ОСОБЕННОСТИ ПРИ РАЗНЫХ ВИДАХ ПРОФЕССИОНАЛИЗАЦИИ
СОТРУДНИКОВ ФСИН** **95**

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

**Тарасова Александра Васильевна. ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЖЕСТИКУЛЯЦИЯ
КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ ИНСТРУМЕНТ ПОВЫШЕНИЯ ВНИМАНИЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ И ЗАПОМИНАНИЯ ИНФОРМАЦИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ** **103**

CONTENTS

PSYCHOLOGICAL SCIENCES

MEDICAL PSYCHOLOGY (MEDICAL SCIENCES)

Sultanova Aklima Nakipovna, Chut Ulyana Yurievna. THE ADDICTIVE COMPONENT OF NON-SUICIDAL SELF-INJURY IN ADOLESCENTS: SOCIO-PSYCHOLOGICAL TRIGGERS OF IMPLEMENTATION 16

Razueva Tatiana Nikolaevna, Pchelkin Mikhail Alexeevich. SOME ASPECTS OF THE DYNAMICS AND STRUCTURE OF THE INTERNAL REPRESENTATION OF ILLNESS IN CANCER PATIENTS 21

GENERAL PSYCHOLOGY, PERSONALITY PSYCHOLOGY, HISTORY OF PSYCHOLOGY

Byundyugova Tatyana Vyacheslavovna, Kholina Oksana Alexandrovna. COGNITIVE INFORMATION PROCESSING AND VISUALIZATION IN DEALING WITH THE ANXIETY OF SENIOR MANAGERS 26

Golovan Sergey Anatolievich, Zakurdaev Gleb Borisovich, Kovtun Valeria Evgenievna. IMAGE OF THE FUTURE IN THE CONTEXT OF PROFESSIONAL SELF-DETERMINATION IN MILITARY UNIVERSITY CADETS DURING THE TRAINING PROCESS 37

Golovan Sergey Anatolievich, Kovtun Valeria Evgenievna, Zakurdaev Gleb Borisovich. FEATURES OF FORMATION OF FUTURE IMAGE AND PROFESSIONAL PREFERENCES IN PERSONS WITH DIFFERENT FORMS OF SOCIAL ISOLATION 44

Grebnyuk Anatoly Anatolyevich. SCIENCE-ART AS A TOOL FOR STUDYING A PERSON'S PSYCHOLOGICAL READINESS FOR MODERN CULTURAL TRANSFORMATIONS 51

Severin Alexey Viktorovich, Zubareva Natalya Sergeevna. FEATURES OF COPING STRATEGIES IN INTERNET DEPENDENT SCHOOLCHILDREN 58

Toprover Victor Igorevich. PERSONAL AND SEMANTIC FACTORS OF THE PROPENSITY TO COGNITIVE ERRORS AMONG UNIVERSITY YOUTHS 65

Yudin Semyon Anatolievich. APPROACHES TO UNDERSTANDING THE PROBLEM OF PROCRASTINATION AND ART THERAPY AS A METHOD OF ITS CORRECTION 74

PEDAGOGICAL PSYCHOLOGY PSYCHODIAGNOSTICS DIGITAL EDUCATIONAL ENVIRONMENTS

Breeders Dmitry Pavlovich, Lebedeva Ekaterina Vladimirovna, Sharov Anton Alexandrovich. THE STUDY OF THE SUBJECTIVE PICTURE OF THE PROFESSIONAL PATH OF THE INDIVIDUAL AND THE TIME PERSPECTIVE OF STUDENTS 80

**LABOR PSYCHOLOGY, ENGINEERING
PSYCHOLOGY, COGNITIVE ERGONOMICS**

Lobanova Elena Sergeevna. FACTORS OF OCCURRENCE OF PROFESSIONAL
DESTRUCTION AMONG EMPLOYEES OF THE PENAL SYSTEM **88**

**Nikulina Tatyana Ivanovna, Chepurko Yulia Vladislavovna, Malakhaeva
Svetlana Karlovna.** MOTIVATIONAL-VOLITIONAL SPHERE AND ITS FEATURES
IN DIFFERENT TYPES OF PROFESSIONALIZATION FSIN EMPLOYEES **95**

PEDAGOGICAL SCIENCES

Tarasova Alexandra Vasilyevna. PEDAGOGICAL GESTURES AS AN EFFECTIVE
TOOL FOR INCREASING THE ATTENTION OF STUDENTS AND MEMORIZING
INFORMATION IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF HIGHER EDUCATION **103**

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ



МЕДИЦИНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ (МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ)

УДК: 159.99

DOI 10.58551/24136522_2023_10_7_16

АДДИКТИВНЫЙ КОМПОНЕНТ НЕСУИЦИДАЛЬНОГО САМОПОВРЕЖДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ: СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ РЕАЛИЗАЦИИ

Султанова Аклима Накиповна

Доктор медицинских наук, профессор кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии
ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный медицинский университет»,
г. Новосибирск

E-mail: sultanova.aklima@yandex.ru

SPIN-код: 5719-0860

Чут Ульяна Юрьевна

Аспирант кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии
и клинической психологии,
ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный медицинский университет»,
г. Новосибирск

E-mail: uu_chut@mail.ru

SPIN-код: 6135-2547

Несуицидальное самоповреждение у подростков является актуальной проблемой современности, которая отмечается во многих зарубежных и отечественных исследованиях десятилетия. Некоторые исследователи сходятся во мнении, что самотравмирование обладает компонентом зависимого поведения и соотносится с фазами аддиктивной реализации. Отраженное в работе исследование включает изучение воспринимаемого материнского отношения и школьного факторов в группе подростков с самоповреждением. В настоящей статье представлен анализ социальной среды подростка с самоповреждением с точки зрения триггера аддиктивного процесса. Полученные данные несколько упрощают концепцию несуйцидального самоповреждающего поведения как вероятно закрепляемой процессной аддикции.

Ключевые слова: подростки, несуйцидальное самоповреждающее поведение, привязанность, материнское отношение, аддиктивное поведение, буллинг.

THE ADDICTIVE COMPONENT OF NON-SUICIDAL SELF-INJURY IN ADOLESCENTS: SOCIO-PSYCHOLOGICAL TRIGGERS OF IMPLEMENTATION

Sultanova Aklima Nakipovna

Doctor of Medicine, Professor of Psychiatry, Narcology, Psychotherapy
and Clinical Psychology Department, Novosibirsk State Medical University

E-mail: sultanova.aklima@yandex.ru

SPIN-код: 5719-0860

Chut Ulyana Yurievna

*Postgraduate student of the Department of Psychiatry, Narcology,
Psychotherapy and Clinical Psychology of Novosibirsk State Medical University
E-mail: uu_chut@mail.ru
SPIN-код: 6135-2547*

Non-suicidal self-harm in adolescents is an urgent problem of our time, which is noted in many foreign and domestic studies of the decade. Some researchers agree that self-injury has a component of dependent behavior and correlates with the phases of addictive realization. The research reflected in the work includes the study of perceived maternal attitudes and school factors in a group of adolescents with self-harm. This article presents an analysis of the social environment of a teenager with self-harm from the point of view of the trigger of the addictive process. The data obtained somewhat strengthen the concept of non-suicidal self-harming behavior as a likely fixable process addiction.

Keywords: *adolescents, non-suicidal self-harming behavior, attachment, maternal attitude, addictive behavior, bullying.*

Самоповреждающее поведение определяется как преднамеренное нанесение себе вреда независимо от типа, мотива или степени суицидальных намерений. Этиологические модели несуйцидального самоповреждения предполагают, что межличностные особенности могут быть важны для понимания пробы и закрепления аутоагрессии [1]. Субъективное переживание внутри семейной системы выступает как один из доминирующих факторов, влияющих на психоэмоциональное состояние подростка. Акцент на влияние материнской фигуры во взаимоотношениях «подросток-родитель» продиктован ведущей ролью матери при формировании базового доверия к миру и адаптивного поведения в будущем. Согласно концепции Э. Эриксона, разрешение кризиса младенчества в сторону недоверия к миру сопровождается страхом покинутости, злостью и фантазиями разрушения [2]. Продолжая указанную идею, можно предположить, что направленная на себе агрессия в форме самоповреждения в подростковом возрасте выступает как один из компонентов стремления разрушения собственного «Я» на фоне слабости интеграции Я-концепции и концепции значимых других (в том числе, родительских фигур). Нестабильность межличностных отношений выступает триггером эмоционально-поведенческих отклонений, в том числе, несуйцидального самоповреждения, анализируемого через понятие аддиктивности.

Цель исследования – проанализировать несуйцидальное самоповреждающее поведение подростков в контексте аддиктивных переживаний согласно социально-психологических особенностей.

Материал и методы. Исследование проводилось в период с сентября 2022 года по сентябрь 2023 года на базе ООО «Научно-практический центр психического здоровья им. Ц.П. Короленко». Критериями включения в исследование выступили: подростковый возраст от 14 до 17 лет, отсутствие установленной депрессивной симптоматики и другой психической патологии, наличие эпизодов несуйцидального самоповреждающего поведения (порезы) в анамнезе и на момент исследования. Итоговую выборку составили 85 человек, средний возраст респондентов $14,9 \pm 0,9$. По результатам интервью выборка разделена на две группы по принципу наличия или отсутствия самоповреждающего поведения. Средний возраст группы подростков с самоповреждающим поведением составил $14,9 \pm 0,8$ лет; группа преимущественно представлена девушками – 42 человека, тогда как юношей 7 респондентов. Обращает на себя внимание, что 24 человека из группы самоповреждения сообщили о переживании навязчивого влечения (тяги) к нанесению порезов. Группа подростков без самоповреждающего поведения также в большей степени представлена девушками (26 человек, юношей – 10); средний возраст группы – $14,9 \pm 0,9$. Методы

исследования включали: структурированное интервью с целью формирования групп; опросник «Поведение родителей и отношение подростков к ним» (ПоР), оценка матери; методику исследования буллинг-структуры Е.Н. Норкиной. При статистической обработке полученных данных с целью исследования различий воспринимаемого материнского отношения и общения со сверстниками между группами использовался U-критерий Манна-Уитни.

Основные результаты

Семейный социальный профиль подростка с самоповреждением (см. таблицу 1) представлен высокой материнской автономией ($4,1 \pm 0,8$ при $p=0,0007$) и непоследовательностью ($3,9 \pm 1,1$ при $p=0,00005$), что совокупно проявляется низким фактором близости с родителем ($2,3 \pm 0,7$ при $p=0,0003$). Наблюдается ситуация эмоционального отвержения подростка, что помимо фрустрации глубинной потребности аффилиации, негативно сказывается на общем фоне эмоционального комфорта. Размытые смысловые структуры образа мира, конфликтно выстроенные на отсутствии базового доверия и недостаточно интериоризированном опыте из-за отстраненной матери, не формируют единый вектор позитивной стратегии поведения. Недостаточность эмоциональной устойчивости подталкивает подростка на дезадаптивное интрапсихическое реагирование через нанесение себе как прямого (самоповреждение), так и косвенного (модель поведения жертвы) вреда. При высокой материнской автономности и недостаточном позитивном интересе к ребенку подросток с самоповреждением ищет объект для слияния. Стремление психики к избавлению от психологического дискомфорта через объектные отношения с инструментом, способным изменить текущее эмоциональное состояние в ложноположительную сторону, выступает глубинным элементом аддиктивного начала [3, С. 40]. В результате, при нахождении предмета, способного удовлетворить невротический уровень потребности в психоэмоциональной безопасности (тотальное и моментальное переживание комфорта), риск формирования зависимого отношения достаточно высок.

Таблица 1

Сравнительный анализ воспринимаемого материнского отношения в группах исследования

Шкалы	Подростки с демонстративной депрессивной симптоматикой и самоповреждением (N=49)		Подростки с демонстративной депрессивной симптоматикой без самоповреждения (N=36)		Критерий Манна-Уитни
	М	SD	М	SD	
Позитивный интерес	2,6	1,1	3,6	0,9	0,00002
Автономность	4,1	0,8	2,9	1,4	0,0007
Непоследовательность	3,9	1,1	2,7	1,2	0,00005
Директивность	3,4	1,2	3,5	1,3	0,75
Враждебность	3,2	1,4	3,5	1,2	0,27
Фактор близости	2,3	0,7	3,3	1,1	0,0003
Фактор критики	3,1	0,8	3,1	1,2	0,81

Источник: Составлено автором на основании проведенного исследования

Примечание: М – среднее значение, SD – стандартное отклонение, N – количество обследованных в группе

Влияние отстраненной и непоследовательной матери не способствует достаточной поведенческой регуляции подростка и часто формирует дезадаптацию [4]. Аутоагрессивные действия в таком случае могут выступать способом

патологического реагирования на стрессовую ситуацию и мотивироваться регуляцией психоэмоционального состояния (аддиктивная мотивация). Деструктивная модель приспособления к среде через самоповреждение с материнской стратегией отвержения и непоследовательности рассматривается как предпосылка становления дисфункциональной идентичности. Нездоровый тип привязанности как базовая предпосылка созависимой стратегии поведения связан с реализацией и закреплением несуицидального самоповреждения у подростков [5], [6], [7]. Одной из характерных особенностей созависимого поведения в контексте аддикций является страх потери объекта привязанности [8, С. 178]. Как следствие, негативные импульсы, агрессия, которые в здоровом эквиваленте должны быть направлены на объект их вызвавший, подавляются. Деструктивный механизм защиты от переживания может проявляться как возвращение агрессии на себя, где необходимая эмоциональная разрядка достигается путем аутоагрессии. При данных условиях отмечается подкрепление – эмоция реализовалась и поведенческий гештальт завершился со стабилизацией эмоционального состояния [9]. Наблюдаемая тематика беспомощности в межличностном конфликте позволяет оценивать аддиктивный заменитель как более надежный и в сознании может закрепляться как «ценность».

Таблица 2

Сравнительный анализ буллинг-структуры в группах исследования

Шкалы	Подростки с демонстративной депрессивной симптоматикой и самоповреждением (N=49)		Подростки с демонстративной депрессивной симптоматикой без самоповреждения (N=36)		Критерий Манна-Уитни
	М	SD	М	SD	
Жертва	12,8	5,8	10,9	5,9	0,15
Наблюдатель	10,3	5,6	12,5	5,3	0,09
Защитник	5,6	3,8	6,5	4,5	0,55
Инициатор	4	2,3	3,9	2,5	0,74
Помощник	3,8	1,9	3,8	2,1	0,94

Источник: Составлено автором на основании проведенного исследования

Примечание: М – среднее значение, SD – стандартное отклонение, N – количество обследованных в группе.

Влияние семейного воспитания в школьном коллективе прослеживается тем, что подросток, выросший в семье с преобладанием попустительского стиля воспитания (гипоопека, высокие показатели автономности и недостаточность интимно-личностного тепла) отличается эгоистичностью и конфликтностью в общении с расширяющимся кругом социализации [10]. Элементы «воспитанной» демонстративности в отношениях с классным коллективом могут отражаться в том, что подросток с самоповреждением гипертрофирует нейтральное отношение к себе в субъективно воспринимаемое игнорирование его личности в важный период становления «Я». В школьной среде подростка с самоповреждением (см. таблицу 2) отношение характеризуется преимущественно воспринимаемой («Жертва» 12,8±5,8) или наблюдаемой агрессией («Наблюдатель» 10,3±5,6). Формируется микросоциальный конфликт, где подросток ощущает свое одиночество на фоне недостаточной родительской включенности и неудовлетворительных отношений со сверстниками (в том числе, буллинг). Выделенные социальные особенности редуцируют чувство безопасности у подростка с самоповреждением. Таким образом, если подростку трудно устанавливать дружеские контакты вне школы, то он попадает

в ситуацию отсутствия положительного опыта общения с миром и теряет ресурс социальной поддержки.

В определенный момент личностного становления межличностные отношения не способствовали, а наоборот, нарушили конструктивность реагирования. Недостаточность доверия в семейной системе закладывает базовый запрет на проявления истинных эмоций со стороны подростка, что может являться косвенным предикатом направленной на себя агрессии. Деадаптивные поведенческие реакции также формируются как ответ на травматическую ситуацию воспринимаемого школьного насилия. В таком случае отношение со стороны школьного коллектива переживаются как угрожающие, тревожащие и повышают частоту актов самоповреждающего поведения; повторные акты самоповреждения контрастируют с предшествующим психическим состоянием, что приводит к усилению аддиктивного эффекта [11], и, с течением времени, постепенному росту толерантности (увеличение глубины, количества и частоты аутоагрессии).

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Yu-Hsin Huang, Hui-Ching Liu, Fang-Ju Sun, Shen-Ing Liu Predictors of repeated adolescent self-harm: The display of multiple variables and mediators in a 2-year study // *Journal of the Formosan Medical Association*. – 2022. – №12 – P. 2584–2592.
2. Скрипкина Т. Антиномия доверия к миру и доверия к себе в человеческом бытии // *Развитие личности*. – 2011. – №3. – С. 111–113.
3. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В., Шпикс Т.А. Психодинамические механизмы аддикций. – Изд-во: LAP LAMBERT Academic Publishing GmbH & Co., Germany, 2011.-188с.
4. Бондаренко Ю.С., Килинская Н.В., Бучкова А.И., Гончар С.Н. Особенности адаптивности подростков с разным восприятием воспитательной практики родителей // *Психология и психотехника*. – 2022. – №2. – С. 69–78.
5. Cassels M., Baetens I., Wilkinson P., Hoppenbrouwers K., Wiersema J. R., Van Leeuwen K., Kiekens G. Attachment and Non-Suicidal Self-Injury among Young Adolescents: The Indirect Role of Behavioral Problems // *Archives of suicide research: official journal of the International Academy for Suicide Research*. – 2019. – №23(4) – P. 688–696.
6. Ghorbani M., Najafi M. The comparison attachment styles and Alexithymia in suicidal attempts and control group // *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*. – 2020. – №7(1) – P. 30–42.
7. Gander M., Fuchs M., Franz N., Jahnke-Majorkovits A., Buchheim A., Bock A., Sevecke K. Non-suicidal self-injury and attachment trauma in adolescent inpatients with psychiatric disorders // *Comprehensive Psychiatry*. – 2021. – V. 111 – P. 152273.
8. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Социодинамическая психиатрия. – М.: «Академический проект», Екатеринбург: «Деловая книга», 2000. – 460 с.
9. Левковская О.Б., Шевченко Ю.С., Данилова Л.Ю., Грачев В.В. Феноменологический анализ несуицидальных самоповреждений у подростков // *Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова*. – 2017. – №117 (7). – С. 10–15.
10. Дубанова В.А. Стили семейного воспитания и их влияние на личность подростка // *Вестник Бурятского государственного университета. Образование. Личность. Общество*. – 2012. – №1. – С. 65–73.
11. Короленко Ц.П. Психосоциальная аддиктология. – Новосибирск: Изд-во «Олсиб», 2001. – 251 с.

УДК 159.9

DOI 10.58551/24136522_2023_10_7_21

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ДИНАМИКИ И СТРУКТУРЫ ВНУТРЕННЕЙ КАРТИНЫ БОЛЕЗНИ У ОНКОБОЛЬНЫХ

Пчелкин Михаил Алексеевич

НИУ «БелГУ», аспирант кафедры общей и клинической психологии,

г. Белгород

E-mail: pelkine@mail.ru

Разуваева Татьяна Николаевна

РНИМУ им. Н.И. Пирогова, профессор кафедры клинической психологии,

г. Москва

В статье рассматривается актуальность психологических факторов с точки зрения их влияния на развитие онкологических заболеваний; подчеркивается значение внутренней картины болезни (ВКБ) для успешного лечения и психологической реабилитации онкобольных. В рамках обзора исследований по рассматриваемой теме выделены психологические компоненты (уровни) внутренней картины болезни онкологических пациентов (чувственный, эмоциональный, интеллектуальный (или рационально-информационный) и мотивационный). В работе рассматривается связь изменения соотношения компонентов внутренней картины болезни и динамики развития онкологического процесса, что проявляется в поведении онкобольных и позволяет выделить стадии ВКБ, во многом совпадающие со стадиями принятия, выделенными Э.К. Росс (отрицания, гнева, торга, депрессии и принятия). Авторами сделан вывод о важности собственных представлений больного о тяжести своего заболевания и его субъективных переживаний, основываясь на которых выстраивается структура внутренней картины болезни с доминантным преобладанием в ней тех или иных компонентов. Изменения структуры и динамики отношения к болезни у онкобольных формируются в результате внутриличностной, субъективной работы (рефлексии), которая не всегда по своим выводам совпадает с представлениями лечащего врача и реальными медицинскими данными. Этот факт следует учитывать специалистам, оказывающим психокоррекционную помощь онкобольным, в том числе в плане разъяснения родным и близким больного специфики его поведения и понимания ситуации.

Ключевые слова: онкопсихология; онкопациенты; внутренняя картина болезни (ВКБ); отношение к болезни; структура внутренней картины болезни; соотношение компонентов ВКБ; возрастные особенности ВКБ; состояние пациента.

SOME ASPECTS OF THE DYNAMICS AND STRUCTURE OF THE INTERNAL REPRESENTATION OF ILLNESS IN CANCER PATIENTS

Pchelkin Mikhail Alexeevich

Graduate Student at Belgorod State University,

Department of General and Clinical Psychology,

Belgorod

E-mail: pelkine@mail.ru

Razueva Tatiana Nikolaevna

*Professor of the Department of Clinical Psychology at N.I. Pirogov
Russian National Research Medical University,
Moscow*

This article examines the relevance of psychological factors in the development of oncological diseases, emphasizing the significance of the Internal Representation of Illness (IRI) for the successful treatment and psychological rehabilitation of cancer patients. The research review identifies psychological components (levels) of the internal representation of illness in oncological patients (sensory, emotional, intellectual, or rational-informational, and motivational). The connection between changes in the ratio of internal representation of illness components and the dynamics of the oncological process is explored, reflected in the behavior of cancer patients and allowing the identification of stages of IRI, largely coinciding with the stages of acceptance outlined by E.K. Ross (denial, anger, bargaining, depression, and acceptance). The conclusion is drawn about the importance of individuals' perceptions of the severity of the disease and subjective experiences, upon which the structure of the internal representation of illness is built, with a dominant prevalence of certain components. Changes in the structure and dynamics of illness attitudes in cancer patients are shaped by their personal subjective work, which does not always coincide with the views of the treating physician and actual medical data. This should be taken into account by specialists providing psychotherapeutic assistance to cancer patients and explained to their family and close ones.

Keywords: *psycho-oncology; oncology patients; internal representation of illness (IRI); illness attitudes; structure of the internal representation of illness; ratio of IRI components; age-specific features of IRI; patient's state.*

На сегодняшний день в научном мире как с теоретических позиций, так и в плане практики оказания психологической помощи всё больше внимания уделяется психологическим факторам генезиса различных соматических заболеваний. Так, в частности, особое значение приобретает проблема недостаточной исследованности этиологических психологических факторов возникновения онкологических заболеваний. Также возрастающий научный интерес отмечается в связи с изучением внутренней психологической структуры и динамики состояния больных, оказавшихся в условиях критической жизненной ситуации, а именно – страдающих онкологическими заболеваниями. Вопросы психологии онкобольных представляют существенную значимость не только с психодиагностических позиций, но и в плане психокоррекции (в целях максимально возможного восстановления свойств личности и психологической реабилитации больного). По мнению В.Франкла, никакие сложные жизненные обстоятельства не могут быть препятствием для поступательного развития личности человека и стремления индивида определить смысл происходящего в окружающем его мире. Онкологическое заболевание также не является исключением в этом отношении – человек должен продолжать решать стоящие перед ним проблемы, в том числе связанные с осмыслением своего состояния [2; 8; 14; 15].

Способность личности прийти к осознанию необходимости переосмысления своей жизни зависит от многих факторов, включая отношение человека к своему состоянию. Для психологической науки весьма важен аспект восприятия онкологическим больным себя и своей болезни – от данного фактора будет зависеть не только настрой на успешное излечение, но и осознанное выполнение рекомендаций лечащего врача, коммуникация с родственниками, что существенно влияет на позитивный прогноз заболевания. Психотерапия в современном лечении онкобольных играет важную роль, однако без изучения внутренней картины болезни (ВКБ) пациента ее эффективность снижается.

Проблеме определения внутренней картины болезни уделяется внимание с давних пор, можно сказать, со времени возникновения медицины как таковой в самом широком смысле, когда один человек впервые стал помогать другому преодолеть угрожающее жизни и здоровью состояние.

С древних пор известно, что представление больного о тяжести собственного состояния далеко не всегда совпадает с видением болезни врачом. Работе психики над принятием и преодолением болезни посвящено большое количество исследований. Многочисленные попытки изучения и практического использования собственного представления больных о том, что с ними происходит, а также выработки отношения больного к болезни и, в частности, к онкологической патологии, выразились в появлении большого количества терминов, описывающих, по словам Н.С. Болбат, Е.И. Скугаревской и др., разные аспекты одного и того же явления – «аутопластическая картина болезни», «переживание болезни», «реакция на болезнь», «позиция к болезни», «отношение к болезни», «осознание болезни», «образ собственного заболевания», «аутогенное представление о болезни», «концепция болезни», «внутренняя картина болезни». Объединяющим эти понятия термином выступает «внутренняя картина болезни» (ВКБ) [1].

Понятие «ВКБ» (или «внутренняя картина болезни») исторически было впервые введено в научный оборот Романом Альбертовичем Лурией в 1935 году. В понимании автора данный термин обозначает «комплекс переживаний больного, связанных с заболеванием: общее самочувствие, ощущения, восприятие, эмоции, представления о болезни» [9, с. 8].

В своих работах Р.А. Лурия развивает идеи А. Гольдшейдера об аутопластической картине заболевания, разделяя болезнь на два проявления:

- внешнюю картину заболевания (более объективную, включающую мнение врача о заболевании, результаты обследования количественными методиками – лабораторными, инструментальными методами, – всё, что можно посчитать или описать);

- внутреннюю – непосредственные переживания пациента, касающиеся его болезни, – «весь огромный внутренний мир больного, который состоит из весьма сложных сочетаний восприятия и ощущений, эмоций, аффектов, конфликтов, психических переживаний и травм» [6, с. 37–52]. Вслед за Р.А. Лурией считается, что внутренняя картина болезни включает в себя не только эмоциональную составляющую, начиная с повышенного внимания к собственным ощущениям и самочувствию, но и когнитивную компоненту – в виде представлений о заболевании, его динамике, прогнозе и причинах.

Внутренний уровень заболевания всегда субъективен, в каждой возрастной группе имеются свои особенности, которые также зависят от степени выраженности негативных переживаний [3; 10]. Так, среди трех возрастных групп больных – подростков, зрелых и пожилых людей, согласно данным исследования Ч.Д. Такйун, именно подросткам свойственны наиболее тяжелые психологические реакции, которые могут наблюдаться при заболеваниях, связанных с изменением внешнего вида человека, делающим его мало привлекательным, а не объективно тяжелые заболевания и состояния, угрожающие жизни [10].

У зрелых людей в большей степени наблюдаются преимущественно тяжелые психологические реакции на длительные хронические заболевания, способные инвалидизировать и ограничить трудоспособность, вызвать состояния беспомощности и большей зависимости от окружающих.

Пожилые и престарелые больные, которые в силу возраста спокойнее относятся к своей возрастающей немощи, тяжелее переносят болезни, приводящие к ограничению движений, перемещений, социального взаимодействия и к возрастанию угрозы смерти.

В рассмотрении проблемы внутренней картины болезни отдельно дискутируется вопрос о ее структуре. Важными представляются взаимосвязи структуры и динамики ВКБ.

ВКБ динамична и зависит от множества внешних и внутренних факторов, ведущими из которых являются: диагноз и вероятность летального исхода, либо хронизация паталогического процесса, личность человека и его окружение. Большинство авторов (А. Гольдшейдер, Н.Я. Иванов, А.Е. Личко, Р.А. Лурия, В.В. Николаева, Н.Д. Творогова, Ю.Г. Тюльпин [5-7; 11-13]) выделяют четыре компонента внутренней картины болезни независимо от нозологии заболевания.

1. Чувственный компонент (уровень), согласно Н.С. Болбат и Е.И. Скугаревской, объединяет в себе ощущения человека, будь то физические или психологические, и их эмоциональный тон, динамичность переживаний. Ощущения подвижны, могут меняться, ослабевать либо нарастать, зависят от множества факторов, включающих своевременность приема пищи, физические нагрузки, положение пациента и т. д. [1, с. 5].

2. Эмоциональная составляющая представляет собой совокупность эмоциональных реакций, связанных с болезнью, которые по степени своих проявлений зависят от остроты, характера и длительности субъективных переживаний. Эмоциональные реакции динамичны и не всегда негативны: при улучшении прогноза заболевания, стихания остроты проявлений либо выздоровлении пациента на смену негативным (страх, грусть, депрессия, тревога, тоска) приходят позитивные переживания (радость, надежда, уверенность, благодарность, облегчение, эйфория) [1, с. 5].

3. Интеллектуальный (рационально-информационный) компонент (уровень) – это осведомленность пациента о своей болезни, включающая общие представления и знания о заболевании, пережитый опыт собственных болезней и наблюдение за течением заболеваний у других людей, доступность медицинской информации и способность к интерпретации полученных данных, общая интеллектуальная развитость пациента и его культурные особенности [1, с. 5].

4. Мотивационный компонент (уровень) включает личностный смысл жизни и возможность встраивания болезни в смысловую структуру личности. В данном структурном элементе внутренней картины болезни рассматривается изменение образа жизни человека в условиях болезни, способность гибко менять поведение и свою деятельность [1, с. 6].

Соотношение (пропорциональность) влияния данных компонентов на поведение человека меняется в зависимости от стадии болезни, совпадая со стадиями принятия, выделенными Э.К. Росс [4]: на ранних этапах на первый план выступает эмоциональный компонент (наиболее яркие эмоциональные проявления) вследствие патологичности ощущений, отрицания заболевания, гнева; затем увеличивается значимость интеллектуального начала – пациент пытается «торговаться с диагнозом», искать информацию о новых подходах к лечению, менять специалистов. На этапе депрессии увеличивается чувственный компонент, так как ощущения становятся важной частью нового жизненного этапа. На стадии принятия пациент меняется в мотивационно-потребностной сфере, выстраивает новый подход к образу жизни, в котором учитывает свое заболевание и новые жизненные реалии, корректирует иерархию жизненных целей исходя из реальности.

Таким образом, больной склонен к анализу состояния своей болезни через призму субъективных переживаний тяжести заболевания, основываясь на структуре своей внутренней картины болезни и доминантного преобладания в ней тех или иных компонентов. Данные изменения структуры и динамики в отношении к болезни у больного формируются в результате его личностной субъективной работы, которая не всегда по своим результатам совпадает с представлениями лечащего врача и реальными медицинскими данными. Поэтому специалистам, оказывающим психокоррекционную помощь онкобольным, следует в качестве мишени влияния

рассматривать не только самого больного с учетом его внутренней работы над картиной собственной болезни, но и систему отношений – больного с лечащим врачом, а также больного с родными и близкими, с которыми у него остались тесные взаимоотношения. Именно в рамках системы значимых связей и взаимодействий возможно оказать помощь в вопросе переосмысления отношений более высокого уровня – себя в целом как личности, смысла своей жизни, приоритета тех или иных жизненных ценностей и др.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Болбат, Н.С. Внутренняя картина болезни. Реакция личности на болезнь: учебно-методическое пособие / Н.С. Болбат, Е.И. Скугаревская. – Минск: БГМУ, 2021. – 24 с.
2. Введение в логотерапию (психотерапию, ориентированную на смысл): Учебное пособие. Конспект. – Москва: Московский институт психоанализа, Издатель Воробьев А.В., 2013. – 346 с.
3. Квасенко, А.В. Психология больного / А.В. Квасенко, Ю.Г. Зубарев. – Ленинград: Медицина. Ленингр. отд-ние, 1980. – 183 с.
4. Кюблер-Росс, Э.О смерти и умирании / Пер. с англ. Н.М. Пальчиковой. – Москва: АСТ, 1999. – 288 с.
5. Личко, А.Е. Методика определения типа отношения к болезни / А.Е. Личко, Н.Я. Иванов // Журнал невропатологии и психиатрии. – 1980. – №8 – С. 1527–1530.
6. Лурия, Р.А. Внутренняя картина болезни и ятрогенные заболевания, 1935 (4-е издание) / Р.А. Лурия. – Москва: Медицина, 1977. – 111 с.
7. Николаева, В.В. Личность в условиях хронического соматического заболевания: автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора психологических наук / МГУ им. М. В. Ломоносова. – Москва, 1992. – 48 с.
8. Орлов, А.Б. Ноэтическое измерение человека: вклад Виктора Франкла в психологию и психотерапию / А.Б. Орлов, В.Б. Шумский // Журнал Высшей школы экономики. – 2005. – Т. 2, № 2. – С. 65–80.
9. Собенников, В.С. Я-концепция. Внутренняя картина болезни / В.С. Собенников, Е.Е. Ясникова; ГБОУ ВПО ИГМУ Минздрава РФ. – Иркутск: ИГМУ, 2013. – 24 с.
10. Такйун, Ч.Д. Типы отношения к болезни подростков с атопическим дерматитом: гендерный аспект / Ч.Д. Такйун // Перспективы науки и образования. – 2015. – № 6 (18). – С. 62–66.
11. Творогова, Н.Д. Клиническая психология: энциклопедический словарь / под общ. ред. проф. Н.Д. Твороговой. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Практическая медицина, 2016. – 608 с.
12. Творогова, Н.Д. Психология: учеб. / Н.Д. Творогова. – Москва: Медицинское информационное агентство, 2020. – 664 с.
13. Тюльпин, Ю.Г. Медицинская психология: Учебная литература для студентов медицинских вузов / Ю.Г. Тюльпин. – Москва: Медицина, 2004. – 179 с.
14. Франкл, В. Сказать жизни: «Да!»: психолог в концлагере / Пер. с нем. – Москва: Альпина Нон-фикшн, 2009. – 239 с.
15. Франкл, В. Человек в поисках смысла: сборник / Пер. с англ. и нем. Д.А. Леонтьева, М.П. Папуша, Е.В. Эйдмана. – Москва: Прогресс, 1990. – 368 с.: ил.

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ)

УДК 159.99

DOI 10.58551/24136522_2023_10_7_26

КОГНИТИВНАЯ ОБРАБОТКА ИНФОРМАЦИИ И ВИЗУАЛИЗАЦИЯ В РАБОТЕ С ТРЕВОЖНОСТЬЮ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ВЫСШЕГО ЗВЕНА

Бюндюгова Татьяна Вячеславовна

Доцент кафедры психологии и управления персоналом, кандидат психологических наук, доцент,

Южный университет (ИУБиП), г. Ростов-на-Дону

E-mail: tach_292@mail.ru

SPIN-код: 3786-5901

Холина Оксана Александровна

Заведующий кафедры психологии, кандидат психологических наук, доцент, Таганрогский институт им. А.П. Чехова, Таганрог

E-mail: xseny@mail.ru

SPIN-код: 3295-6599

В современной психологической теории и практике, взаимодействие человека и среды исследуется с позиции формирования его связей, интересов, привязанностей в ее рамках (коммуникативный и интерактивный аспекты взаимодействия со средой), с другой стороны, необходимо исследовать особенности восприятия информации, которые стимулируют «вписывание» считываемых образов во внутренний мир личности, их переработку и создание сложных мыслеформ, которые впоследствии направляют восприятие и концентрируют фокус внимания на определенных темах, информации в среде, что позже ведет к формированию и реализации паттернов поведения. Когнитивный синтез имеющегося опыта личности и воспринимаемого пространства объединяет отдельные субъективные воспринимаемые образы в некую структуру – сложную мыслеформу, которую человек наделяет качествами, смыслами, инструментальным содержанием, активно с ней мысленно взаимодействует и выражает ее во внешнем поведении.

Ключевые слова: когнитивная сфера, перцептивная сфера, образ, мыслеформы, визуализация, когнитивная обработка информации, тревожность, эмоциональный профиль.

COGNITIVE INFORMATION PROCESSING AND VISUALIZATION IN DEALING WITH THE ANXIETY OF SENIOR MANAGERS

Byundyugova Tatyana Vyacheslavovna

*Associate Professor of the Department of Psychology and Personnel Management,
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor*

Southern University (IMBL), Rostov-on-Don

E-mail: tach_29@mail.ru

Kholina Oksana Alexandrovna

*Head of the Department of Psychology, Candidate of Psychological Sciences, Associate
Professor, A.P. Chekhov Taganrog Institute, Taganrog*

E-mail: xseny@mail.ru

In modern psychological theory and practice, the interaction of a person and the environment is studied from the point of view of the formation of his connections, interests, attachments within its framework (communicative and interactive aspects of interaction with the environment), on the other hand, it is necessary to investigate the peculiarities of information perception, which stimulate the "inscribing" of readable images into the inner world of a personality, their processing and creation complex thought forms that subsequently direct perception and focus attention on certain topics, information in the environment, which later leads to the formation and implementation of patterns of behavior. The cognitive synthesis of the existing personal experience and perceived space combines individual subjective perceived images into a certain structure – a complex thought form that a person endows with qualities, meanings, instrumental content, actively interacts with it mentally and expresses it in external behavior.

Keywords: *cognitive sphere, perceptual sphere, image, thought forms, visualization, cognitive information processing, anxiety, emotional profile.*

Проблемы восприятия и переработки информации человеком, получаемой из внешней среды, были и остаются актуальными на протяжении достаточно долгого периода времени. Воспринимаемые и определенным образом структурируемые данные и информация из окружающей среды образуют систему и пространство интеракций личности с окружающими людьми, с собой, а также событиями, ситуациями, мероприятиями.

«Перцептивный слепок» внешней среды, сконструированный личностью на основе ее прошлого опыта и с учетом различных обстоятельств, позволяет ей адресно удовлетворять потребности, реализовывать интересы за счет направленного и строго управляемого потока осмысленных образов и образов бессознательных [1, 2].

Взаимодействие человека и среды включает несколько ключевых компонентов: организацию эффективного, удобного и простого пространства для работы с данными и информацией (предметный компонент); формирование устойчивых связей и каналов для передачи информации от субъекта к субъекту, удобных для восприятия (коммуникативный компонент); умения реализации различных действий в работе со средой (техничко-технологический компонент) [3].

Вся совокупность компонентов взаимодействия человека и среды, выражающаяся в его поведении, реализуется в субъект-субъектном или субъект-объектном формате. Система реализации поведения – это формат активности субъекта, который, помимо приобретенных в обычной среде в условиях социализации навыков, взаимодействует с учетом имеющихся и возникающих новых мыслепформ.

Можно выделить три ключевых уровня отражения, которые возникают в рамках психической активности и в последствии влияют на поведение и жизнедеятельность: первый уровень – сенсорно-перцептивный (первичные образы при взаимодействии с реальным миром), затем формируется уровень отдельных представлений (здесь впервые появляются вторичные образы – результат работы памяти и воображения), после этого появляется третий уровень – образы, которые появляются в результате познавательной активности, мыслительной функции (здесь появляются ассоциативные образы абстрактных понятий). Третий уровень – это уровень мыслеформ [4].

Среди актуальных тенденций восприятия информации человеком в рамках изучения конструкта «среда – личность» выделяют следующие:

- поиск выраженных взаимосвязей между формами коммуникации и аутокоммуникации в среде и рефлексией личности, ее самовосприятием;
- поиск технологий полного вовлечения человека в деятельность в рамках среды (снижение влияния клипового восприятия, высокой переключаемости внимания);
- поиск технологий снижения негативного воздействия на мозг технологий и виртуальной реальности;
- развитие взаимосвязей между культурными кодами, наследием человечества и формирующимися мирами с целью адаптации личности в новых фрагментарных условиях существования [5].

Большинство современных исследований посвящено внешне наблюдаемым психологическим явлениям и фактам. Помимо оценки результатов активности человека в среде, необходимо изучать и анализировать особенности обработки им информации, восприятия отдельных образов для понимания причин выбора им отдельных пространств и объектов пространства для взаимодействия и, в итоге, вписывания в свою картину мира, что далее будет детерминировать им выбор контента, стратегий поведения и коммуникации в среде. Поэтому один из ключевых моментов для изучения связан с анализом образов и собирающихся из них мыслеформ [6, 7].

Сложные мыслеформы являются базой для мысленной активности индивидуума, которая потом транслируется в реальное физическое пространство. Они возникают за счет использования механизмов:

- персонификации – когда отдельные ситуации, явления, события, объекты из пространства наделяются субъектными, личностными чертами, «очеловечиваются»;
- ценностной синхронизации – когда отдельные ситуации, явления, события, объекты из пространства совпадают с тем, что для человека важно и значимо;
- социальной идентификации – когда отдельные ситуации, явления, события, объекты из пространства кажутся человеку «такими же, как его» или «такими же, как он».

Системные мыслеформы становятся частью внутреннего мира личности, запоминаются или активно воздействуют на человека или используются им в реальном мире при условии, что:

- человек, активно взаимодействуя с различными образами, смог увидеть личностный рост, развитие, трансформации своего внутреннего мира, мотивов, эмоций, ценностей и т.д.;
- данные образы становятся неким «мостиком» между личностью и внешним миром, приводят к изменениям, например, взаимоотношений с собой или группой;
- данные образы стали частью коммуникации, взаимодействия с другими людьми, персонажами в сети [8].

Фокус современных научно-исследовательских работ направлен на анализ последствий самореализации личности в среде, в частности: особенности реализации его поведения – просоциальное или антисоциальное; влияние образов внешней и

внутренней среды на человека; возможности воздействия на его активность, деятельность и поведение; особенности коммуникации и самореализации личности в реальности. Особенно актуальными являются исследования в области проживания деструктивных эмоциональных состояний, в частности, тревожности. Особенно сильно тревожность влияет на профессиональную деятельность людей, которые занимают высокие должности в различных организациях [9].

Достаточно конструктивно снижение воздействия тревожности на функционирование личности возможно при использовании имагинативной терапии и визуализации в рамках других подходов.

Эмпирическое исследование основано на идее, систематизированной на основе идеи, что расширение и стабилизация эмоционального профиля, ряда личностных качеств и поведенческих проявлений руководителей возможны за счет повышения уровня их психологической культуры при адресном использовании визуализации [10, 11].

Исследование было реализовано с апреля по декабрь 2023 года. Выборка респондентов, являющихся руководителями высшего звена (заместители директоров, директора коммерческих организаций) включила 96 человек. Из них участниками программы использования визуализации в расширении и стабилизации эмоционального профиля, ряда личностных качеств и поведенческих проявлений стали 48 человек, а 48 человек стали участниками контрольной группы, которые в программе не участвовали, но также имели выраженный уровень тревожности и прочие параметры, которые были у респондентов в эмпирической группе.

База исследования: Южный университет (ИУБиП), Таганрогский институт им. А.П. Чехова.

Эмпирическое исследование состоит из ряда этапов:

1) Первый этап – описательный: а) оценка эмоционального профиля, ряда личностных качеств и поведенческих проявлений участников исследования; б) разделение участников исследования по группам рандомно – на контрольную и эмпирическую; в) выявление особенностей восприятия образа тревожности в контрольной и эмпирической группах до проведения программы с помощью подобранных ранее психодиагностических методик.

2) Второй этап – формирующий, проведение программы использования визуализации в расширении и стабилизации эмоционального профиля, ряда личностных качеств и поведенческих проявлений: а) разработка этапов и компонентов программы; б) реализация программы.

3) Третий этап – контрольный, – повторная диагностика в контрольной и эмпирической группах после проведения программы в эмпирической группе с помощью тех же методик, которые использовались на первом этапе.

Проведение исследования направлено на проверку гипотезы о том, что: эмоциональный профиль руководителей, участвующих в исследовании, характеризующийся высоким уровнем эмоционального дискомфорта; наличием астенического и фобического компонента тревожности; наличием тревожной оценки перспективы и высоким уровнем социальной защиты, а также высоким уровнем невротизации и психопатизации, агрессивности и конфликтности, наличием завышенного уровня притязаний и завышенной самооценки, – может быть стабилизирован за счет программы на основе использования визуализации.

96 респондентов, которые приняли участие были дифференцированы на две группы:

1) Эмпирическая группа – 48 человек – руководители высшего звена, со следующими гендерными характеристиками: 16 женщин (30%) и 32 мужчины (70%), в возрасте 28-39 лет.

2) Контрольная группа – 48 человек – руководители высшего звена, со следующими гендерными характеристиками: 16 женщин (30%) и 32 мужчины (70%), в возрасте 28-39 лет.

Сравнение эмоционального профиля, ряда личностных качеств и поведенческих проявлений руководителей до и после реализации программы позволяет изучить психологические факторы, которые влияют на развитие образа тревожности, снижающей вероятность рецидива ее интенсивного проявления и описать возможности реализации различных психологических практик и техник для работы с руководителями.

Диагностика на констатирующем и завершающем этапе была реализована с помощью следующих методик: «Интегративный тест тревожности» Бизюка А.П., Вассермана Л.И., Иовлева Б.В., методика «Уровень невротизации и психопатизации», методика «Личностная агрессивность и конфликтность» (Е.П. Ильин, П.А. Ковалев), методика изучения самооценки (Дембо-Рубинштейн, модификация А.М. Прихожан).

Методы статистики: U-критерий Манна-Уитни для сравнения групп.

Программа использования визуализации в расширении и стабилизации эмоционального профиля, ряда личностных качеств и поведенческих проявлений направлена на:

- развитие аналитических навыков оценки своей работы, личных ценностей и позиций, последствий всех принятых решений в рамках психологических и морально-этических аспектов;

- максимальное вовлечение в упражнения и игры, которые повышают уровень социально-психологической адаптированности, корректируют самооценку и уровень притязаний;

- развитие навыков снижения уровня конфликтности, повышение уровня позитивного реагирования на разные ситуации;

- формирование системы более развитой и разнообразной мотивации, которая позволяет конструктивно планировать будущее и проявлять интерес.

Программа основана на технологиях и идеях когнитивно-имагитивного подхода, состоит из модулей, которые представлены в таблице 1.

Таблица 1

Тематика, цели и задачи программы использования визуализации в расширении и стабилизации эмоционального профиля, ряда личностных качеств и поведенческих проявлений

№	Тема занятий	Цели занятий	Задачи занятий
1	Занятие-введение	Введение в реализуемую программу, формирование групп, объяснение целей.	Информирование о содержании занятий программы. Знакомство с основными понятиями. Отработка правил, сплочение команды, создание позитивного настроения.
2	Работа с эмоциями и чувствами	Отработка участниками эффективных навыков в реализации самоконтроля и оценки эмоционального состояния для принятия решений.	Определение эмоциональных состояний. Отработка навыка использования эмоциональных состояний для принятия решений. Обучение методам самоконтроля и оценке эмоционального состояния. Создание позитивного настроения.
3	Принимаем нужные решения: «За» и «Против»	Формирование системы ценностных ориентаций и мотивов, которые позволяют осознать риски и не поддаваться давлению окружающих	Оценка возможного воздействия на свою деятельность и активность со стороны ближайшего окружения. Развитие умения анализировать опасность и негатив в поведении окружающих. Отработка навыков оценки своих действий. Создание позитивного настроения.

4	Определяем риски, их мотивы и их последствия	Обучение участников определению ситуаций разной степени риска и их возможных следствий, разработка алгоритма выхода из таких ситуаций	Формирование навыка определения рисков в ситуациях. Информирование участников о способах противодействия негативным групповым влияниям. Формирование навыков по выходу из рискованных ситуаций. Создание позитивного настроения.
5	Решаем конфликты конструктивно	Отработка участниками навыков по эффективному самоконтролю и выходу из конфликтов	Информирование участников о причинах конфликтов. Формирование навыков и умений по предотвращению и разрешению конфликтов. Создание позитивного настроения.

Источник: составлено автором на основе полученных данных

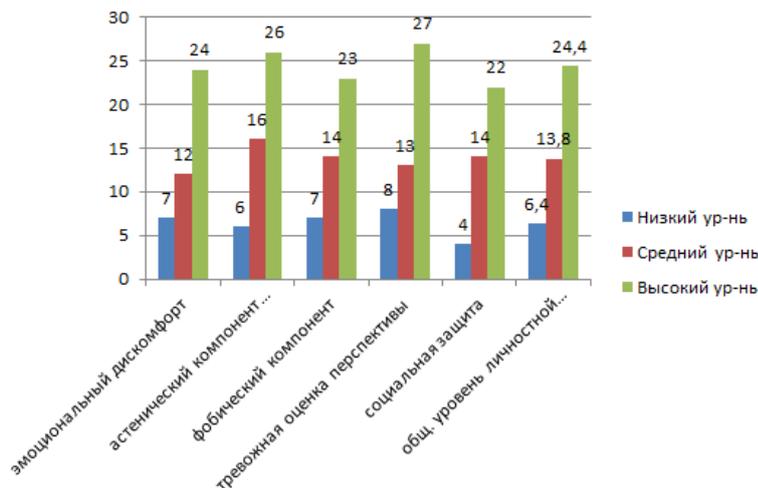
Работа по программе использования визуализации в расширении и стабилизации эмоционального профиля, ряда личностных качеств и поведенческих проявлений включает набор разнообразных приемов и методов, которые позволят реализовать все перечисленные выше условия. Сюда входят: упражнения на саморефлексию в формате визуализации и интеллект-карт, психогимнастика в формате визуализаций, мини-лекции с использованием инфографики и картинок, различные дискуссии, ролевые и деловые игры обязательно с использованием метафор и работы с образами, анализ различных кейсов, техники снятия эмоционального напряжения, техники прогнозирования и анализа различных последствий с использованием образа желаемого будущего.

Алгоритм программы чередует индивидуальные задания и решение задач с целью развития навыков рефлексии и прогнозирования, а также групповую работу для максимального поиска конструктивных решений, ощущения поддержки группы и развития навыков общения, взаимодействия. Каждое занятие содержит отработку техник на работу с эмоциями в визуальном формате. Много техник и задач сопровождалось использованием психотехники «визуальное представление будущего», что позволяло более четко представлять свою траекторию изменений и развития и снижать тревожность по этому поводу. Все это позволяет повышать уровень социально-психологической адаптации, веру в собственные силы и ощущение, что будущее зависит от самих участников. Игровой формат работы ориентирован на развитие навыков наблюдательности, эмпатии, социального интеллекта и способов эффективного взаимодействия. Групповые дискуссии и мозговой штурм позволяют научиться на анализ информации, ее критическое осмысление и попытку понять последствия и результаты поступков и поведения. В рамках выполнения любых заданий участники постоянно менялись местами, что позволило лучше почувствовать себя на месте другого человека, понять ход его мыслей и рассуждений.

В программе 5 тем для работы, которые реализуются в рамках 20 последовательных занятий в формате групповой и индивидуальной работы с руководителями на каждую тему – 4 занятия.

В рамках констатирующего этапа был проведен ряд диагностических мероприятий. Были определены особенности эмоциональной сферы и ряд личностных особенностей участников.

Изучение личностной и ситуативной тревожности с помощью методики «Интегративный тест тревожности» Бизюка А.П., Вассермана Л.И., Иовлева Б.В., показало, что низкий уровень личностной тревожности выше, чем ситуативной; на среднем уровне личностная тревожность также встречается чаще, а высокий уровень больше представлен в ситуативном плане, нежели в личностном. Это верно, как для эмпирической, так и для контрольной группы. Шкалы личностной тревожности представлены на рисунке 1.



Источник: составлено автором на основе полученных данных

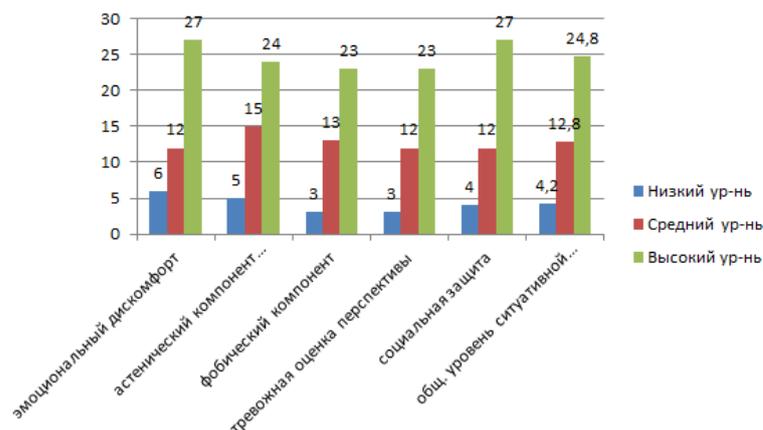
Рисунок 1 – Уровни выраженности шкал личностной тревожности, ср. балл

По данным рисунка 1 можно описать особенности личностной тревожности. В 62% случаев наиболее слабо представлен низкий уровень чувства неясной угрозы, невысокий уровень личностной неуверенности, невыраженное ощущение беспомощности, это низкий уровень выраженности фобического компонента личностной тревожности. Участники исследования, в целом, достаточно просто могут назвать причину своей тревожности, ощущение страха в хронической форме из-за изменения внутреннего состояния или изменения (как правило, ухудшения) внешней ситуации.

Почти все шкалы представлены на среднем уровне, но наиболее представлена социальная защита (34%), что говорит о проявлении тревожности, когда нужно устанавливать контакт, особенно с незнакомым человеком, социальное окружение и среда рассматриваются, скорее, как потенциальная угроза, способ повысить неуверенность в себе, нежели как возможность. 72% руководителей сильно тревожатся при оценке перспективы, что связано не с текущими процессами, а систематические переживания и тревога по поводу будущего, связаны с эмоциональной чувствительностью.

На высоком уровне находятся астенический компонент и тревожная оценка перспективы, на среднем уровне – эмоциональный дискомфорт и социальная защита, а на низком уровне больше всего представлен фобический компонент. Астения говорит о выраженной усталости, утомляемости, различных формах бессонницы, пассивности, а поскольку он выражен в рамках личностной тревожности, то использование визуализации в рамках коррекции тревожности становится актуальным. Все это можно объяснить отношением к работе, восприятием ситуации проверки качества работы в общей, а также уровнем владения профессиональными знаниями. Также тревожность связана с общим ростом требований к функционалу руководителя, а также ростом конкурентоспособности среди коллег в процессе работы.

Далее рассмотрим отдельные шкалы и уровни их выраженности у студентов в рамках ситуативной тревожности. Шкалы ситуативной тревожности представлены на рисунке 2.



Источник: составлено автором на основе полученных данных

Рисунок 2 – Уровни выраженности шкал ситуативной тревожности

По данным можно говорить о том, что также как и в случае с личностной тревожностью, фобический компонент представлен меньше всего (59%). На среднем уровне выражен эмоциональный дискомфорт (40%), социальная защита (40%), на высоком уровне выражены астенический компонент тревожности (60%) и тревожная оценка перспективы (74%). Таким образом, большинство руководителей проецируют свои страхи не на текущие процессы, а систематические переживают и тревожатся по поводу будущего, что связано с эмоциональной чувствительностью как в личностной, так и в ситуативной форме.

Оценки невротизации и психопатизации представлено в таблице.

Таблица 2

Невротизация и психопатизация в эмпирической группе

Шкала	Т-балл
Уровень невротизации	- 7,2
Уровень психопатизации	- 4,5

Источник: составлено автором на основе полученных данных

В эмпирической группе степень проявления невротизации достаточно высокая, что характеризует руководителей как возбудимых, с ярко выраженными негативными переживаниями – растерянностью, тревожностью, постоянной напряженностью. Высокий уровень отсутствия инициативности проявляется из-за отсутствия удовлетворенности потребностей, ощущения радости жизни. У них также выражен эгоцентризм, который связан с фокусом на астенических переживаниях, неприятных и болевых ощущениях, постоянном беспокойстве из-за собственных недостатков. Все это приводит к трудностям коммуникации, застенчивости, робости. Также респонденты данной группы характеризуются высоким уровнем психопатизации – им свойственно легкомысленное поведение, незмпатичное отношение к окружающим, упрямство и борьба в межличностном взаимодействии. Они легко могут нарушать нормы морали, их поступки импульсивны и могут быть непредсказуемы, они провоцируют возникновение конфликтов, противостояния в отношениях с окружающими.

По методике «Личностная агрессивность и конфликтность» были выделены склонности эмпирической группы (таблица 3).

Таблица 3

**Оценка склонности респондентов к конфликтности и агрессивности
в эмпирической группе**

Шкала	Ср. балл
Выраженный уровень вспыльчивости	4,8
Повышенная наступательность во взаимодействии	3,9
Высокий уровень обидчивости	6,7
Высокий уровень неуступчивости во взаимодействии	3,3
Бескомпромиссное поведение	6,4
Повышенный уровень мстительности	5,8
Нетерпимое отношение к мнению окружающих	7,2
Повышенная подозрительность	7,3

Источник: составлено автором на основе полученных данных

Суммарный показатель позитивной агрессивности субъекта (5,5 баллов) – средний, негативной агрессивности субъекта (12,8 баллов) – высокий, показатель конфликтности – средний (5,4 балла). В целом, конфликтность на среднем уровне, агрессивность – выше среднего.

Результаты по методике исследования самооценки и уровня притязаний представлены ниже (таблица 4).

Таблица 4

**Оценка выраженности уровня притязаний
и самооценки в эмпирической группе (% респ., ср. балл)**

Параметр	низкий	средний	высокий	очень высокий
Уровень притязаний	39% (53)	12% (73)	7% (85)	44% (95)
Уровень самооценки	48% (38)	10% (54)	13% (63)	29% (81)

Источник: составлено автором на основе полученных данных

Есть умеренная разница между уровнем притязаний и уровнем самооценки. Испытуемые ставят задачи, которые могут достичь, относительно реально смотрят на вещи. В 44% результат диагностики показал нереалистичное, некритическое отношение руководителей к собственным возможностям. В 39% случаев результат показал заниженный уровень притязаний, что говорит о неблагоприятном развитии личности.

В 29% случаев у руководителей самооценка имеет завышенный уровень, что говорит о выраженных отклонениях в развитии личности. Все это говорит о низком уровне личностной зрелости, постоянных попытках сравнить себя с окружающими, показывает диспропорции в личностном росте, они не склонны проживать новый опыт, у них низкий уровень проживания своих неудач, трудностей, критике окружающих. 48% осужденных по статье за распространение наркотических средств имеют низкую самооценку.

В общем можно говорить, что самооценка и уровень притязаний в группе респондентов сильно завышены или занижены.

Таким образом, был выделен ряд особенностей эмоционального профиля, личностных качеств и поведенческих проявлений, которые составили профиль руководителей.

Для сравнительного анализа были опрошены 48 человек, не принимавших участие в программе. С помощью U-критерия Манна-Уитни были выявлены различия

между руководителями, которые принимали и не принимали участие в программе. Данные о выраженности значимых различий представлены в таблице ниже (таблица 5).

Таблица 5

Статистически значимые различия между руководителями, которые принимали и не принимали участие в программе

Шкала	Значение критерия
низкий волевой контроль эмоций	Uэмп = 0,129 (p=0,05)
невротизация	Uэмп = 0,122 (p=0,01)
психопатизация	Uэмп = 0,141 (p=0,01)
негативная агрессивность	Uэмп = 0,127 (p=0,05)
позитивная агрессивность	Uэмп = 0,138 (p=0,01)
конфликтность	Uэмп = 0,113 (p=0,05)
завышенный уровень притязаний	Uэмп = 0,122 (p=0,05)
завышенная самооценка	Uэмп = 0,176 (p=0,01)
эмоциональный дискомфорт	Uэмп = 0,129 (p=0,01)
астенический компонент тревожности	Uэмп = 0,127 (p=0,05)
фобический компонент	Uэмп = 0,139 (p=0,01)
тревожная оценка перспективы	Uэмп = 0,113 (p=0,05)
социальная защита	Uэмп = 0,137 (p=0,05)
общ. уровень личностной тревожности	Uэмп = 0,129 (p=0,01)

Источник: составлено автором на основе полученных данных

Данные таблицы 5 показали, что эмоциональный профиль, личностные качества и поведенческие проявления руководителей, которые принимали и не принимали участие в программе, различаются по следующим параметрам: низкий волевой контроль эмоций, невротизация, психопатизация, негативная агрессивность, позитивная агрессивность, конфликтность, завышенный уровень притязаний, завышенная самооценка, оценка перспективы с позиций тревожности, астения, фобический компонент, высокий уровень проявления социальной защиты и уровня тревожности в целом.

Можно говорить, что ключевые параметры связаны с различиями по эмоциональным проявлениям и особенностям поведения, связанным с отношением руководителей к себе, к возможностям, будущему, к построению системы взаимоотношений с другими людьми.

Полученные данные подтвердили сформулированную ранее гипотезу.

В целом, полученный профиль руководителей может быть описан следующим образом:

- высокий уровень астенического, фобического компонентов тревожности, высокий уровень тревожной оценки перспективы, высокий уровень социальной защиты, общий уровень личностной тревожности;
- высокий уровень невротизации и психопатизации – выше среднего;
- средний уровень позитивной агрессивности, высокий уровень негативной агрессивности, средний показатель конфликтности;
- завышенным или заниженным уровнем притязаний и самооценкой, и умеренной разницей между ними.

После апробации программы все перечисленные параметры были измерены еще раз и с помощью Т-критерия, среди значимых различий выявлено:

- снижение невротизации (tэмп – 0,229) и психопатизации (tэмп – 0,264);
- снижение конфликтности (tэмп – 0,222) и негативной агрессивности (tэмп – 0,283);

– снижение общего уровня личностной тревожности (тэмп – 0,214), а также фобического (тэмп – 0,259), астенического компонентов (тэмп – 0,201), уровня оценки перспектив (тэмп – 0,205), уровня социальной защиты (тэмп – 0,218).

Все данные значимы на уровне 0,01.

Таким образом, использование визуализации в работе с треваемостью, агрессивностью, конфликтностью, невротизацией и психопатизацией руководителей высшего звена является эффективным.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абросимова Ю.А. Истории, меняющие жизнь. Практикум создания и использования гипнотических метафор. – Саратов: Техно-Декор, 2014. – 320 с.
2. Огинская М.М., Розин М.В. Мифы психотерапии и их функции // Вопросы психологии. 1991. – № 4. – С. 49-56.
3. Василькова В.В. Порядок и хаос в развитии социальных систем. – СПб.: Лань, 1999. – 376 с.
4. Бойз Дж., Гельмут К. Гипнотерапия. Практическое руководство. – М.: ПСИ, 2023. – 338 с.
5. Кроль Л.М. Образы и метафоры в интегративной гипнотерапии. – М.: Класс, 1999. – 128 с.
6. Нойманн Э. Происхождение и развитие сознания. – М.: «Рефл-бук», 1998. – 234 с.
7. Орлов А.Б. Психология личности и сущности человека. Парадигмы, проекции, практики. – М.: Академия, 2002. – 272 с.
8. Барке У., Нор К. Кататимно-имагинативная психотерапия: учеб. пособие по работе с имагинациями в психодинамической психотерапии. – М.: Когито-Центр, 2019. – 397 с.
9. Киричкова М.Е., Краснощеченко И.П. Образная сфера психики как фокус работы с проблемами клиента в психотерапевтической практике с позиции разных подходов // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. – Т. 26, № 2. – С. 100-106. DOI 10.34216/20731426-2020-26-2-100-106.
10. Гагин Т., Уколов С. Новый код НЛП, или Великий канцлер желает познакомиться. – М.: Ин-т психотерапии, 2011. – 248 с.
11. Коннер Р. Рамочные метафоры в транссе. – Ростов-н/Д: Феникс, 2009. – 46 с.

УДК 159.923

DOI 10.58551/24136522_2023_10_7_37

ОБРАЗ БУДУЩЕГО В КОНТЕКСТЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ У КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ ВУЗОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ

Головань Сергей Анатольевич

*Профессор кафедры связи №2, кандидат философских наук,
Южный федеральный университет*

E-mail: gsa@sfedu.ru

Закурдаев Глеб Борисович

*аспирант кафедры общей и педагогической психологии,
Академия Психологии и педагогики,
Южный Федеральный Университет,*

E-mail: gleb.zakurdaev@yandex.ru

Ковтун Валерия Евгеньевна

*аспирант кафедры общей и педагогической психологии,
Академия Психологии и педагогики,
Южный Федеральный Университет,*

E-mail: kovtun_v.e@mail.ru

В данной статье рассматривается важность формирования образа профессионального будущего в контексте общего образа будущего у курсантов в процессе вузовской подготовки. Рассматриваются подходы отечественных и зарубежных ученых к интерпретации терминов «образ будущего» и «временная перспектива». Авторами были исследованы особенности пребывания курсантов в военных учреждениях в процессе получения профессиональных знаний. Показаны различия в условиях обучения курсантов и студентов гражданских вузов, оказывающие влияние на формирование образа будущего. Раскрыты некоторые аспекты, связанные с формированием образа профессионального будущего у курсантов.

Ключевые слова: *образ будущего, образ будущего курсантов, образ профессионального будущего, временная перспектива, жизненный сценарий личности, профессиональное самоопределение.*

IMAGE OF THE FUTURE IN THE CONTEXT OF PROFESSIONAL SELF-DETERMINATION IN MILITARY UNIVERSITY CADETS DURING THE TRAINING PROCESS

Golovan Sergey Anatolievich

*Professor of the Department of Communications No. 2,
candidate of philosophical sciences,
South Federal University*

E-mail: gsa@sfedu.ru

Zakurdaev Gleb Borisovich

postgraduate student of the Department of General and Educational Psychology,
Academy of Psychology and Pedagogy,
South Federal University,
E-mail: gleb.zakurdaev@yandex.ru

Kovtun Valeria Evgenievna

postgraduate student of the Department of General and Educational Psychology,
Academy of Psychology and Pedagogy,
South Federal University,
E-mail: kovtun_v.e@mail.ru

This article discusses the importance of forming an image of a professional future in the context of a general image of the future among cadets in the process of university training. The approaches of domestic and foreign scientists to the interpretation of the terms “image of the future” and “time perspective” are considered. The authors examined the features of cadets’ stay in military institutions in the process of acquiring professional knowledge. The differences in the learning conditions of cadets and students of civilian universities are shown, which influence the formation of the image of the future. Some aspects related to the formation of the image of the professional future among cadets are revealed.

Keywords: *image of the future, image of the future of cadets, image of the professional future, time perspective, personal life scenario, professional self-determination.*

Проблема образа будущего включена в фокус исследовательского интереса как зарубежных, так и отечественных ученых (Башкова С.А., Гостев А.А., Зейгарник, Б.В., Канищева М. А., Коттл Т.Д, Кроник, Д.А. Леонтьев, А.А., Ломов Б. Ф., Сурков Е. Н., Реруш, Л. А., Родина, Е. М, Франкл В. и др.).

Несмотря на разность в подходах к пониманию этого вопроса, данная тема не теряет своей актуальности в контексте изучения образа Я. В целом ряде исследований рассматривались различные аспекты изучения образа будущего у различных категорий испытуемых, наименее изученными в данном контексте являются курсанты военных вузов.

В психологических исследованиях можно встретить различные термины, описывающих представления человека о своем будущем: жизненные планы, жизненная перспектива, образ будущего, жизненная программа и др. Создание образа будущего, планирование своего профессионального будущего тесно связано с системой обучения. В связи с этим актуальным становится изучение мотивов, представлений и ожиданий у курсантов, обучающихся в специализированных учебных заведениях.

Подчеркивая важность будущего в жизни и развитии человека, В. Франкл писал, что «без фиксированной точки отсчета в будущем человек... не может существовать. Обычно все настоящее структурируется исходя из него, ориентируясь на него... и, наоборот, с утратой человеком «своего будущего» утрачивает всю структуру его внутренний временной план, переживание им времени. Возникает бездумное наличное существование» [17].

Анализируя будущее как психологическое понятие, Л. А. Реруш определяет его как «своеобразное психологическое образование, результат внутренней работы личности, направленной на создание непрерывности личной истории, целостности «Я», перспективы жизненного пути» [15].

А.А. Кроник считает, что образ будущего формируется на основании переживаний сопутствующих событий в жизни человека [8].

Согласно А.А. Гостеву, образ будущего представляет собой мысленный образ, функционирующий в роли эталона, структурируя беспорядочные символы и обеспечивая отбор необходимой информации [4].

Б.Ф. Ломов и Е.Н. Сурков считают, что в основе образа будущего лежит механизм принятия решений с определенным временно-пространственным убеждением в отношении ожидаемых событий, антиципации [10].

Исследуемый "образ будущего" представляет собой результат психической работы, связанной с антиципацией и опережающим отражением. Однако исследователи данных феноменов чаще рассматривают только процесс и реже – результат такого отражения. В свою очередь, исследователи образа будущего редко интересуются психическими механизмами создания этого образа, сконцентрировавшись на самом конечном результате – его представлении в психике, связанной с предвосхищением будущего. По сути, эти два направления исследования психологического будущего – процесса (исследование антиципации и опережающего отражения во всех его формах) и результата (психический образ, образ будущего, представления о будущем и т.д.). Кроме того, изучение временной перспективы также тесно связано с рассматриваемой проблематикой.

Т.Коттл определяет временную перспективу как «способность личности действовать в настоящем в свете предвидения сравнительно отдаленных будущих событий» [8].

И.Наттин пишет о том, что «в общем смысле будущая временная перспектива – это временной порядок ожидаемых личностью в будущем событий» [3].

Согласно К. Левину: «Временная перспектива – это и есть включение будущего и прошлого, реального и идеального плана жизни в план данного момента» [6].

Увеличение длительности периода от момента планирования цели до ее достижения, негативно влияет на твердость человека реализовать ее в полной мере. Чем дальше цель, тем ниже уровень волевых усилий и мотивации у субъекта. Исходя из этого, результативнее устанавливать промежуточные, более краткосрочные цели, которые служат в качестве промежуточных этапов к основной цели.

Люди с более длительной временной перспективой, с более детализированной последовательностью промежуточных целей, будут более постоянны в своем стремлении к достижению и получают больше удовольствия от процесса достижения цели по сравнению с теми, у кого короткая временная перспектива будущего, не разделенная на промежуточные задачи.

Э. Бёрн для обозначения психологического будущего прибегает к понятию «жизненный сценарий личности» – это не всегда полностью осознаваемый план своей жизни, в котором человек отделяет определенные отрезки своей жизни, наполняя их различными событиями, взаимодействиями или, так называемыми, играми [2].

Можно выделить три типа жизненного сценария:

1) «Сценарий победителя» – выполнение поставленной цели, которая преобразует жизнь субъекта к лучшему.

2) «Сценарий побеждённого» – недостижение человеком поставленной им цели.

3) «Сценарий не-победителя» или, иначе говоря, «Банальный сценарий» – «золотая середина», выражающаяся в рутинной деятельности человека, при этом выигрывает и существенно не проигрывает.

Еще один исследователь в области исследования образа будущего – З. Залески – представляет понятие «личное будущее», под которым подразумевает «способность прогнозировать и предвосхищать будущие события, строить планы разного уровня срочности и ориентироваться в своих возможностях» [11].

С.А. Башкова приходит к выводу, что выстроенные представления о будущем являются показателем личностной и социальной зрелости человека [1].

К.П. Обуховский полагает, что только исполнение задач будущего может помочь развитию личности. [12]. Ограничиваясь задачами только настоящего, у человека

происходит обеднение психологической организации личности, так как жизненные цели, касающиеся только настоящего, не задействуют в мышлении человека многие важные процессы, помогающие в становлении личности.

Многие ученые (А. Адлер, Н.Н. Толстых, Б.С. Украинцев, И.Г. Дубов и др.) определяют образ будущего посредством категории жизненных целей. Отмечается, что через цель прогнозируется будущее, к которому стремится человек. Как и всякий прогноз, цель, будучи направленной на будущее, вместе с тем обусловлена прошлым. Цель всегда возникает на основе уже достигнутого в прошлом уровня овладения деятельностью.

Отдельного внимания в рамках данной работы заслуживают исследования образа будущего у обучающихся в вузе, т. е. у молодых людей, еще только занимающихся освоением своей профессии.

Студенческий возраст является особенным с точки зрения проблемы построения образа будущего. Так, по мнению Е. М. Родиной, «личность проживает особую социальную ситуацию развития, в которой активно формируются намерения, связанные с профессиональной и личностной самореализацией в будущем, поэтому все сознание в этот период обращено в будущее, а формирование временной перспективы является основной сферой, в которой происходит личностное развитие» [16].

Многие исследователи обращают внимание на то, что в этот, особый для человека, период идет интенсивное создание образа будущего и профессиональное образование выступает в этом процессе важнейшим фактором.

Исследования М. А. Канищевой были посвящены анализу специфики образа будущего у студентов. Она полагает, что образ будущего у студентов является фундаментальной сферой формирования их личности. Он включает в себя пространственно-временной компонент, который обозначает охват пространственных параметров, организованность и временные рамки, а также ценностно-смысловой компонент, содержащий осмысленность, определение ценностей, эмоциональную окраску и личностное самовыражение [7].

Однако стоит отметить, что условия обучения в военных вузах значительно отличаются от условий обучения в гражданских вузах. Это связано прежде всего с тем, что приём в военные образовательные организации Министерства обороны Российской Федерации включает в себя комплекс мероприятий по отбору кандидатов на обучение, соответствующих требованиям, установленным законодательством Российской Федерации и приказами Министра обороны Российской Федерации, а также определению их способности осваивать профессиональные образовательные программы соответствующего уровня.

Обучение военной профессии ведется в режиме социальной изоляции, которая объективно обусловлена спецификой военно-профессиональной деятельности. В условиях строгой дисциплины, сплоченности курсанты выполняют все обязанности военной службы, предписанные уставами, распорядком дня и программой обучения.

Строгий административный порядок жизни курсантов военного вуза не позволяет им изменить ход их жизнедеятельности. Он четко регламентирует все социальные практики, осуществляемые на территории военного института. Такая регламентация касается всех сфер жизнедеятельности. Например, в Федеральном государственном казенном военном профессиональном образовательном учреждении «183 учебный центр» (г. Ростов-на Дону), согласно установленному расписанию, обучающиеся встают в 6:00 и ложатся строго в 22:00. При этом «Время для личных потребностей» ограничено 20 минутами. Таким образом, у курсанта согласно данному порядку возможности проявления свободы действий.

Эти и другие факторы оказывают значительное влияние на формирование у курсантов как образа будущего, в целом, так и образа профессионального будущего, в частности.

Плотников С.Л., Асатов И.А., Яцук К.В. занимались изучением мотивов, представлений и ожиданий, связанных с военной сферой курсантов разных курсов. В процессе своих исследований авторы отметили, что студенты первого курса стремятся создать образ "Я", а вместе с ним и образ будущего, который соответствует идеалу воина-героя. Курсанты, завершающие обучение, в свою очередь, более рационально относятся к военной службе, сдержаны в отношении внешних атрибутов службы и критически оценивают уровень полученных знаний в период получения знаний [14].

В то же время, студенты первого курса естественно проявляют большую тревогу в отношении своего профессионального будущего. Каждый аспект дальнейшей военной службы вызывает большее беспокойство у студентов первого курса, чем у студентов пятого курса. Одной из ключевых особенностей первокурсников является ориентация на боевую составляющую военной службы, поэтому их тревожит недостаток техники и вооружения в воинских частях. У всех опрошенных студентов наибольшую тревогу вызывают неудовлетворительные условия проживания и быта в новом месте службы, а также отсутствие возможностей для профессионального роста, что может негативно сказаться на формировании необходимого образа будущего [14].

Проблема профессионального будущего изучается с позиций профессионализации, профессионального становления, самоопределения.

Исследуя профессиональное самоопределение личности, можно выделить некоторые компоненты: необходимость профессиональной подготовки, осознание ценности профессии, наличие резервных вариантов работы, прогнозирование целей трудовой деятельности и др. Профессиональное самоопределение не завершается выбором учебного заведения. В процессе обучения в вузе обучающийся продолжает размышлять о выбранном пути и, при необходимости, корректировать его.

Проводя исследование курсантов в процессе вузовской подготовки А.В. Кузнецов пришел к выводу, что, некоторыми из целей при формировании образа их профессионального будущего могут служить:

1. Работа по специальности служит одним из наиболее распространенных элементов, который определяет образ профессионального будущего, – это характеристика "Я-профессиональное". Чаще сначала указывается намерение человека по поводу того, кем бы он хотел работать. В большинстве случаев это связано с определенной профессией или областью специализации. Когда сопоставляются эти намерения с направлением обучения, который выбрал курсант на момент рассмотрения его будущего, можно определить, соответствует ли его видение себя в профессиональном будущем той профессии, в которой он сейчас обучается.

2. Конкретное представление о профессии является важным фактором при формировании профессионального будущего. Они свидетельствуют о сформированном профессиональном самосознании и зрелом представлении будущей специализации.

3. Реализация профессиональных ценностей в контексте формирования образа профессионального будущего у курсанта во время профессионального становления играет значимую роль в формировании образа профессионального будущего. Содержание этого элемента включает в себя упоминание о развитии и реализации профессиональных ценностей, например, таких как: ответственность за подчиненных, патриотизм. Наличие данных ценностей указывает на высокий уровень профессионального самосознания у обучающихся, а также сформированном представлении о профессии.

4. Выраженные карьерные цели также должны присутствовать в образе профессионального будущего у курсантов. Это может быть явное указание на карьерные планы, стремление к успеху и продвижению по служебной лестнице.

5. Планирование получения второго высшего образования также может быть включено в образ профессионального будущего.

6. Желание продолжать обучение в рамках выбранной профессии после завершения текущего высшего образования также может быть отмечено в образе профессионального будущего. Например, выпускники военных вузов могут

стремиться продолжить обучение в других вузах для дальнейшего профессионального совершенствования.

7. Семья и другие сферы жизни имеют важное значение в формировании образа профессионального будущего. Наличие этого элемента может указывать на смысловую связь профессиональной и других важных сфер жизни, без которых испытуемый не мыслит ни профессионального, никакого будущего вообще. Семья оказывает огромное влияние на формирование личности и выполнение профессиональных обязанностей. Она создает эмоциональную атмосферу, которая помогает сохранять необходимые военному качества. В семейной среде курсант может получать поддержку профессиональной деятельности[9].

Завершая исследование проблемы образа будущего в контексте профессионального будущего у курсантов в процессе вузовской подготовки, стоит отметить, что образ будущего представляет собой мысленный образ, функционирующий в роли эталона, структурируя беспорядочные символы и обеспечивая отбор необходимой информации.

Исследуемый "образ будущего" представляет собой результат психической работы, связанной с антиципацией и временной перспективой. Выстроенные представления о будущем являются показателем личностной и социальной зрелости человека. Многие исследователи обращают внимание на то, что в период освоения профессии у человека идет интенсивное создание образа будущего и образа профессионального будущего.

Став курсантом, молодой человек предопределяет многое в своей последующей жизни и эта определенность, знание общей цели и текущих задач структурируют поведение, организуют образ своего профессионального будущего, иерархизируют сферу мотивации и потребности. В период обучения у курсанта складывается «Я-образ» под воздействием социальных представлений о профессионально важных качествах военного профессионала.

Равнодушное отношение к грядущему, несформированность представлений или краткосрочная перспектива ожидаемого может негативно влиять на реализацию образа будущего у курсанта и сказываться на его профессиональном самоопределении.

Обладая более длительной временной перспективой, с более детализированной последовательностью промежуточных целей, курсанты будут более постоянны в своем стремлении к достижению и получают больше удовольствия от процесса достижения цели по сравнению с теми, у кого короткая временная перспектива будущего, не разделенная на промежуточные задачи.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Башкова С.А. Представления о будущем у старшеклассников больших и малых городов // Вестник Московского университета. – Серия 14. – Психология. – 1999. – №3. – С.84-89.
2. Бёрн Э. Люди, которые играют в игры [Текст] / Э. Бёрн. – М.: Эксмо, 2003. – 576 с.
3. Волков А.М., Микадзе Ю.В., Солнцева Г.Н. Деятельность: структура и регуляция. Психологический анализ. М.: Изд-во МГУ, 1987. 215 с
4. Гостев А.А. Образная сфера человека / Рос. акад. наук. Ин-т психологии, Всерос. н.-и. центр традиц. нар. медицины. – М.: Б. и., 1992. – 194с.
5. Дерябина А.С. Образ будущего в контексте гендерных различий: автореферат дис. ... кандидата психологических наук: 19.00.01; – Иркутск, 2019. – 185 с.
6. Зейгарник Б.В. Теория личности К.Левина / Б.В.Зейгарник. – М.: Изд-во МГУ, 1981. – 118с.
7. Канищева М. А. Особенности образа будущего у студентов с разным уровнем субъективного контроля дисс. ...канд. психол. наук: 19.00.03 / . – Белгород, 2016. – 190 с.

8. Коттл Ти Джей. Восприятие времени. Психологическое исследование с участием мужчин и женщин. – Нью-Йорк, 1974
9. Кроник А.А. Психологический возраст личности // Психология личности в трудах отечественных психологов / А.А. Кроник, Е.И. Головаха. – СПб.: Питер, 2000.
10. Кузнецов А.В. Психологические особенности формирования образа профессионального будущего курсантов-спортсменов войск национальной гвардии в процессе вузовской подготовки: автореф. т дис... кандидата психологических наук – Рязань, 2021 – 175 с.
11. Ломов Б. Ф., Сурков Е. Н. Антиципация в структуре деятельности. – М., 1980. – 279 с.
12. Марищук В. Л. Психологические основы формирования профессионально значимых качеств: автореф. дисс...докт. психол. наук: 19.00.03 – Л., 1982. – 36 с
13. Обуховский К. Психологическая теория строения и развития личности // Психология формирования и развития личности. – М.: Наука, 1981.-С. 45-66.
14. Панкратова И.А. Особенности образа карьеры государственных гражданских служащих: автореферат дис. ... кандидата психологических наук: – Ростов-на-Дону, 2008. – 215 с.
15. Плотников С.Л., Асатов И.А., Яцук К.В. основные ценности и установки, связанные с военной службой и военной карьерой курсантов ВУНЦ ВВС // «Апробация», 2016 г. № 10 (49), – С. 80-82
16. Регуш Л. А. Психология прогнозирования: успехи в познании будущего. – СПб.: Речь, 2003. – 352 с.
17. Родина, Е. М. Временная перспектива и профессионально-личностное саморазвитие студентов / Е. М. Родина // Социальная психология личности и акмеология: сб. ст. – М., 2014. – С. 136 – 143.
18. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник: Пер. с англ. и нем. / Общ. ред. Л. Я. Гозмана и Д. А. Леонтьева; вст. ст. Д. А. Леонтьева. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.

УДК 159

DOI 10.58551/24136522_2023_10_7_44

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ОБРАЗА БУДУЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ У ЛИЦ С РАЗНОЙ ФОРМОЙ СОЦИАЛЬНОЙ ИЗОЛЯЦИИ

Головань Сергей Анатольевич

Профессор кафедры связи №2, кандидат философских наук,
Южный федеральный университет

E-mail: gsa@sfedu.ru

Ковтун Валерия Евгеньевна

аспирант кафедры общей и педагогической психологии,
Академия Психологии и педагогики,
Южный Федеральный Университет,

E-mail: kovtun_v.e@mail.ru

Закурдаев Глеб Борисович

аспирант кафедры общей и педагогической психологии,
Академия Психологии и педагогики,
Южный Федеральный Университет,

E-mail: gleb.zakurdaev@yandex.ru

В статье исследуются особенности формирования образа будущего и профессиональных предпочтений у лиц с разной формой социальной изоляции. Образ будущего рассматривается как сложный психологический феномен, который формируется на основе взаимодействия различных факторов, таких как мировосприятие, мотивационные и коммуникативные черты. Раскрываются факторы, оказывающие влияние на формирование образа профессионального будущего личности. Описываются формы социальной изоляции, понимаемой как физическая и эмоциональная оторванность человека от общества. Исследуется влияние социальной изоляции на формирование образа будущего, в целом, и образа профессионального будущего, в частности, у студентов-психологов, курсантов военных вузов и лиц, отбывающих наказание в местах лишения свободы.

Ключевые слова: образ будущего, образ профессионального будущего, социальная изоляция, образ будущего студентов-психологов, образ будущего курсантов, образ будущего заключенных.

FEATURES OF FORMATION OF FUTURE IMAGE AND PROFESSIONAL PREFERENCES IN PERSONS WITH DIFFERENT FORMS OF SOCIAL ISOLATION

Golovan Sergey Anatolievich

Professor of the Department of Communications No. 2,
candidate of philosophical sciences,
South Federal University

E-mail: gsa@sfedu.ru

Kovtun Valeria Evgenievna

Postgraduate student of the Department of General and Educational Psychology,
Academy of Psychology and Pedagogy,
South Federal University

E-mail: kovtun_v.e@mail.ru

Zakurdaev Gleb Borisovich

Postgraduate student of the Department of General and Educational Psychology,
Academy of Psychology and Pedagogy,
South Federal University

E-mail: gleb.zakurdaev@yandex.ru

The article examines the features of the formation of the image of the future and professional preferences in people with different forms of social isolation. The image of the future is considered as a complex psychological phenomenon that is formed on the basis of the interaction of various factors, such as worldview, motivational and communicative traits. The factors influencing the formation of the image of a person's professional future are revealed. Forms of social isolation are described, understood as the physical and emotional isolation of a person from society. The influence of social isolation on the formation of the image of the future, in general, and the image of the professional future, in particular, among psychology students, cadets of military universities and persons serving sentences in prisons is investigated.

Keywords: *image of the future, image of the professional future, social isolation, image of the future of psychology students, image of the future of cadets, image of the future of prisoners.*

Процесс построения образа будущего и его значение для формирования дальнейшего профессионального пути человека неоднократно привлекал внимание психологов. В фокусе исследовательского интереса находятся особенности когнитивных и эмоциональных процессов, участвующих в создании образа. Важное значение имеет то, как люди планируют и достигают свои личные и профессиональные цели, какие стратегии используют, какие факторы способствуют или препятствуют достижению поставленных целей.

Различным аспектам проблематики будущего были посвящены исследования Братуся Б.С., Ипполитовой Е.А., Кузнецова А.В., Леонтьева Д. А., Шелобановой Е. В., Ральниковой И.А. и др.

В психологии рассмотрение образа будущего тесно связано с изучением способности к прогнозированию. Для того, чтобы более полно раскрыть эту мысль, необходимо рассмотреть ее через два важных аспекта. Во-первых, требуется тщательное изучение соотношения между формированием образа будущего как психического процесса, а также его связь с познанием и мышлением. В этом контексте ключевым в психологическом анализе создания образа будущего является понимание, как организованные знания и мыслительные действия субъекта формируют этот феномен. Во-вторых, необходимо выявить личностные особенности субъекта, которые оказывают влияние на формирование образа будущего в качестве составной части функционального механизма мышления.

С точки зрения А. Маслоу «зрелая личность должна обладать спонтанностью, способностью к экспрессии, незапланированностью, непроизвольностью, доверию, непредсказуемостью, творчеством и т.д. Соответственно жизненные цели и образ будущего должны включать в себя элементы неопределенности, а сама личность должна быть готова действовать в условиях неизвестности» [9].

К. Роджерс полагал, что люди – «единственные создания, которые реально могут осознать свое прошлое и настоящее, получая таким образом возможность выбирать свое будущее» [13]. Он считал, что поведение человека не хаотично, а имеет устремление вперед, то есть ориентировано на будущее.

В процессе формирования образа будущего выделяют 2 этапа: на первом этапе происходит создание первичного образа будущего, который включает в себя только общие черты, наполненные большой эмоциональностью, а на втором этапе формируется вторичный образ будущего, который наполнен деталями и оформлен в конкретную предметную форму [14].

Б.С. Братусь говорит о необходимости наличия у человека целостного образа будущего, который «поддерживается и живет в нем, с которым у него эмоциональная, теплая связь, в который – и иного слова не подобрать – он верит, часто несмотря на колебания, ослабление воли или разумные доводы, призывающие повременить или вовсе прекратить деятельность... мы привычно верим в свои завтра и послезавтра. И без этого остановилась бы жизнь» [2].

Ипполитова Е.А. считает, что «большое значение для выстраивания человеком образа своего будущего имеет специфика системы ценностных ориентаций, составляющих ядро жизненной перспективы» [3].

Таким образом, при всем многообразии подходов к описанию образа будущего по настоящее время нет единого подхода к рассмотрению данного феномена.

Исследуя образ будущего в контексте профессионального самоопределения, Д. А. Леонтьев отмечает, что «проектирование и конструирование возможных вариантов будущего базируется на сложных когнитивных процессах, которые требуют перспективного анализа множества факторов и последствий принятия решений» [8].

Е. А. Климов использует понятие образ мира будущей профессии как «важнейшую составляющую сознания и регулятор профессионального поведения, который опирается на профессионально-ориентированные смыслы, соединяющие личностные потребности человека с особенностями профессиональной среды» [4].

Образ профессионального будущего – это неотъемлемая часть общей картины о будущем. Он является представлением о возможном и желаемом сценарии будущего в профессиональной сфере жизни – детализированным, динамичным и внутренне согласованным. Одними из важнейших показателей этого образа являются:

- 1) Определенность – это основной фактор, выражающийся в ясности и четкости образа профессионального будущего;
- 2) Насыщенность образа профессионального будущего означает объем его представленности в сознании личности, количество событий, которые человек представляет в этом будущем;
- 3) Достижимость связана с уверенностью в том, что мы сами сможем достичь этого будущего;
- 4) Конкретность включает в себя наличие конкретных объектов, событий, названий, дат и т. д. в образе будущего;
- 5) Проспективность определяет временные характеристики этого будущего, последовательность события;
- 6) Целостность образа профессионального будущего обеспечивает внутреннюю согласованность, отсутствие противоречий в этой картине будущего.

Указанные характеристики помогают понять образ профессионального будущего и сфокусироваться на его достижении.

Важным аспектом также является то, что человек имеет социальную природу. Общество откладывает большой след на формировании у субъекта как образа профессионального будущего, так и образа будущего, в целом. Социальная изоляция – это состояние физической и эмоциональной оторванности человека от общества. Оно может произойти по разным причинам, в зависимости от формы отсутствия связи с привычной окружающей средой.

Формы социальной изоляции различны не только по степени ее жесткости, но и по тому, кто является ее инициатором. По этому признаку Кондратьев М.Ю. выделяет следующие формы изоляции:

- 1) Вынужденная изоляция. Возникает в силу сложившихся обстоятельств, не зависящих от человека или воли общества (например, заблудиться в лесу);
- 2) Принудительная изоляция. Применяется обществом сознательно, независимо от желания человека (помещение заключенных в исправительные учреждения);
- 3) Добровольная изоляция. Является личным выбором человека, напрямую не стимулируется требованиями социума (уход в монастырь, отшельничество);
- 4) Добровольно-вынужденная изоляция. Возникает при необходимости достижения какой-либо значимой для человека цели и связана с требованием резко ограничить контакты с привычным ранее окружением (обучение в военных училищах, учреждениях интернатного типа) [5].

Рассматривая образ будущего у категории лиц, имеющих разную категорию социальной изоляции, можно выявить некоторые особенности, влияющие на формирование данного образа. Например, студенты психологических вузов не имеют социальной изоляции. Они могут беспрепятственно взаимодействовать друг с другом, перемещаться по территории города и страны, выбирать товарища по общечитию, жить с семьей или самостоятельно. Л.И. Кунц, исследуя образ профессионального будущего у студентов-психологов, выяснила, что обучение в вузе, приобретение специальности наполняет конкретным содержанием образ профессии и накладывает отпечаток на образ-Я личности, способствуя развитию профессионального-Я. Так начинает складываться представление о себе как профессионале. Составляющие профессиональной направленности, такие как мотивационный, эмоциональный, когнитивный и др. компоненты оказывают влияние на специфику содержания образа будущей профессиональной деятельности. [7].

Представляя свою будущую профессиональную деятельность, студенты-психологи могут ее видеть как «образ-мечту» или как «образ-цель». Отличие между этими формами заключается в степени реалистичности. Так, «образ-мечта» характеризует себя неопределенным или расплывчатым представлением о профессии, часто не конкретизирована и не имеет четной структуры. «Образ-цель», напротив, наполнена более четко структурированными характеристиками, связана с прошлым, настоящим и будущим. Данная форма требует избирательного подхода к выбору средств достижения.

Отличаясь по своему отношению к будущей профессиональной деятельности, обе вышеупомянутые формы играют важную роль в постижении профессии и регулируют процесс профессионального самоопределения. Формирование образа будущего, определяющего вектор профессионального становления, может включать промежуточный этап в виде «образа-мечты», который в дальнейшем трансформируется в «образ-цель» при соответствии его с требованиями профессии. Для качественной саморегуляции в процессе освоения профессии необходимо иметь устойчиво сформированные образы ключевых условий и действий, составляющие программу для достижения цели, а также образы возможных результатов.

Студенты-психологи, воспринимающие образ будущей профессии через «образ-мечту», представляют осваиваемую профессию восторженно, недооценивая ее сложность и не беря во внимание высокий уровень ответственности в работе. Студенты-психологи, у которых формируется «образ-цель» более адекватно видят свою профессиональную деятельность.

Другая категория лиц, имеющая специфические особенности построения образа будущего, связанных в том числе с социальной изоляцией, – курсанты военных ВУЗов. Им присуща добровольно-вынужденная форма изоляции, которая возникает прежде всего из-за организационных аспектов службы и связана так же с жизнью в казармах, что предполагает длительное взаимодействие человека с одними и теми же

людьми в одном и том же помещении. Поэтому курсант вынужденно ограничен в своих социальных контактах, в отличие от студентов гражданских вузов, где студенты могут беспрепятственно коммуницировать друг с другом, выбирать товарища по общезнанию, жить с родителями или самостоятельно.

Также к сложностям при формировании образа будущего у курсантов можно отнести строгий нормированный график жизни во время обучения, особое внимание, которое уделяется дисциплине, четкости при выполнении приказов, жесткая субординация, повышенная ответственность перед Родиной – все это влияет на формирование образа профессионального будущего у курсанта.

А.В. Кузнецов, описывая образ профессионального будущего у курсантов, отмечал, что для подавляющего большинства курсантов профессиональное будущее представляется вполне определенным и не имеющим вариативности – работа строго по получаемой специальности, т. е. военная служба [6].

Факторами, определяющими формирование образа будущего у данной категории лиц можно являются следующие:

- 1) конкретные представления о профессии;
- 2) реализация профессиональных ценностей;
- 3) повышение уровня квалификации;
- 4) влияние семьи и окружения и др.

Кроме высокой определенности, образ профессионального будущего курсантов также имеет высокие оценки достижимости, т. е. уверенности в том, что прогнозируемое будущее будет достигнуто, а также в целостности, т. е. внутренней согласованности, непротиворечивости.

Отдельно следует отметить исследования, посвященные изучению особенностей формирования образа будущего у лиц, находящихся в местах лишения свободы. Это одна из самых социально изолированных категорий лиц. Принудительная изоляция заключенных, то есть помещение человека в особую систему социального времени, где точками отсчета становятся не начало нового учебного года или год рождения человека, а начало и окончание срока заключения – это то настоящее, к которому необходимо приспособиться, а все, что наступит после освобождения – это будущее, о котором, по мнению лиц, отбывающих наказание, можно пока только мечтать.

Если образ будущей жизни не согласован с изменившимися обстоятельствами, будущее почти не имеет значимых событий и целей, присутствует фиксация на старых жизненных целях при отсутствии возможностей их реализации, имеющиеся планы нереалистичны, доминирует негативный, пессимистичный настрой на будущее, присутствует чувство бесперспективности, нереализованности [11].

Лицам, виновным в уголовных преступлениях, свойственны слабая адаптивность, отчужденность, импульсивность, агрессия в большей степени, чем законопослушным гражданам. Общими для большинства правонарушителей являются следующие психологические особенности: амбивалентная самооценка; ослабленная саморегуляция; общее негативное содержание ценностно-нормативной сферы; использование другого человека как объекта – средства для достижения собственных целей; неумение и нежелание строить с другими субъект-субъектные отношения. [1].

Исследование, проведенное А.В. Серым, было посвящено изучению некоторых аспектов образа будущего у лиц, находящихся в местах лишения свободы. Было показано, что у осужденных чрезвычайно низкие показатели осмысленности жизни, их представления о будущем жестко зафиксированы и разорваны [12]. Образы будущего у данной категории лиц жестко локализованы во времени, что характеризует внешние границы субъективной реальности испытуемых как непроницаемые, а саму реальность – как ограниченную.

Сформированный образ будущего предполагает наличие у человека личностной зрелости. Для ее становления необходим субъективный опыт освоения и преодоления

данных человеку условия его социального мира, что в условиях исправительного учреждения представляется довольно затруднительным. Одним из центральных элементов при анализе представлений о будущем у лиц, находящихся в местах лишения свободы, является цель. Этот элемент является системообразующим для формирования образа будущего.

Для лиц, не бывавших в заключении, сравнительно чаще образы будущего даются через представляемое состояние себя, проецируемое в определенную точку будущего. Предполагаемое состояние обозначает и показывает человеку желаемый результат, но ничего не говорит о способах его достижения. В отличие от этого позиция в отношениях или место в деятельности содержат более прямое указание на необходимый способ достижения желаемого будущего.

При формировании образа профессионального будущего у группы людей, не привлекавшихся к уголовной ответственности, преобладают такие качества и свойства: уверенность в том, что они справятся с ожидающими их проблемами, оптимизм; стремление управлять своей жизнью; готовность брать на себя ответственность за свою профессиональную самореализацию, выстраивание временной перспективы. Представления о профессиональном будущем лиц, отбывающих наказание в местах лишения свободы, отличает: неуверенность в своих силах, ожидание помощи со стороны, надежды на везение. Они слабо представляют, как сложится их дальнейшая жизнь.

Подводя итог, можно сделать вывод о том, что, в целом, образ будущего в сознании личности – это сложный психологический феномен, который формируется на основе взаимодействия различных факторов, таких как мировосприятие, мотивационные и коммуникативные черты. Он может быть изменчивым и подверженным влиянию внешних стимулов, но также может быть основой для развития и самореализации личности.

Становление и развитие отношений личности к образу своего будущего зависит во многом от условий жизни человека, одним из которых является наличие или отсутствие социальной изоляции, понимаемой как состояние физической и эмоциональной оторванности человека от общества.

У студентов-психологов отсутствует социальная изоляция. Они могут беспрепятственно взаимодействовать друг с другом, перемещаться по территории города и страны, выбирать товарища по обществу, жить с семьей или самостоятельно. Большая коммуникация с социумом дает им больше вариантов для планирования своего профессионального будущего. Добровольно-вынужденная форма изоляции присуща курсантам военных вузов. Особое внимание к дисциплине, четкость в выполнении приказа, жесткая иерархия, повышенная ответственность перед родиной – все это значительно влияет на формирование образа профессионального будущего у курсанта и, в некоторой степени, сужает возможности формирования того или иного будущего. Строгий и нормированный график жизни во время обучения влияют на формирование образа профессионального будущего у данной категории людей.

Одна из самых социально изолированных категорий являются лица, находящиеся в местах лишения свободы. Для них образ будущей жизни не согласован с изменившимися обстоятельствами, будущее почти не имеет значимых событий и целей, присутствует фиксация на старых жизненных целях при отсутствии возможностей их реализации, имеющиеся планы нереалистичны, доминирует негативный, пессимистичный настрой на будущее, присутствует чувство бесперспективности, нереализованности. Если они проходили обучение той или иной профессии, то это обучение приостанавливается, тем самым представления о профессиональном будущем лиц, отбывающих наказание в местах лишения свободы, очень размыты.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Беличева С.А. Основы превентивной психологии / Москва: Ред.-изд. центр консорциума "Социальное здоровье России", 1994. – 221 с.
2. Братусь Б.С. К проблеме человека в психологии // Вопросы психологии- 1997. – №5- с. 3-20.
3. Ипполитова Е.А. Представления о жизненных перспективах одиноких женщин в период кризиса 30 лет // Известия Алтайского государственного университета. 2009. № 2 (62).
4. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения: учебное пособие для студентов высших учебных заведений// Москва: Академия, 2010. – 301 с.
5. Кондратьев М.Ю. Социальная психология закрытых образовательных учреждений.: Питер, 2005 – 299 с.
6. Кузнецов А.В. Психологические особенности формирования образа профессионального будущего курсантов-спортсменов войск национальной гвардии в процессе вузовской подготовки: автореф. дис. ... кандидата психологических наук:. – Рязань, 2021 – 175 с.
7. Кунц Л.И. Профессиональная направленность как фактор формирования образа будущей профессиональной деятельности личности: На материале студентов-психологов: автореф. дис. ... кандидата психологических наук: 19.00.01 / Новосиб. гос. пед. ун-т. – Новосибирск, 2005. – 216 с.
8. Леонтьев Д. А., Шелобанова Е. В. Профессиональное самоопределение как построение образов будущего // Вопросы психологии. 2001. № 1. С. 57-65.
9. Маслоу А. Психология бытия. М.: Рефл.-бук.; Ваклор, 1997. – 300 с.
10. Ральникова И.А. Системная трансформация представлений о жизненной перспективе личности на переломных этапах жизненного пути // Сибирский психологический журнал. – 2007. – №26. – С. 36-44.
11. Ральникова И.А. Перестройка системы жизненных перспектив человека в контексте переломных событий: автореф. дис. ... доктора психологических наук – Томск, 2012. – 289 с.
12. Серый, А.В. Психологические механизмы функционирования системы личностных смыслов / А.В. Серый. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2002. – 183 с.
13. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. – СПб. Питер Пресс, 1997 – 608 с.
14. Частоколенко, Я. Б. Динамические особенности первичного творчества / Я. Б. Частоколенко. – Томск: Том. политехн. ун-т, 2005. – 266 с.

УДК 159.98

DOI 10.58551/24136522_2023_10_7_51

SCIENCE-ART КАК ИНСТРУМЕНТ ИЗУЧЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ЧЕЛОВЕКА К СОВРЕМЕННЫМ КУЛЬТУРНЫМ ТРАНСФОРМАЦИЯМ

Гребенюк Анатолий Анатольевич

Канд. психол. наук, доцент кафедры психологии

Крымского инженерно-педагогического университета им. Февзи Якубова,
г. Симферополь

E-mail: a.grebenuk@mail.ru

Статья посвящена изучению сайнс-арт произведений как нового метода проективной диагностики психологической готовности человека к современным культурным трансформациям.

В процессе изучения научных работ, посвященных адаптации человека к новым условиям жизни, связанным с переходом общества к пост-постмодернистскому этапу своего развития, было обращено внимание на то, что фундаментальная биология и биотехнологии, пытаясь решать задачи радикального преобразование живой, в том числе человеческой природы, обнаружили психологическую неготовность людей к жизни в том мире, в котором они оказались.

Консервативное традиционное мышление человечества не ориентировано на восприятие прогресса в такой динамике, которая сейчас свойственна обществу. Учитывая противоречия между классической картиной мира, которая сложилась за многие столетия и темпами научно-технического прогресса, привычные способы мышления не являются столь эффективными для организации жизнедеятельности. Именно поэтому предпринимаются попытки новых способов осмысления действительности, меняющейся под влиянием новых технологий, формируя культуру, получившую название «метамодернизм».

Одним из таких способов нового осмысления мира стали сайнс-арт -практики актуального искусства, в которых художественный образ воплощается в жизнь при помощи современных технологий, материалов и новейших выразительных средств.

Проведенный психологический анализ арт-объектов показал, что многие из них могут рассматриваться как эффективный научно-художественный эксперимент, интегрирующий психологическую и художественную деятельности, направленный на изучение психологической готовности человека к быстроменяющимся условиям жизни под влиянием современных технологий. В связи с чем, можно говорить о возможном зарождении нового направления в проективные диагностики в психологии.

Ключевые слова: психология, психодиагностика, сайнс-арт, премодернизм, модернизм, постмодернизм, метамодернизм, научно-художественный эксперимент

SCIENCE-ART AS A TOOL FOR STUDYING THE PSYCHOLOGICAL READINESS OF A HUMAN FOR MODERN CULTURAL TRANSFORMATIONS

Grebenuk Anatoly Anatolyevich

Candidate of Science, associate professor of department of psychology, Fevzi Yakubova Crimean Engineering and Pedagogical University,
Russian Federation, Simferopol

E-mail: a.grebenuk@mail.ru

The article is devoted to the study of science art works as a new method of projective diagnosis of a person's psychological readiness for modern cultural transformations. In the process of studying scientific works devoted to human adaptation to new living conditions associated with the transition of society to the post-postmodern stage of its development, attention was drawn to the fact that fundamental biology and biotechnology, trying to solve the problems of radical transformation of living, including human nature, discovered the psychological unpreparedness of people for life in the world in which they found themselves.

In these new conditions, the usual ways of thinking proposed by premodernism (to stop any progress that undermines faith in God's creation), modernism (to "recreate" God's creation) and postmodernism (ironically to play at "recreating" God's creation) began to be seen as ineffective and even dangerous. Therefore, humanity began to try to find new ways of understanding reality, changing under the influence of new technologies, forming a culture called "metamodernism".

Science art practices of contemporary art, in which an artistic image is brought to life with the help of modern technologies, materials and the latest means of expression, have become one of these ways of rethinking the world.

The conducted psychological analysis of art objects showed that many of them can be considered as an effective scientific and artistic experiment, integrating psychological and artistic activities, aimed at studying a person's psychological readiness for rapidly changing living conditions under the influence of modern technologies. In this connection, we can talk about the possible emergence of a new direction in projective diagnostics in psychology.

Keywords: *psychology, psychodiagnostics, science art, premodernism, modernism, postmodernism, metamodernism, scientific and artistic experiment.*

Актуальность. Уровень развития науки, техники креативности мышления в человеческом обществе достиг такого уровня, при котором возможно осуществлять эксперименты, затрагивающие различные функции организма, наделяющие человека новыми свойствами и качествами. При этом сочетание искусственного интеллекта, физиологии, биоинженерии и иных наук может затрагивать темы, касающиеся нравственно-этических вопросов, психологического восприятия данной реальности.

В этих новых условиях существования, приемы работы с миром, предлагаемые премодернизмом и постмодернизмом, стали видаться не эффективными и даже опасными. Поэтому человечество к началу XXI века стало пытаться нащупывать новые способы осмысления действительности, получившие название метамодернизма [1, 2].

Одним из таких способов осмысления стало «научное искусство» или «сайнс-арт» (англ. science-art), утверждающее объединение и тесное взаимодействие рационально-дискурсивной и художественно-эстетической сфер культур. Эта разновидность современного искусства концептуализирует научную проблематику художественно-игровыми средствами и реализует свои проекты с помощью научно-технических и технологических разработок, выполняющих эстетическую, этическую, проективную и развлекательную функции [3].

В контексте вышеуказанных противоречий необходимо определить цель исследования- проанализировать science-art как инструмент изучения психологической готовности человечества к трансформациям современного мира. Объектом работы является система интеграции биоинженерии и иных достижений научно-технического прогресса в социуме, предметом- технология science-art.

Для достижения исследовательской цели в работе решается ряд задач:

1. Выявление сущности современных трансформаций в социуме, отражающих синтез биотехнологий с различными достижениями науки и техники;
2. Определить роль science-art в становлении психологического восприятия человечеством динамики и содержания изменений в обществе;

3. Проиллюстрировать применение данной диагностической технологии в различных отраслях человеческой жизни.

Результаты и их обсуждение

Сущность современных трансформаций в социуме, отражающие синтез биотехнологий с различными достижениями науки и техники

Современная динамика изменений в социуме характеризуется эклектичностью: достижения научно-технического прогресса интегрируются в различные отрасли человеческой жизни и зачастую вызывают противоречия этического, правового характеров, внутри- и межличностные конфликты, психологические кризисы восприятия действительности.

На настоящий момент в науке, искусстве развивается множество направлений, которые нельзя назвать однозначными и отнести к классическим видам научного и технического творчества, медицины, искусства и пр. Художник для создания арт-проектов использует язык науки и высоких технологий: робототехники, искусственный интеллект и биотехнологии, предлагая реципиенту новый уровень осмысления синкретичности, при котором научная оснащённость художественного мышления и художественно-эстетическое наполнение научного мышления дополняют друг друга [3]. При этом, главной задачей художника является: «конструирование живого будущего. А не мёртвого, механического, которое растёт без нашего участия. Во всех проектах художественного характера авторы пытаются дать объекту ещё одну степень свободы, в то время как рациональные научные технологические проекты эту свободу срезают» [4, с. 176].

В связи с этим актуальны вопросы об этике объединения средств достижения техники, ИИ, функционирования человеческого организма, правовые проблемы классификации данных действий, и безусловно, психологического восприятия данных трансформаций.

Также множество вопросов связано с изменениями условий существования под влиянием новых технологий, когда бионика начала успешно соединять биологию и технику, создавая протезы и импланты, которыми человек может управлять при помощи собственной нервной системы, фактически превращаясь в андроида: полностью парализованные люди начинают уверенно передвигаться в экзоскелетах, чувствовать искусственными руками вибрацию, фактуру поверхности, видеть бионическими глазами, слышать бионическими ушами и синтезировать работу различных органов с ИИ и цифровыми технологиями. И все это – одновременно с развитием биопринтинга, печатающего человеческие органы на заказ, для замены тех из них, что вышли из строя.

Именно подобные характеристики данной технологии обуславливают возникновение множества указанных выше противоречий и необходимости ее более глубокого изучения.

Роль science-art в становлении психологического восприятия человечеством динамики и содержания изменений в обществе

Принципиальное отличие сайнс-арта, как инструмента изучения готовности человека к жизни в новых, высокотехнологичных условиях заключается в том, что он предлагает думать о новых технологиях не в терминах борьбы добра и зла, или как о нейтральном инструменте, пассивно «расширяющем» человека», а как об автономных созданиях, которые все более активно вторгаются во все сферы человеческой жизни и все больше проявляют свободу выбора и креативность, которые скоро не будут считаться атрибутами только человеческого [5]. Тем самым, делая попытки выяснить, до какой степени человек готов к смягчению границ между органическими и неорганическими агентами, между человеком и машиной.

С психологической точки зрения, сайнс-арт произведения представляют собой новый метод проективной психодиагностики, отражающий ценности метамодернизма. Ведь ознакомление человека с сайнс-арт-проектом, вызывает у него

мощные амбивалентные чувства, требующие перехода на новый, за пределами «добра и зла», уровень осмысления технологий и связанных с ними жизненных явлений.

Применение science-art в различных отраслях человеческой жизни

Сайнс-арт воздействует на смысловую сферу личности через иронию над искусственно оформленной жизнью, вне каких бы то ни было границ, когда человек под влиянием науки и технологий начинает рассматриваться как полигон по обретению различных нечеловеческих навыков [5].

Создавая альтернативные версии реальности, выходящие за пределы возможности и науки, сайнс-арт проблематизирует то, что происходит сегодня с человеком на фоне технологий, задавая вопрос: «Чем человек становится?». Побуждает начать воспринимать Мир как целостность, в которой все зависит от всего, и ориентирует мышление не на поиск противоречий и их устранение, а на их осторожную трансформацию. Отражает попытки людей к переоценке психологической реальности, с учетом грядущего равноправного партнерства и совместного существования с системами искусственного интеллекта и искусственно созданными живыми объектами.

Например, сайнс-арт-проект австралийского художника Гая Бен-Ари «*В потенциале*» («*In potētia*») позволяет исследовать готовность человека жить в окружении разумных существ, которые появились на свет ранее невиданным способом.

В 2012 году, на выставке технологического искусства *Soft Control*, он, используя современные биотехнологии, показал процесс трансформации клеток крайней плоти человека в эмбрионально-подобные стволовые клетки, из которых в дальнейшем получил нейроны, вырастив из клеток крайней плоти реально функционирующую нейронную сеть – аналог «биологического мозга». [6]

Экзистенциальные переживания, связанные с геной инженерией и возможными генетическими модификациями человека, обнаруживает био-арт-объект «*Биоприсутствие – «трансгенное надгробие»*» («*Biopresence – transgenic headstone*») в виде дерева, содержащего ДНК умершего человека.

Этот проект был предложен в 2014 году студентами Королевского колледжа в качестве отчёта для ежегодной выставки данного учебного заведения [7]. При его создании из взятого образца ДНК, умершего был выделяется бессмысленный кодон (при котором не происходит включения аминокислоты в белок) и внедряется в клетку яблони таким образом, чтобы впоследствии наличие гена человека не мешало дереву расти и развиваться. После этого саженец вручается близким, которые занимаются посадкой дерева и последующим уходом за ним в память о умершем человеке.

Один из авторов проекта Георг Треммель прокомментировал основную его идею следующим образом: «Надгробия мертвы, а растущие деревья – это символ жизни. К тому же, они способны облегчить боль утраты...ДНК – это жизнь. Если ты можешь передать своё ДНК дереву, ты продолжишь жить в дереве. Наш проект даёт людям чувство надежды и утешения» [8]. Ощущение того, что человек не умер, а продолжает жить в дереве, по мнению авторов проекта, ощущение его непосредственной близости и возможности физического контакта.

Несмотря на то, что вопрос генетических модификаций изначально является дискуссионным, данный проект был поощрён NESTA (National Endowment for Science Technology and the Arts) и получил финансирование на проработку проекта и подготовку к последующей коммерциализации.

Еще одним примером сайнс-арта с выраженной психологической направленностью может служить проект «*Загробная жизнь*» («*Afterlife*», 2009 г.) британских дизайнеров Джеймса Оугера и Джимми Луазо [9]. Их произведение заставляет задуматься человека над тем, что, если бы он мог дать миру какой-то тип энергии после смерти, на что бы он решил потратить эту энергию? При этом задает этот вопрос в такой постиронической форме, которая призвана вызвать метафизический диалог.

Художники предлагают использовать химические превращения человека после биологической смерти с помощью микробного топливного элемента, собирающего образующийся электрический потенциал в батарее сухих элементов. То есть, приводят через технологию, доказательство жизни человека после смерти, в виде энергии, заключенной в батарее.

Для этого умершего помещают в специальный гроб «Загробной жизни», на дне которого находятся небольшие водостоки. Сточные воды приводят к микробным топливным элементам под гробом: точке накопления химической энергии человеческого тела.

Как только тело превращается в энергию, энергия накапливается в батареях, на которых выгравировано имя умершего. После этого члены семьи могут использовать батарейки по своему усмотрению или для того, о чем умерший попросил в своем завещании.

Это значит, что решение вопроса куда поставить аккумулятор, является исключительно личным и эмоциональным выбором. Например, свет фонарика ассоциируется с безопасностью и комфортом, а потому, если на него установить аккумулятор, то он позволит «ощущать» человека, давшего ему энергию, в луче света.

Часть проекта Оже и Луазо посвящена также тому, чтобы узнать у людей то, как бы они хотели, чтобы их близкие поступили с их батареями и как они поступили бы с батареями дорогих им людей. Полученные в ходе исследования ответы подтвердили гипотезу авторов, о том, что использование батареи загробной жизни может рассматриваться как способ психологической поддержки людей, утративших своих близких и не верующих в религиозную доктрину «загробной жизни».

Био-арт проект «Золотой голубь» («Pigeon D'Or»), лондонской студии Cohen Van Valen [11], изучает готовность человека к радикальному биотехнологическому преобразованию живой природы. Его создатель, художник Коэн Ван Вален предложил очистить образ обыкновенного голубя от представлений, в которых вред, наносимый птичьими испражнениями памятникам, машинам, одежде и прочим ценным для людей вещам, намного больше приносимой голубем пользы. Для этого, он, используя современные биотехнологии создал голубя, испражняющегося моющим средством. Сделав балконную голубятню, художник начал кормить птиц геномодифицированными бактериями *Lactobacillus*. Этих микроорганизмы, созданы биохимиком Джеймсом Чаппеллом так, что они в процессе своего метамболизма создают крошечные кусочки мыла. Поэтому при их скармливании голубям, помет птиц превращался в моющее средство.

Данным проектом исследователь заставляет людей всмотреться в самих себя и в то, насколько они готовы к тому, чтобы менять природу в угоду своим потребностям [11].

Сайнс-арт проекты в художественной форме выражают попытки людей осмыслить проблемы настоящего и цели будущего, исходя из ощущения того, что они живут в фазу перехода к постбиологической эпохе, в которой всё менее очевидными становятся границы между живым и искусственным. Их понимание того, что они относительно долгое время эволюционируют совместно с роботами, уже став психологически до некоторой степени киборгами. Заставляя более пристально всмотреться в ту психологическую реальность, которую создает современный человек.

Следует особо отметить то, что многие сайнс-арт объекты явно психологически ориентированы и по сути представляют собой новый метод проективной психодиагностики, который можно рассматривать как самостоятельный научно-художественный эксперимент, направленный на изучение психологической готовности человека к быстроменяющимся условиям жизни, под влиянием современных технологий.

Выводы

В качестве основного вывода по данной работе, безусловно необходимо отметить противоречивость современных биоинженерных, генных и иных

технологий, которые на настоящий момент активно развиваются и динамика их достаточно высока.

Эклектичный подход к разработкам и внедрению различных достижений науки и техники вызывает множество сомнений в сознании человека, психологическом восприятии происходящего. Именно поэтому важно серьезно подходить к осмыслению того, как включаются цифровые, генетически модифицированные, биологические технологии в повседневную жизнь и как человек это осмысливает и принимает.

В этих условиях необходим эффективный инструментарий, позволяющий определить степень осознанности и восприятия человечеством окружающей действительности. В качестве одного из таких инструментов в данной работе рассматривался science-art, позволяющий не только продиагностировать, но и моделировать различные варианты поведения, как отражения мышления и сознания. Данная техника позволяет определить готовность людей к адекватному восприятию того, что происходит в науке и как это отражается на жизни человека. Попытки объединения живого умершего и технические, биологические элементы – неоднозначны, противоречивы и вызывают множество обоснованных с точки зрения морали и этики сомнений и опасений.

Однако, этические, правовые и психологические вопросы, связанные с экспериментальной деятельностью в рамках science-art проектов, остаются актуальными и открытыми, не имеющими однозначного ответа и решения.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Метамодернизм. Историзм. Аффект и глубина после постмодернизма / под ред. Роберта ван ден Аккера, Элисон Гиббонс и Тимотеуса Вермюлена. – Москва: РИПОЛ классик, 2020. – 342 с.
2. Гусельцева М. С. Метамодернизм в психологии: новые методологические стратегии и изменения субъективности [Электронный ресурс] / М. С. Гусельцева // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология: Электронный журнал. – 2018. – Т. 8. – Вып. 4. – С. 327-340. – Режим доступа к журналу: <https://doi.org/10.21638/11701/spbu16.2018.402>.
3. Левченко О. Е. Освоение природы средствами сайнс-арта: «естественное» и «технологическое»: дис. на соиск. учен. степ. канд. Культурологии: спец. 24.00.01 «Теория и история культуры» / Левченко Ольга Евгеньевна. – Москва, 2016. – 399 с.
4. Искусство на грани [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://vedomosti.sfo.ru/articles/?article=34558>.
5. Разумный черный куб и мозг из клеток крайней плоти. Художник и куратор Дмитрий Булатов о симбиозе искусства и технологий [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.yuga.ru/articles/culture/8180.html>.
6. Булатов Д.Х. Искусство как предполагаемое возможное // Технологос. – 2019. – № 4. – С. 8-22.
7. Biopresence. Official web-site [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.biopresence.com.
8. Firm plans human DNA tree memorial [Электронный ресурс] // The Guardian. – Режим доступа: <http://www.theguardian.com/science/2004/apr/30/genetics.highereducation>.
9. Afterlife on Earth: Human Bodies Transformed into Batteries [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://gajitz.com/afterlife-on-earth-human-bodies-transformed-into-batteries>.
10. Afterlife from Auger-Loizeau [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.auger-loizeau.com/index.php?id=9>.

11. Био-арт проект «Pigeon D'Or» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.fastcompany.com/1662786/magical-contraption-turns-pigeon-poop-into-soap>.

УДК 159.9

DOI 10.58551/24136522_2023_10_7_58

ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМЫХ ШКОЛЬНИКОВ

Северин Алексей Викторович

Доцент кафедры психологии, кандидат психологических наук, доцент,
Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина,
г. Брест, Республика Беларусь

Зубарева Наталья Сергеевна

Преподаватель кафедры психологии,
Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина,
г. Брест, Республика Беларусь

E-mail: psyseverin@mail.ru

В статье рассмотрены копинг-стратегии у десятилетних школьников, особенности выстраивания поведения как совладания с окружающей средой на основе появления интернет-зависимого поведения у школьников. Описаны результаты проведенного эмпирического исследования (выборка $n = 50$). Диагностика школьников при помощи теста «Шкала интернет зависимости С. Чена» позволила установить выраженность симптомов развития Интернет-зависимости, Интернет-зависимого поведения у них, таких как компульсивный симптом, симптом толерантности и наличие внутривличностных проблем.

Использование в исследовании теста «Копинг-стратегии Р. Лазаруса» позволило установить определенные типы копинг-стратегий, которые наиболее часто применяют опрошенные младшие школьники для преодоления жизненных трудностей и других критических ситуаций. Интернет-зависимые школьники практически не используют когнитивные копинг-стратегии, но применяют эмоциональные и поведенческие копинг-стратегии. Принятие ответственности как копинг- стратегия применяется нечасто. Преобладание дезадаптивных стратегий может привести к дезадаптации и нарушению эмоционального состояния школьников. Разработка и внедрение коррекционно-обучающих программ по преодолению трудных ситуаций и по формированию адаптивных копинг-стратегий позволит школьникам лучше справляться с трудностями и эффективно использовать интернет-ресурсы без развития у них симптомов Интернет-зависимого поведения.

Ключевые слова: копинг-стратегии, интернет-зависимость, совладающее поведение, трудности, стресс, школьники, интернет-ресурсы, психологическая поддержка. (8-15 слов)

FEATURES OF COPING STRATEGIES IN INTERNET DEPENDENT SCHOOLCHILDREN

Severin Alexey Viktorovich

Associate Professor of the Department of Psychology, Candidate of Psychological
Sciences, Associate Professor,
Department A. S. Pushkin Brest State University,
Brest, Republic of Belarus

Zubareva Natalya Sergeevna

Lecturer of the Psychology,

Department A. S. Pushkin Brest State University,

Brest, Republic of Belarus

E-mail: psyseverin@mail.ru

The article examines coping strategies in ten-year-old schoolchildren, features of building behavior as coping with the environment based on the emergence of Internet addictive behavior in schoolchildren. The results of the empirical study (sample n = 50) are described. Diagnosis of schoolchildren using the S. Chen Internet Addiction Scale test allowed us to establish the severity of symptoms of Internet addiction development, Internet-dependent behavior in them, such as a compulsive symptom, a tolerance symptom and the presence of intrapersonal problems. The use of the "R. Lazarus Coping Strategies" test in the study made it possible to establish certain types of coping strategies that are most often used by the surveyed primary schoolchildren to overcome life difficulties and other critical situations. Internet-addicted schoolchildren practically do not use cognitive coping strategies, but use emotional and behavioral coping strategies. Taking responsibility as a coping strategy is rarely used. The predominance of maladaptive strategies can lead to maladjustment and disruption of the emotional state of schoolchildren. The development and implementation of correctional training programs for overcoming difficult situations and for the formation of adaptive coping strategies will allow schoolchildren to better cope with difficulties and effectively use Internet resources without developing symptoms of Internet addictive behavior.

Keywords: coping strategies, Internet addiction, coping behaviour, difficulties, stress, schoolchildren, Internet resources, psychological support.

В современном мире постоянно происходит появление новой информации, новых профессий и новых условий для развития и профессионального становления. Информационно-компьютерные технологии вплетены во все сферы жизни современного человека. Зачастую их некорректное применение может приводить к возникновению стрессов, нарушений адаптации поведения, к появлению симптомов интернет-зависимости, ухудшению состояния физического здоровья, нарушению функционирования когнитивных и эмоциональных процессов человека. В связи с этим человеку необходимо быть подготовленным к взаимодействию с такими технологиями, с правилами работы с интернет-ресурсами, к ускоренному темпу жизни и развития, восприятию и переработке больших объемов зрительной и слуховой других типов информации об окружающих объектах и мире [1-4].

Особо незащищённой группой оказываются школьники, которые поставлены перед выбором активного встраивания в технологичный современный мир и в тоже самое время им необходимо сохранить и развить у себя общечеловеческие ценности, стремиться к личностному развитию и взрослению, социальной адаптации и вхождению в общественные отношения. В связи с этим актуальной становится проблема выбора эффективных стратегий преодоления жизненных трудностей. Особенно это важно в предпубертковом, десятилетнем возрасте, так как именно этот этап формирования личности связан с началом становления самоопределения и развития самостоятельности.

Для преодоления таких трудностей помогают копинг-стратегии, то есть разнообразные способы преодоления трудностей, которые использует человек. Копинг-стратегии помогают школьникам осознавать в какой-то мере свои действия и поступки, эмоциональные состояния и справляться с возникшими трудными жизненными ситуациями. Следует отметить, что применение копинг-стратегий школьниками происходит на основе их личностных и социальных копинг-ресурсов.

Различные исследования, посвященные проблеме изучения копинг-поведения,

показали, что нарушения в эмоциональной и поведенческой сфере у младших школьников могут возникнуть из-за самых различных стрессов, характерных именно для этого возраста: переход в другую школу, конфликты в школе, конфликты в семье. В исследованиях Т.М. Поповой, С.В. Фроловой, Т.В. Сениной и др. показано, что развитию аддиктивного поведения в десятилетнем возрасте могут способствовать трудные жизненные (стрессовые) ситуации. Ведущая роль в понимании и прогнозировании человеком собственного поведения в трудной жизненной ситуации и в ее разрешении, принадлежит эффективному совладающему поведению (Л.И. Анцыферова, И.В. Воеводин, Р.М. Ерановская, Т.Л. Крюкова, Р.С. Лазарус и др.). Однако в данном возрасте наблюдается недостаточное развитие социальных навыков и личностных ресурсов, которое ведет к уходу ребенка от решения проблем, стрессовых ситуаций, и свидетельствует о развитии неэффективного копинг-поведения (Н.А. Сирота). Таким образом, научный и, особенно, практический интерес исследователей вызывают особенности копинг-стратегий у Интернет-зависимых школьников [5–10].

Исследование проводилось в г. Бресте, на базе «СШ № 30». В качестве респондентов выступили учащиеся 4–5 классов в возрасте 10 лет. Выборка составила 50 школьников, которые случайным образом были отобраны для диагностики. Исследование проводилось с согласия школьников и их родителей, администрации школы, а также в анонимной форме.

Применение теста «Шкала Интернет-зависимости С. Чена» позволило получить следующую картину:

1) для достаточно большого количества опрошенных респондентов (64 %) по шкале «толерантность» характерны высокие показатели. Такие показатели свидетельствуют о нарастающем стремлении школьников проводить все больше и больше времени сети Интернета (общение в чатах, игра в компьютерные игры, поиск информации для учебных целей, развлекательная и бесцельная навигация по различным рекламным сайтам Интернета), а также о значительном уменьшении степени самоконтроля и сознания направленности собственной активности при нахождении на просторах Интернета. Дополнительная диагностика, проведенная по указанной выше шкале, показала, что опрошенные школьники повсеместно прибегают к использованию Интернет-ресурсов, как во время школьных уроков, так и в свободное время при нахождении в домашней квартире, и в период общения с друзьями, и при посещении различных секций. Для 36 % респондентов характерна низкая выраженность толерантности;

2) по шкале «наличие внутриличностных проблем и проблем с физическим здоровьем» обнаружен средний уровень показателей (75 % от количества опрошенных), для 25 % школьников характерен низкий уровень показателей. При этом у 19 % школьников выявлено наличие внутриличностных проблем, которые появляются у них по разным причинам (например, неумение заводить друзей и устанавливать контакты со сверстниками, нехватка доверительного общения с родителями и значимыми взрослыми, сниженный уровень самооценки, субъективное переживание одиночества и потери смысла жизни, игнорирование настоящего и снижение ответственности за свои мысли и действия, бегство из реального в виртуальный онлайн-мир и др.);

3) по шкале «управление временем» для 13 % респондентов характерны высокие показатели по данной шкале, у 72 % школьников выявлены средние показатели, для 15 % школьников – низкие показатели. Высокие и средние показатели по данной шкале свидетельствуют о том, что происходит значительное снижение контроля за использованием собственного времени при обращении к Интернет-ресурсам при помощи технических устройств (планшета, компьютера, мобильного телефона и прочих гаджетов), а также повышение частоты обмана родителей по поводу содержания и длительности проводимого времени онлайн; намеренное забывание и игнорирование просьб и обещаний, данных родителям, перемещение познавательного интереса с процесса выполнения школьных заданий на онлайн-

развлечения с отсутствием критики и осуждения своих мыслей и действий и т. п.;

4) по шкале «симптомы отмены» для 71 % школьников присущ средний уровень показателей, для 29 % опрошенных такие показатели указанной шкалы не свойственны (низкий уровень). «Симптом отмены» имеет двойное проявление признаков: при нахождении онлайн у большинства школьников наблюдается эйфория и повышенное настроение, чувство удовлетворения жизнью, радость и восторг, а при отмене нахождения или значительном сокращении времени в сети Интернета или пристальном контроле родителей – появление раздражительности и гнева, беспокойства и рассеянности, дискомфорта и агрессии, обиды и страха;

5) по шкале «компульсивность» для 84 % опрошенных школьников характерны высокие показатели, для 10 % из них – средние показатели, для 6 % – низкие показатели. Высокие показатели по этой шкале указывают на снижение контроля школьников за собственным поведением, что приводит к снижению волевого противодействия постоянно возникающим стремлениям к «погружению в онлайн-мир» как воображаемым мыслям и действиям, так и реальным.

Обобщение вышеизложенного, по результатам диагностики школьников по тесту С. Чена, позволяет сделать вывод о том, что высокий и средний уровень проявления симптомов Интернет-зависимости способствуют нарастанию социальной дезадаптации школьников, снижению физического самочувствия и интереса к учебным занятиям в школе, а также формированию у них бесконтрольного и бессмысленного поведения онлайн-пользователей при обращении к Интернет-ресурсам.

Применение теста «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса позволило определить частоту использования копинг-стратегий интернет-зависимыми школьниками, а также предпочтения в выборе таких стратегий, как адаптивные и неадаптивные, которые применяются ими для преодоления трудных и стрессовых ситуаций во время учебы и отношений со сверстниками и родителями, разрешении внутрличностных проблем.

Рассмотрим основные полученные результаты. Так, для значительного количества интернет-зависимых школьников (58 %) характерно использование копинг-стратегии «избегание». Выбор такого способа решения трудностей и проблем может быть обусловлен как рационализацией своих мыслей и действий, так и незрелостью личностных черт и инфантильностью поведения. Средний уровень использования указанной копинг-стратегии выявлен у 42 % опрошенных респондентов и указывает на такие способы разрешения трудных ситуаций, как отрицание и замалчивание проблемы, нереалистичные и недостижимые грезы и ожидания, отвлечения от решения и др.

Другой тип копинг-стратегии «дистанцирование» получил высокий уровень представленности у 42,1 % школьников и средний уровень – у 57,9 % от количества всех опрошенных респондентов. Для школьников, выбравших такой способ преодоления трудностей, свойственны следующие черты: интеллектуальная рационализация собственного поведения, отстранение от проблемы и ее обесценивание, эмоциональный уход от вовлечения в проблему, субъективное снижения значимости ее и необходимости решения для личности школьника.

Копинг-стратегия «поиск социальной поддержки» у все опрошенных респондентов имеет средние показатели проявления. Это свидетельствует о том, что школьники могут обращаться к другим людям за получением социальной поддержки, сочувствия и реальной помощи, то есть преодоления проблем посредством использования внешних ресурсов информационной, эмоциональной и практической помощи.

Такие типы копинг-стратегий как «принятие ответственности» и «планирование решения проблем» имеют средний уровень предпочтения у 72 % школьников, а низкий уровень характерен для 28 % школьников. Это свидетельствует о субъективном избегании ответственности за происходящее, недостаточном анализе

и обсуждении трудных ситуаций и поиска их решений.

Для проверки полученных результатов о наличии связей между копинг-стратегиями и признаками Интернет-зависимости у школьников использовался статистический коэффициент корреляции Пирсона. Была выявлена сильная положительная связь уровня Интернет-зависимости и уровня напряженности копинга ($r = 0,72$, при $p \geq 0,01$): повышение уровня Интернет-зависимости приводит к нарастанию напряженности копинга, что может интерпретироваться как признак дезадаптации поведения школьников и применения ими неадаптивных копинг-стратегий для того, чтобы справиться с трудностями.

Школьники с отсутствием Интернет-зависимости (61 % от количества опрошенных) чаще прибегают к эмоциональным копинг-стратегиям преодоления трудностей, таким как оптимизму и уверенности в решении проблемы. Для 39 % школьников характерно применение когнитивных копинг-стратегий (например, проблемный анализ и критическое осмысление того, что произошло и как это исправить).

Среди эмоциональных копинг-стратегий: «протест», «оптимизм» – эмоциональное состояние с активным возмущением и протестом по отношению к трудностям и уверенностью в наличии выхода в любой, даже самой сложной, ситуации. Среди поведенческих копинг-стратегий: «сотрудничество», «обращение», «альтруизм» – под которыми понимается такое поведение личности, при котором она вступает в сотрудничество со значимыми взрослыми людьми, ищет поддержки в ближайшем социальном окружении или сама предлагает ее близким в преодолении трудностей.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что Интернет-зависимые школьники предпочитают использовать такие адаптивные варианты копинг-механизмов как поведенческие стратегии (52,6%) и совершенно не используют когнитивные копинги (0%).

Полученные данные позволяют сделать вывод о том, что у Интернет-зависимых школьников преобладающими являются такие адаптивные поведенческие копинг-механизмы (52,6%), как конструктивная активность – чтобы пережить трудности, дети берутся за реализацию личностных планов (хобби, увлечения и др.), вероятно, такое поведение может способствовать чрезмерному пользованию интернетом и как следствие – интернет-зависимости.

Школьники с доминирующей копинг-стрессовой поведенческой стратегией, ориентированной на избегание, стараются различными способами отвлечься от создавшейся проблемы, не думать о ней.

Эмоциональные копинг-стратегии используют 47,3% интернет-зависимых школьника, основной из которых является протест – респонденты всегда уверены, что нет выхода из трудной ситуации. Обращает внимание тот факт, что ни у одного респондента с зависимостью от интернета не выражены адаптивные когнитивные копинг-стратегии. Возможно, это связано с тем, что школьники, столкнувшись с проблемой, не сосредотачиваются на ней, не стараются вникнуть в ситуацию, проанализировать ее, а действуют спонтанно, руководствуясь эмоциями и желаниями.

Проведенное исследование, посвященное проблеме особенностей копинг-стратегий у Интернет-зависимых школьников, позволяет сделать выводы:

– копинг-стратегии рассматриваются как деятельность личности по поддержанию или сохранению баланса между требованиями среды и ресурсами, удовлетворяющими этим требованиям. Психологическое предназначение «копинга» состоит в том, чтобы как можно лучше адаптировать человека к требованиям проблемной ситуации, позволяя ему овладеть ею, ослабить или смягчить эти требования, сохранить его физическое и психическое благополучие;

– общение в интернете предоставляет школьникам возможность существовать в образах своих мечтаний и, не выходя за границы этих образов, осуществлять насколько необходимую и желаемую, настолько и невозможную в

реальности коммуникативную активность;

- результаты проведенного исследования позволили измерить симптомы зависимости у респондентов с зависимым поведением и склонных к интернет-зависимости, среди которых наиболее выраженными являются компульсивный симптом, симптом толерантности и наличие внутриличностных проблем; несформированные адаптивные копинг-стратегии в поведении школьников, преобладание дезадаптивных стратегий поведения могут привести к социальной дезадаптации, психоэмоциональному напряжению, способствовать возрастанию процента иррациональных форм поведения.

Таким образом, копинг-поведение десятилетних респондентов в форме конструктивной адаптации и социальной интеграции может быть достигнуто путем целенаправленных воздействий на формирование активных функциональных копинг-стратегий (базисных стратегий разрешения проблем и поиска социальной поддержки) и определенных личностных и средовых копинг-ресурсов, являющихся психологическими факторами резистентности к стрессу и определяющими способность к успешной психосоциальной адаптации и развитию здорового жизненного стиля.

Полученные в ходе исследования результаты могут стать основой для разработки программ по профилактике и коррекции зависимого поведения, которые будут способствовать предупреждению возникновения интернет - зависимости в предпубертативном возрасте посредством обучения конструктивным копинг-стратегиям и обеспечивать успешное решение школьниками трудных жизненных ситуаций.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Байрамян Р. М., Чулюкин К. С. Совладающее поведение младших школьников в разных трудных жизненных ситуациях / Р. М. Байрамян, К. С. Чулюкин // Консультативная психология и психотерапия. – 2022. – Т. 30. – № 2. – С. 24–44.
2. Герасимова А. А., Холмогорова А. Б. Стратегии совладания, психологическое благополучие и проблемное использование интернета в период пандемии / А. А. Герасимова, А. Б. Холмогорова // Психологическая наука и образование. – 2020. – Т. 25. – № 6. – С. 31–40.
3. Егоров А. Ю., Солдаткин В. А. Интернет-зависимость: клинко-диагностические маркеры и подходы к терапии: учебное пособие / А. Ю. Егоров, В. А. Солдаткин. – Москва: РУСАЙНС, 2020. – 254 с.
4. Канторова Е. В., Горбачевская Н. Л. Предпосылки трудностей школьного обучения у учащихся начальных классов / Е. В. Канторова, Н. Л. Горбачевская // Психологическая наука и образование. – 2020. – Т. 25. – № 6. – С. 113–125.
5. Лановая А. М., Фадеева Е. В. Распространенность проблемного использования электронных средств связи среди подростков и молодежи в Российской Федерации / А. М. Лановая, Е. В. Фадеева // Вопросы психического здоровья детей и подростков. – 2021. – Т. 21. – № 2. – С. 96–104.
6. Малыгин В. Л., Феклисов К. А., Искандирова А. Б., Антоненко А. А. Методологические подходы к раннему выявлению Интернет-зависимого поведения / В. Л. Малыгин, К. А. Феклисов, А. Б. Искандирова, А. А. Антоненко [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России. – 2011. – № 6. – URL: http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/.php (дата обращения: 02.07.2022).
7. Северин А. В., Ермоленко И. А. Компьютерная зависимость: теоретические и прикладные аспекты / А. В. Северин, И. А. Ермоленко. – Брест: Альтернатива, 2011. – 104 с.
8. Хасанова И. И., Котова С. С. Взаимосвязь интернет-зависимости с совладающим и отклоняющимся поведением учащейся молодежи // Образование и наука. – 2017. – Т. 19. – № 4. – С. 146–164.

9. Mak K., Young K. Development and differential item functioning of the internet addiction test-revised (IAT-R): An item response theory approach / K. Mak, K. Young // *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. – 2020. – Vol. 23. – № 5. – P. 312–328.
10. Yen J., Yen C., Chen C., Tang T., Ko C. The association between adult ADHD symptoms and internet addiction among college students: the gender difference / J. Yen, C. Yen, C. Chen, T. Tang, C. Ko // *Cyberpsychology & Behavior*. – 2009. – Vol. 12. – P. 187–191.

УДК 159.9

DOI 10.58551/24136522_2023_10_7_65

ЛИЧНОСТНО-СМЫСЛОВЫЕ ФАКТОРЫ СКЛОННОСТИ К КОГНИТИВНЫМ ОШИБКАМ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Топровер Виктор Игоревич

Аспирант кафедры психологии человека, институт психологии,
Российский государственный педагогический университет
им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург

E-mail: Vstarkov69@mail.ru

Научный руководитель: Королева Наталья Николаевна
Заведующая кафедрой психологии профессиональной деятельности и
информационных технологий в образовании,
доктор психологических наук, профессор
Российский государственный педагогический университет
им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург

Статья посвящена проблеме когнитивных ошибок и личностно-смысловых факторов их возникновения. Подчеркивается значимость изучения данной проблемы в аспекте юношеского возраста, на который приходится обучение в вузе. Представлены результаты пилотажного исследования, цель которого заключалась в выявлении связи между склонностью к когнитивным ошибкам и компонентами личностно-смысловой сферы студентов. Выборку составили 11 респондентов в возрасте от 18 до 25 лет, из них 5 мужчин и 6 женщин.

В ходе анализа результатов исследования у студентов данной выборки отмечены наиболее высокие показатели выраженности таких когнитивных ошибок, как чтение мыслей и преувеличение опасности, наименее высокие – по шкалам болезненное сравнение и доверие критикам. Корреляционный анализ выявил многочисленные связи между склонностью к когнитивным ошибкам и адаптацией, самопринятием, принятием других, интернальностью, базисными убеждениями личности, синдромом семейного дефицита и личностными особенностями студентов. По результатам анализа полученных данных сделан вывод о том, что методический инструментарий для основного исследования подобран адекватно, предварительная проверка полученных результатов свидетельствует об обоснованности выдвинутой гипотезы.

Ключевые слова: когнитивные ошибки, искажения, личностно-смысловая сфера, адаптация, базисные убеждения, жизненные ориентации, синдром семейного дефицита, студенты

PERSONAL AND SEMANTIC FACTORS OF THE PROPENSITY TO COGNITIVE ERRORS AMONG UNIVERSITY YOUTHS

Toprover Victor Igorevich

Postgraduate student of the Department of Human Psychology
Herzen State Pedagogical University of Russia, Saint Petersburg

E-mail: Vstarkov69@mail.ru

The article is devoted to the problem of cognitive errors and personal and semantic factors of their occurrence. The importance of studying this problem in the context of adolescence, which is a period of higher education, is emphasized. The results of the pilot research, the purpose of which was to identify the relationship between the tendency to cognitive errors and components of the personal and semantic sphere of students, are represented. The study sample was made up of 11 respondents aged 18 to 25 years, including 5 men and 6 women.

In the course of analyzing the results of the study, students of this sample had the highest rates of expression of such cognitive errors as mindreading and exaggeration of danger, and the lowest rates of expression of such cognitive errors as painful comparison and trusting critics. The correlational analysis revealed numerous correlations between the propensity to cognitive errors and adaptation, self-acceptance, acceptance of others, internality, basic personality beliefs, the syndrome of family deficit and personality traits of students. According to the results of the received data analysis, it is concluded that the methodological tools for the main study are adequately selected, the preliminary verification of the obtained results proves the validity of the suggested hypothesis.

Keywords: *cognitive errors, distortions, personal and semantic sphere, adaptation, basic beliefs, life orientations, family deficit syndrome, students.*

Когнитивные искажения (ошибки), то есть «ошибочные, иррациональные или преувеличенные способы мышления, которые, как считается, играют ключевую роль в развитии и сохранении многих психических расстройств» [10. С. 104], возникают во многих областях жизнедеятельности человека и очень часто становятся причиной нелогичного поведения и иррациональных поступков людей, неправильной оценки себя и окружающих, мешают адекватному взаимопониманию. И, как результат, наносят серьезный вред психическому здоровью, нередко приводя к стрессу, депрессии и тревожности, что, в конечном счете, ведет к снижению эффективности деятельности и качества жизни человека. Особенную актуальность данная проблема приобретает в юношеском возрасте, на который приходится обучение в вузе, поскольку объемы воспринимаемой и требующей правильного осмысления и восприятия студентами информации поистине огромны. В этой связи очевидна заинтересованность общества в своевременном выявлении людей, склонных к ошибочному поведению, с последующей разработкой подходов к его профилактике и коррекции. Эта задача может быть решена путем определения и описания факторов склонности к когнитивным искажениям.

Вместе с тем, как показал анализ литературы, активный интерес, проявляемый как зарубежными, так и отечественными психологами, как правило, связан с попытками классифицировать многочисленные ошибки мышления и причин, к ним приводящим. Более того, благодаря активной популяризации поведенческой экономики и когнитивной психологии принятия решений, на сегодняшний день наблюдается постепенное размывание границ данного понятия, многочисленные попытки найти когнитивные искажения в различных прикладных сферах и пути их преодоления [7; 8; 13]. При этом исследования, направленные на выявление личностно-смысловых факторов склонности к когнитивным ошибкам, в частности, у студентов, которые с присущим им юношеским максимализмом часто попадают в ловушки мышления, не менее важны и актуальны. Тем не менее, изучение данной проблемы в аспекте личностно-смысловой сферы личности на сегодняшний день находятся на периферии научного интереса психологов, хотя в некоторых исследованиях по проблеме индивидуальных различий когнитивных искажений встречаются достойные теоретические и эмпирические разработки [1; 2; 3; 4; 5; 9]. Однако на российской выборке студентов данная проблема не изучалась.

Мы предполагаем, что когнитивные ошибки (искажения) имеют смысловую природу, в их основе лежат искажения в смысловой сфере личности, прежде всего, на ее глубинных уровнях, связанных с убеждениями, смысловыми установками, жизненными ориентациями, метакогнитивными характеристиками. То есть существует связь склонности к когнитивным искажениям и личностно-смысловой сферой юношей и девушек. Для выявления данной связи в ходе теоретического анализа литературы была разработана теоретическая модель исследования личностно-смысловых факторов когнитивных ошибок, включающая социально-психологическую адаптацию, иррациональные установки, негативные базисные убеждения, синдром семейного дефицита, жизненные ориентации личности, индивидуально-личностные особенности.

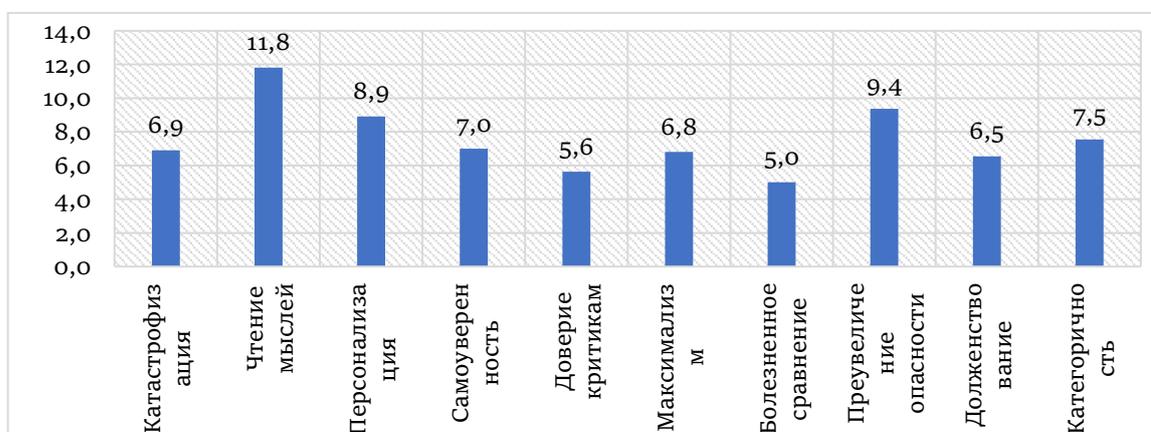
Для проверки обоснованности данного предположения, адекватности подобранного методического инструментария, а также предварительной проверки достоверности результатов опроса было проведено пилотажное исследование, в котором приняли участие 11 респондентов в возрасте от 18 до 47 лет (средний возраст – 27,3±9,30 лет), из них 5 мужчин и 6 женщин.

Онлайн-опрос был организован и проведен при помощи платформы для создания и администрирования опросов и онлайн-форм «Google Forms». Ссылка на заполнение данной формы была распространена при помощи социальной сети ВКонтакте и с использованием рассылки по Google почте.

Были использованы следующие психодиагностические методики: Опросник когнитивных ошибок (CMQ – ОКО) (А. Фриман, Р. Девульф), методика диагностики социально-психологической адаптации (СПА) (К. Роджерс, Р. Даймонд, адаптация А.К. Осницкого), Шкала базисных убеждений (WAS) (Р. Янов-Бульман, адаптация О. Кравцовой, Биографический опросник для диагностики нарушений поведения (BIV) (Bottscher, Jager, Lischer), Опросник жизненных ориентаций (ОЖО) (Е.Ю. Коржова), «Большая пятерка» (BFI) (Р. МакКрае, П. Коста, адаптация А.Б. Хромов), Опросник жизненных ориентаций (ОЖО) (Е.Ю. Коржова).

Для выбора корректных математико-статистических критериев был проведен анализ данных на нормальность распределения с использованием критерия Колмогорова-Смирнова, который показал, что распределение по многим анализируемым переменным не подчиняется закону нормального распределения, поэтому для дальнейшего анализа использован непараметрический коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

На рисунке 1 представлены средние значения выраженности когнитивных искажений, полученные в ходе тестирования респондентов по Опроснику когнитивных ошибок (CMQ – ОКО) (А. Фриман, Р. Девульф).



Источник: Составлено автором на основании результатов исследования

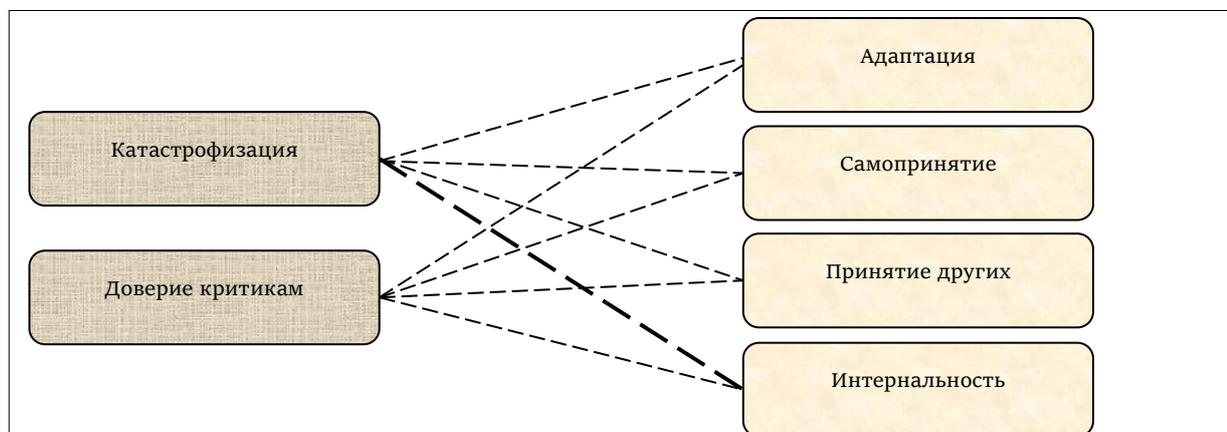
Рисунок 1 – Средние значения выраженности когнитивных ошибок у респондентов

На рисунке 1 наблюдается распределение показателей выраженности когнитивных ошибок в зоне средних значений практически по всем шкалам методики, за исключением шкал «доверие критикам» и «болезненное сравнение», значения по которым соответствуют низкому уровню выраженности. При этом наиболее высокие показатели зафиксированы по таким шкалам методики, как чтение мыслей и преувеличение опасности, наименее высокие – по шкалам болезненное сравнение и доверие критикам.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что большинство принявших участие в пилотажном исследовании респондентов уверены в своем умении читать чужие мысли и в способности окружающих по умолчанию догадываться, чего от них хотят. У них наблюдается склонность «додумывать» за других людей, опираясь на необоснованные ожидания и проекции, а также односторонние, нередко негативные суждения о намерениях, поступках и оценках других людей. Преувеличение опасности проявляется в уклонении от непредвиденных обстоятельств, избегании рисков, ответственности и соперничества, а также пассивность, чрезмерная осторожность и повышенный самоконтроль со ссылками на неблагоприятные обстоятельства, недоброжелательное отношение со стороны окружающих.

При этом для них не характерно обесценивание своих возможностей и достижений, декларирование своей слабости и беспомощности как оправдание неудач. Большинству принявших участие в исследовании не присущи пессимистические установки, нежелание брать на себя ответственность за что бы то ни было и выученная беспомощность. А низкие показатели по шкале доверия критикам характеризуют их как людей, которые не принимают на веру любую критику в свой адрес.

На рисунке 2 представлена корреляционная плеяда связей склонности к когнитивным ошибкам и социально-психологической адаптации респондентов, полученная по результатам корреляционного анализа.



*Примечание: жирная пунктирная линия – сильная отрицательная связь ($\rho \leq 0,01$)
пунктирная линия – слабая отрицательная связь ($\rho \leq 0,05$)*

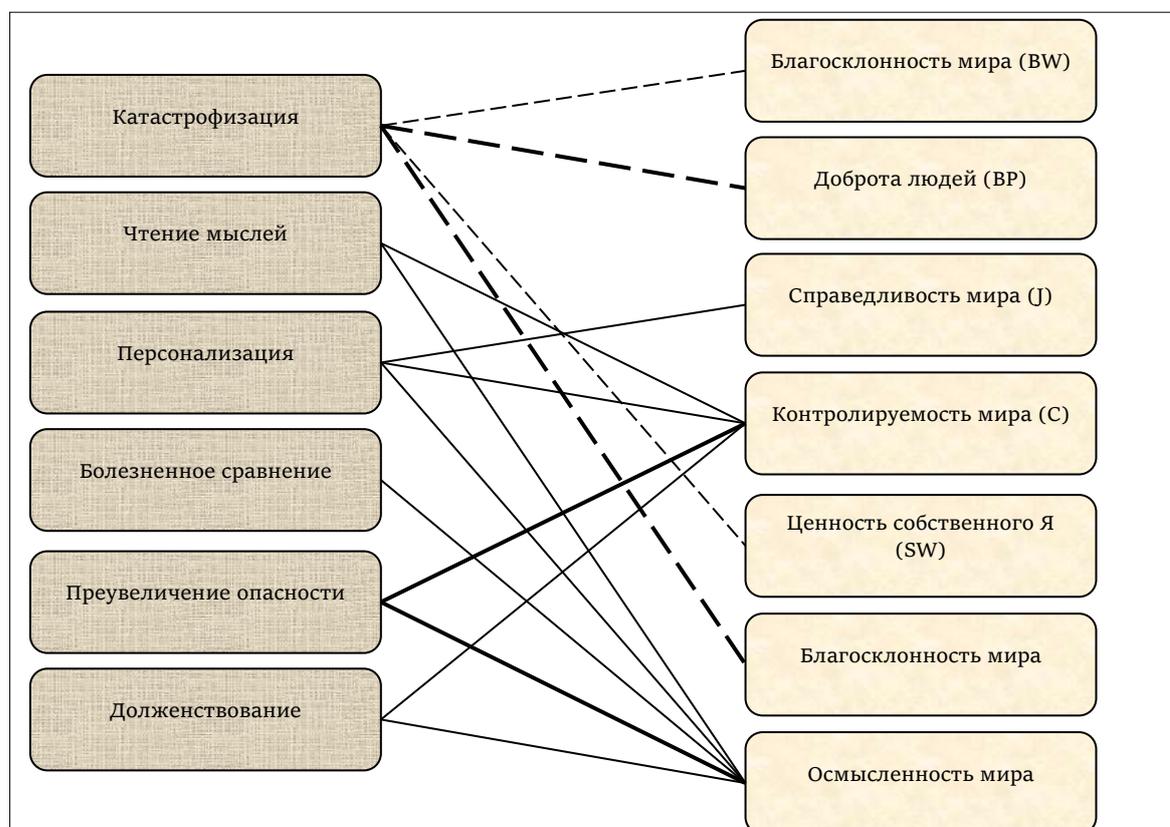
Источник: Составлено автором на основании результатов исследования

Рисунок 2 – Корреляционная плеяда связей между склонностью к когнитивным ошибкам и социально-психологической адаптацией

Итак, в ходе корреляционного анализа выявлено 8 отрицательных связей между склонностью к таким когнитивным ошибкам, как катастрофизация и доверие критикам, и адаптацией, самопринятием, принятием других и интернальностью. То более склонны преувеличивать значимость любой возникающей проблемы и бурно на нее реагировать, принимать на веру любую критику в своей адрес, как правило, люди, характеризующиеся личностной незрелостью, неудовлетворенностью собой, а также окружающими. Им бывает сложно принимать ответственные решения, при этом они

склонны приписывать причины происходящего внешними факторами (окружающей среде, судьбе или случаю).

На рисунке 3 представлена корреляционная плеяда связей между склонностью к когнитивным ошибкам и базисными убеждениями респондентов.



Примечание: жирная сплошная линия – сильная положительная связь ($\rho \leq 0,01$)
 сплошная линия – слабая положительная связь ($\rho \leq 0,05$)
 жирная пунктирная линия – сильная отрицательная связь ($\rho \leq 0,01$)
 пунктирная линия – слабая отрицательная связь ($\rho \leq 0,05$)

Источник: Составлено автором на основании результатов исследования

Рисунок 3 – Корреляционная плеяда связей между склонностью к когнитивным ошибкам и базисными убеждениями личности

Итак, в ходе корреляционного анализа выявлено 14 связей между склонностью к когнитивным ошибкам и базисными убеждениями личности. Так, склонность к катастрофизации отрицательно коррелирует с благосклонностью мира, добротой людей, ценностью собственного «Я», а также осмысленностью мира. Данные связи свидетельствуют о том, что обостренное, негативно преувеличенное реагирование на проблемы, что проявляется в нереалистичном ожидании угрозы жизни, здоровью, благосостоянию, в потере доверия и к окружающим, присуще людям, полагающим, что в мире негативных событий происходит гораздо больше, чем позитивных. Они постоянно сомневаются в доброжелательности и отзывчивости окружающих людей и, более того, уверены, что в их характере отрицательные черты преобладают над положительными.

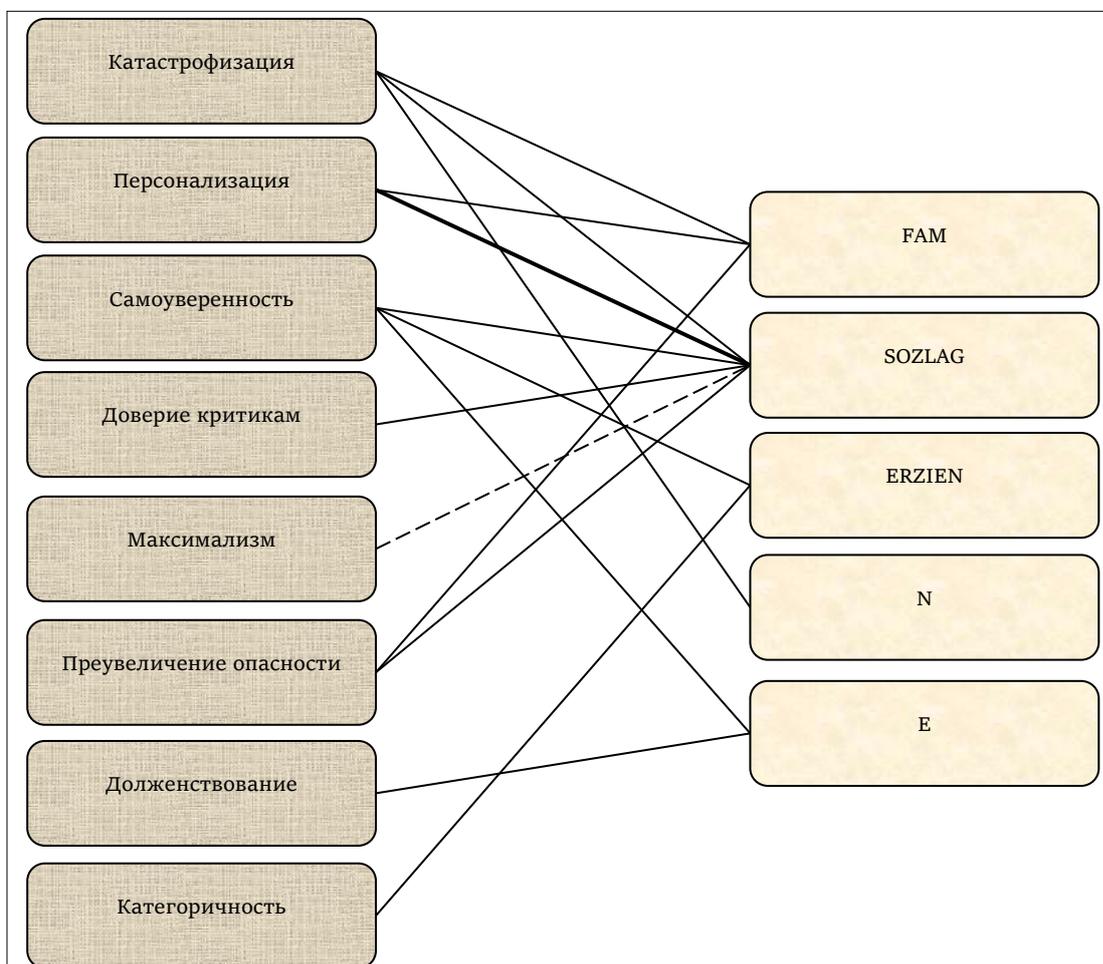
Склонность к таким когнитивным ошибкам, как чтение мыслей, персонализация, преувеличение опасности и долженствование положительно коррелируют с контролируемостью и осмысленностью мира. Это говорит о том, что исполнительные и аккуратные во взаимоотношениях люди, которые склонны «додумывать» за других людей, опираясь на собственные необоснованные ожидания

и проекции, готовы брать на себя ответственность за все, что происходит вокруг, при этом жестко контролируя себя, ссылаясь на многочисленные как реальные, так и надуманные неблагоприятные обстоятельства, как правило, уверены в своей способности держать под контролем события своей жизни.

Персонализация также положительно коррелирует со справедливостью мира, то есть декларирующие повышенную моральную ответственность, склонные все относить на свой счет люди придерживаются мысли о том, что поощрения за заслуги и распределение наград в мире справедливо.

Положительная связь между склонностью к болезненному сравнению и осмысленностью мира свидетельствует о том, что обесценивание своих возможностей, достижений, способностей, пессимистические установки и стремление снять с себя ответственность за жизненные неудачи, характерно тем людям, которые уверены в том, что все, что происходит с ними жизни, имеет смысл, а происходящие события – справедливы.

На рисунке 4 представлена корреляционная плеяда связей склонности к когнитивным ошибкам и синдрома семейного дефицита респондентов.



Примечание: жирная сплошная линия – сильная положительная связь ($\rho \leq 0,01$)
 сплошная линия – слабая положительная связь ($\rho \leq 0,05$)
 пунктирная линия – слабая отрицательная связь ($\rho \leq 0,05$)

Источник: Составлено автором на основании результатов исследования

Рисунок. 4 – Корреляционная плеяда связей между склонностью к когнитивным ошибкам и синдромом семейного дефицита респондентов

Итак, в ходе корреляционного анализа выявлено 14 связей между склонностью респондентов к когнитивным ошибкам и синдромом семейного дефицита. Так, склонность к катастрофизации, персонализации и преувеличению опасности положительно коррелирует со шкалами FAM и SOZLAG Опросника BIV. Данные связи свидетельствуют о том, что склонны преувеличивать угрожающую опасность, готовы брать на себя ответственность за все, что происходит вокруг, при этом жестко контролируя себя, ссылаясь на многочисленные как реальные, так и надуманные неблагоприятные обстоятельства, как правило, те люди, которые в детстве и юности имели сложные отношения с родителями и ощущали недостаток их внимания к себе. Они подвергались влиянию различного рода факторов окружающей среды, которые вызывали у них выраженное напряжение в личных и социальных ситуациях.

Склонность к самоуверенности и категоричности положительно коррелирует со шкалой ERZEIN, то есть завышенная самооценка, уверенность в собственной исключительности и непогрешимости, при этом стремление отстаивать свое мнение во что бы то ни стало и оспаривание чужой точки зрения зачастую только «из принципа», как правило, присуще тем, которые в детстве и юности подвергались негативным воспитательным воздействиям со стороны родителей или замещающих их лиц, практикующих нередко невротизированный стиль воспитания.

Склонность к самоуверенности, что проявляется в уверенности в собственной исключительности и непогрешимости, а также к долженствованию (безусловная и не всегда критичная приверженность правилам и нормам, перфекционизм) также положительно коррелирует с социальной активностью, общительностью, импульсивностью.

Склонность к катастрофизации (обостренное, преувеличенное реагирование на возникающие жизненные проблемы) связана с эмоциональной лабильностью, сильными эмоциональными реакциями, чувствительностью, тревожностью.

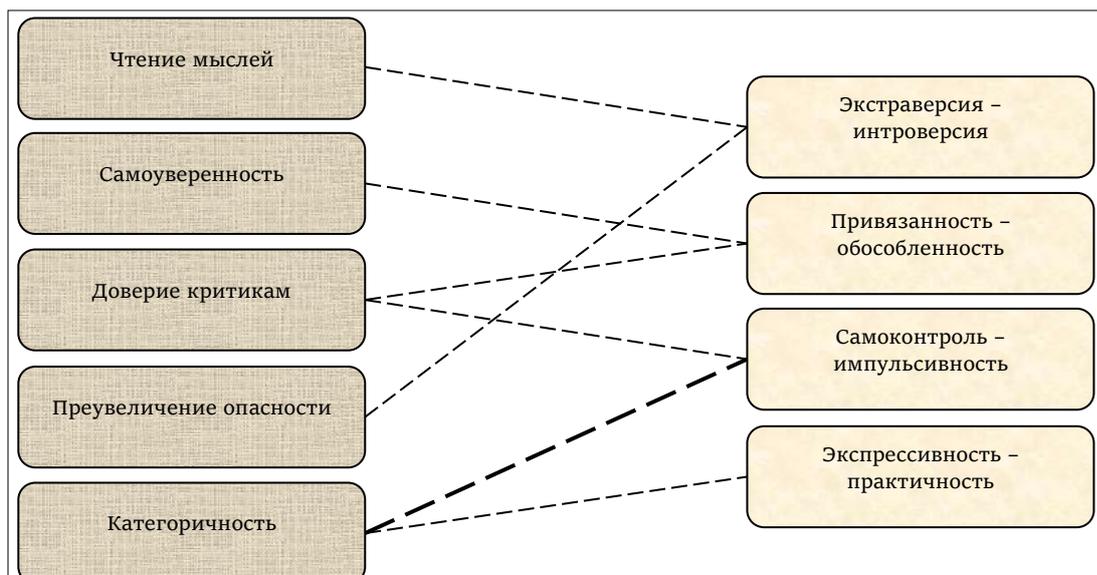
Самоуверенность и доверие критикам положительно коррелируют со шкалой SOZLAG, то есть люди с завышенной самооценкой, воспринимающие любое замечание как упрек, отвержение, подавление или унижение, чаще всего в детстве и юности испытывали трудности социальной адаптации, испытывая напряженность в различных личных и социальных ситуациях.

Склонность к максимализму отрицательно коррелирует со шкалой SOZAKT. Данная связь свидетельствует о том, что люди, стремящиеся к совершенству в любой сфере жизнедеятельности, обладающие амбициями и крайней в оценках и суждениях, в детстве и юности без труда устанавливали и поддерживали социальные контакты и не боялись раскрываться перед окружающими.

На рисунке 5 представлена корреляционная плеяда связей склонности к когнитивным ошибкам и личностных особенностей респондентов.

Итак, в ходе корреляционного анализа выявлено 7 связей между склонностью респондентов к когнитивным ошибкам и личностными особенностями респондентов. Так, склонность к чтению мыслей и преувеличение опасности отрицательно коррелирует с экстраверсией. Данные связи свидетельствуют о том, что склонны «додумывать» за других людей, опираясь на собственные необоснованные ожидания и проекции, жестко контролируют себя, ссылаясь на многочисленные как реальные, так и надуманные неблагоприятные обстоятельства, как правило, люди, характеризующиеся пассивностью, подчиненностью, замкнутостью, избеганием впечатлений.

Склонность к самоуверенности отрицательно коррелирует с привязанностью, то есть уверенные в своей исключительности и непогрешимости люди с завышенной самооценкой чаще всего подозрительны, равнодушны к окружающим, при этом склонны к соперничеству с ними в различных жизненных вопросах.



Примечание: жирная пунктирная линия – слабая отрицательная связь ($\rho \leq 0,01$)
пунктирная линия – слабая отрицательная связь ($\rho \leq 0,05$)

Источник: Составлено автором на основании результатов исследования

Рисунок 5 – Корреляционная плеяда связей между склонностью к когнитивным ошибкам и личностными особенностями респондентов

Доверие критикам отрицательно коррелирует с привязанностью и самоконтролем. Данные связи говорят о том, что принимают на веру любую критику в свой адрес, фиксируются на критических замечаниях, как правило, те люди, которые характеризуются безответственностью, импульсивностью, беспечностью, подозрительностью.

Кроме того, в ходе корреляционного анализа выявлена отрицательная связь между склонностью к катастрофизацией и такой жизненной ориентацией, как трансситуационный локус контроля. То есть обостренно, негативно преувеличенно реагирующие на жизненные проблемы люди чаще всего объясняют происходящие в их жизни события влиянием каких-либо внешних обстоятельств, исключая свою роль в их возникновении.

Таким образом, по результатам пилотажного исследования мы приходим к выводу, что цели пилотажного исследования достигнуты: методический инструментарий подобран адекватно, предварительная проверка полученных результатов тестирования свидетельствует об обоснованности выдвинутой гипотезы.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Башкатов С. А. Личностные особенности студентов, склонных к совершению ошибок, обусловленных иррациональными установками и когнитивными искажениями / С. А. Башкатов, А. А. Шахов, В. Б. Прудников // Общество: социология, психология, педагогика. – 2022. – № 12 (104). – С. 14-18.
2. Бек Дж. Когнитивно-поведенческая терапия. От основ к направлениям / Дж. Бек. – СПб.: Питер, 2019. 416 с.
3. Гаевская Л. Г. Смыслообразование в процессе адаптации к трудной жизненной ситуации / Л. Г. Гаевская // Baikal Research Journal. – 2022. – № 4. – С. 20-26.
4. Кашапова Э. Р. Когнитивные искажения и их влияние на поведение индивида / Э. Р. Кашапова, М. В. Рыжкова // Вестник Томского государственного университета. Экономика. – 2015. – № 2 (30). – С. 15-26.

5. Легостаева Е. С. Когнитивные ошибки у лиц, страдающих тяжелыми соматическими заболеваниями / Э. Р. Легостаева // Современные проблемы науки и образования. – 2018. – № 5. – С. 94.
6. Agnihotri S. Association between cognitive distortions and problematic internet use among students during the COVID-19 pandemic / S. Agnihotri, R. Sh. Datti // Children and Youth Services Review. – 2023. – Vol. 155. – P. 12-16.
7. Blumenthal-Barby J. S. Cognitive biases and heuristics in medical decision making: a critical review using a systematic search strategy / J. S. Blumenthal-Barby, H. Krieger // Medical Decision Making. – 2015. – V. 35 (4). – P. 539-557.
8. Burmeister K. Are entrepreneurs' decisions more biased? An experimental investigation of the susceptibility to status quo bias / K. Burmeister, C. Schade // Journal of Business Venturing. – 2007. – V. 22 (3). – P. 340-362.
9. Flett G. L. The continuity of depression in clinical and nonclinical samples / G. L. Flett // Psychol. Bull. – 1997. – V. 121(3). – P. 395-416.
10. Morrison A. S. Optimized short-forms of the Cognitive Distortions Questionnaire / A. S. Morrison, B. Ustun, A. Horenstein, S. C. Kaplan, I. R. Oliveira, S. Batmaz, J. J. Gross // Journal of Anxiety Disorders. – 2022. – Vol. 92. – P. 102-624.
11. Orłowski S. Corrigendum to «The association of cognitive distortions and the type of gambling in problematic and disordered gambling» / S. Orłowski, E. Tietjen, A. Bischof, D. Brandt, L. Schulte, G. Bischof, B. Besser, A. Trachte // Addictive Behaviors. – 2021. – Vol. 112. – P. 12-15.
12. Perziani S. Cognitive distortions and structural neuroimaging data predict depression severity in unipolar and bipolar depression: a machine learning study / S. Perziani, F. Colombo, F. Calesella, L. Fortaner-Uyà, C. Monopoli, B. Bravi // Neuroscience Applied. – 2023. – Vol. 2. – № 2. – P. 12-14.
13. Zhang S. X. The study of bias in entrepreneurship / S. X. Zhang, J. Cueto // Entrepreneurship Theory and Practice. – 2017. – V. 41 (3). – P. 419-454.

УДК 159.9.

DOI 10.58551/24136522_2023_10_7_74

ПОДХОДЫ К ПОНИМАЮ ПРОБЛЕМЫ ПРОКРАСТИНАЦИИ И АРТ – ТЕРАПИЯ КАК МЕТОД ЕЕ КОРРЕКЦИИ

Юдин Семен Анатольевич

Аспирант, ФГБОУ ВО "Кемеровский государственный университет"

E-mail: semen.yudin@mail.ru

Преподавание в высших учебных заведениях за последние десятилетия заметно улучшилось, однако многие студенты страдают от прокрастинации во время подготовки к занятиям или экзаменам. Феномен прокрастинации был известен давно, но с каждым годом эта проблема становится все острее. Не смотря на улучшение системы образования, доступность информации, и многие другие технические удобства, уровень академической прокрастинации с каждым годом возрастает. Эта проблема может серьезно ухудшить качество образования в вузах, и как следствие снизить подготовленность будущих специалистов. Решение проблемы прокрастинации в академической среде это важная задача, особенно с учетом роста доступных развлечений, когда у каждого человека, в любое время, есть быстрый доступ к получению сиюминутных удовольствий (соц. сети, юмористические видео и картинки, мобильные игры). Систематическое откладывание дел «на потом» приводит к ухудшению продуктивности в учебе или работе. Этот феномен характеризуется иррациональным откладыванием выполнения поставленной цели и сопровождается эмоциональным дискомфортом для самого прокрастинатора. В статье представлены подходы к пониманию проблемы прокрастинации, а также предложены способы борьбы с ней, на основе методов арт – терапии.

Ключевые слова: психология, прокрастинация, теории прокрастинации, учебная деятельность, самоорганизация, студенты, арт – терапия, техники арт – терапии.

APPROACHES TO UNDERSTANDING THE PROBLEM OF PROCRASTINATION AND ART THERAPY AS A METHOD OF ITS CORRECTION

Yudin Semyon Anatolievich

Graduate student, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Kemerovo State University"

E-mail: semen.yudin@mail.ru

Teaching in higher education has improved markedly in recent decades, but many students suffer from procrastination when preparing for classes or exams. The phenomenon of procrastination has been known for a long time, but every year this problem becomes more acute. Despite the improvement of the education system, the availability of information, and many other technical conveniences, the level of academic procrastination is increasing every year. This problem can seriously deteriorate the quality of education in universities, and as a result reduce the preparedness of future specialists. Solving the problem of procrastination in an academic environment is an important task, especially given the growth of accessible entertainment, when every person, at any time, has quick access to momentary pleasures (social networks, humorous videos and pictures, mobile games). Systematically postponing things "for later" leads to deterioration in productivity in school or work. This phenomenon is

characterized by irrational delay in completing a set goal and is accompanied by emotional discomfort for the procrastinator himself. The article presents approaches to understanding the problem of procrastination, and also suggests ways to combat it based on art therapy methods.

Keywords: *psychology, procrastination, theories of procrastination, educational activities, self-organization, students, art therapy, art therapy techniques.*

Феномен прокрастинации как указывает П. Стилл и ряд других исследователей существовал в истории человечества всегда и, пожалуй, в той или иной степени знакомо каждому человеку. Однако научное исследование этого пагубного явления началось сравнительно не давно [16].

Прокрастинация (англ. Procrastination, от лат. procrastinatus: pro – (вместо, впереди) и crastinus (завтрашний)) – это понятие обозначает склонность к постоянному «откладыванию на потом» неприятных мыслей или дел [2]. Прокрастинация характеризуется склонностью к откладыванию работы, заданий по учебе или других важных дел или решений, даже если это повлечет серьезные проблемы, или наказание.

Как показывают лонгитюдные исследования уровень прокрастинации за последние 25 лет постоянно возрастает. [9]

Процесс преподавания в высших учебных заведениях за последние десятилетия заметно улучшился, однако многие студенты страдают от прокрастинации во время подготовки к занятиям или экзаменам. Из-за особенностей когнитивного развития и самоорганизации уровень академической прокрастинации у студентов может достигать до 75% [6].

Прокрастинация характеризуется иррациональным откладыванием начала или завершения поставленной цели и сопровождается эмоциональным дискомфортом для самого прокрастинатора [5].

П. Рингенбах в 1977 в своей книге «Прокрастинация в жизни человека» впервые ввел этот термин в научный оборот. Позже была опубликована книга А. Эллиса и В. Кнауца «Преодоление прокрастинации» в основу которой легли клинические исследования [8].

Середина 80 годов ознаменуется началом научно – академического анализа прокрастинации [15].

В конце XX – начале XXI века феномен прокрастинации привлек внимание отечественных исследователей.

В 1997 г. в журнале Psychological Science было опубликовано исследование Д. Тайса, В. Джеймса и Р. Баумейстера выявляющее негативное влияние прокрастинации. Исследователи распределили студентов колледжа по установленной шкале прокрастинации, после чего отслеживали их академическую успеваемость, стресс и общий уровень здоровья в течении семестра. Изначально строилось предположение что у прокрастинации есть и положительное влияние, так как у студентов с прокрастинацией был выявлен меньший уровень стресса. Однако негативные эффекты прокрастинации преобладали над положительными. У прокрастинаторов было выявлено снижение академической успеваемости в сравнении с другими студентами. Они завершали задания позже и качество выполненной работы было значительно хуже. Так же у прокрастинаторов был выявлен более высокий уровень стресса [16].

Решение проблемы прокрастинации в академической среде это важная задача, особенно с учетом роста доступных развлечений, когда у каждого человека, в любое время, есть быстрый доступ к получению сиюминутных удовольствий (соц. сети, юмористические видео и картинки, мобильные игры).

Систематическое откладывание дел «на потом» приводит к ухудшению продуктивности в учебе или работе. При этом когда откладывать задачи уже нет возможности, прокрастинатор пытается наверстать упущенное время. Спешка может привести к ошибкам, снижению качества выполняемой работы, а также сильному стрессу и негативному отношению к выполненной работе.

По имеющимся данным одной из главных причин трудностей в обучении является прокрастинация. Согласно современным исследованиям от 46 до 95% обучающихся средних и высших учебных заведений причисляют себя к прокрастинаторам [1].

Н. Милграм с соавторами [10] выделили 5 типов прокрастинации:

1) бытовая – проявляется в откладывании домашних дел, которые должны выполняться регулярно; 2) откладывание принятия решений; 3) откладывание жизненно важных решений, таких как: выбор профессии, поиск работы, создание семьи; 4) компульсивная, которая является сочетанием поведенческой прокрастинации и прокрастинации в принятии решения; 5) академическая т.е. откладывание подготовки к занятиям, экзаменам и т.д. [11].

Выделяют 5 основных подходов к объяснению феномена прокрастинации:

Первый подход объясняет прокрастинацию как механизм избегания трудностей, возникающих во время работы или учебы. Причиной этому может служить неуверенность в своих силах, чувство тревоги или страх перед выполнением того или иного задания (особенно если результаты будут оцениваться публично). Эти чувства вызывают сильное стремление отсрочить или отложить неприятную деятельность и снять напряжение занявшись чем-то более приятным. Как результат субъект приступает к выполнению задания, когда откладывать уже нельзя и страх перед полным провалом превышает тревогу неудовлетворительного выполнения этого задания [12]. Сириус и соавторы в своих работах пишут, что такие прокрастинаторы перекалывают ответственность за выполнение задания на «самих себя в будущем». Личность ошибочно полагает, что в будущем условия для выполнения задания будут лучше, и она будет более подготовлена эмоционально для его выполнения [13].

Сюда же можно отнести страх успеха и нежелание выделяться [7]. Это скромность, граничащая с комплексом неполноценности, приводит к тому что личность боится быть объектом всеобщего внимания.

Второй теорией, объясняющей прокрастинацию является стремление личности к сопротивлению установленным временным рамкам. Этот протест, вызванный раздражением, навязанными целями, приводит к стремлению отложить неприятное дело «на потом». Такой тип прокрастинаторов откладывают задачи, чтобы создать иллюзию контроля над собственной жизнью и самостоятельного принятия решения, тем самым пытаясь устранить диссонанс.

Еще одной причиной прокрастинации является перфекционизм [8]. Стремясь к совершенству и идеальному выполнению задания личность тратит драгоценное время, отведенное на его выполнение, уделяя внимание несущественным мелочам и деталям. Студент – перфекционист может потратить все время, отведенное на подготовку к экзамену, чтобы досконально выучить несколько билетов, но, чтобы выучить остальные ему не хватит времени. Однако не все исследователи соглашались с этой теорией, так как прокрастинация свойственна, как перфекционистам, так и людям которые к ним не относятся [14].

Мы полагаем, что сам по себе перфекционизм нельзя относить к прокрастинации, так как, когда человек тратит время на доработку мелких, возможно даже не значительных аспектов задания, он при этом занят выполнением этого задания, в отличие от «истинного» прокрастинатора, который либо переключается на постороннюю деятельность, не связанную с заданием, либо вовсе откладывает его выполнение на не определенное время.

По другой версии, причиной прокрастинации может быть стремление к гедонизму – получению удовольствия «здесь и сейчас». Такие прокрастинаторы будут откладывать выполнение задачи до последнего, и заниматься более приятными делами.

Еще одна теория объясняет прокрастинацию ожиданиями успешного выполнения задания и размерами вознаграждения за проделанную работу. Стремление индивида выполнить работу зависит от четырех составляющих: вероятность успеха, значимости вознаграждения и общего количества времени до завершения поставленной задачи. Для индивида поставленная задача будет ощущаться более значимой, если он будет уверен в успехе выполнения работы и по итогу он получит важное для себя вознаграждение, которое будет равноценно затраченным усилиям. Однако если награда не важна для индивида, затраченные усилия не соизмеримы с величиной вознаграждения, а вероятность успеха крайне мала, то уровень прокрастинации будет возрастать [4].

Мы же считаем, что среди всего многообразия типов прокрастинаторов в той или иной мере встречаются все типы и главный вопрос в их процентном соотношении.

Мы, полагаем, что наиболее распространенной причиной возникновения прокрастинации является неправильное восприятие и организация времени. Многие из вышеперечисленных причин прокрастинации так или иначе связаны с особенностями эмоционального восприятия времени. Так, например, студенты, которые пытаются с помощью прокрастинации справиться с тревогой, имеют мрачные и пугающие представления о собственном будущем, в котором их ждет, как они думают, неизбежный провал. Перфекционисты, откладывающие завершение начатой работы, чтобы все проверить и довести свой проект до совершенства, так же обращаются к своему будущему, в котором они ждут похвалы и одобрения со стороны общества, коллег или родных. В случаях, когда поводом для прокрастинации является страх неудачи и незначительное будущее вознаграждение, так же затрагивает представление о будущем времени. Стремление отложить работу, чтобы получить удовольствие «здесь и сейчас» может свидетельствовать об оторванности личности от своего психологического будущего и несформированности четких и реалистичных планов, либо о наличии когнитивных искажений, в которых будущее представляется мрачным, безрадостным и без возможности его изменить в настоящем. Такие особенности психологического времени будут формировать склонность к гедонизму – получить максимум удовольствия в настоящий момент, ведь потом такой возможности может не быть.

Исследования студентов Рызовой С.В. показали, что у прокрастинаторов доминируют «автоматические мысли» касающиеся не эффективного тайм-менеджмента, неуверенности в себе, веры в собственную некомпетентность, обесценивание откладываемой деятельности, представление о мире как о среде задающую слишком жесткие правила [5].

Существует множество методов борьбы с прокрастинацией: ведение дневника, планирование распорядка дня, деление большой задачи на более мелкие и поэтапное их выполнение. Не стандартным решением проблемы прокрастинации может стать арт терапия. Она зарекомендовала себя в решении многих проблем таких как: депрессия, стресс, фобии, низкая самооценка.

Разработка арт-терапии началась с работ Принцхорна в 1922 г. Арт-терапия – обобщенное понятие, включающее множество разнообразных методов психокоррекции. Термин «арт-терапия» буквально обозначает терапию искусством (изобразительным, музыкальным, пластическим творчеством) с целью воздействия на психоэмоциональное состояние личности. Разнообразные творческие задания арт – терапии (рисунок, графика, живопись, скульптура, дизайн, мелкая пластика, резьба, выжигание, чеканка, витраж, всевозможные поделки из меха, кожи, тканей и др.) подталкивают личность к выражению своих эмоциональных переживаний,

внутренних противоречий, творческому самовыражению и общению с психотерапевтом или группой.

Арт терапия может быть эффективным способом справиться с этими эмоциональными состояниями, поскольку она позволяет людям выразить свои эмоции и мысли через креативные процессы и улучшить свою самооценку и уверенность в своих способностях.

Согласно Гольдштейну, творчество помогает избавиться от страха, который возникает в связи с внутреличностным конфликтом, и направить свои силы для преодоления препятствий, и решения внутренних и внешних конфликтов.

Маслоу утверждал, что главное стремление каждой личности – это непрерывное стремление к самоактуализации – полного раскрытия своего потенциала (в том числе творческого). У людей, страдающих неврозами, эта потребность заблокирована и творчество может быть ключом к ее высвобождению.

Сторонники вышеописанных взглядов ставят во главу угла творчество не просто как действие, процесс, а подчеркивают его эстетическую сторону. Интегрирующая роль искусства заключается в том, что творческий процесс снижает напряжение, ведущее к неврозу, и объективизирует внутренние конфликты [3].

Мы полагаем что арт-терапия может помочь не только справиться со страхом, чувством тревоги, неуверенностью в себе, повысить самооценку, но и изменить эмоциональное восприятие времени, поменяв представление о своем прошлом, настоящем или будущем.

Мы предлагаем несколько методик которые могут помочь студентам справиться с прокрастинации:

Создание визуальных планов: Испытуемый создает карту задач, отображающую шаги необходимые для выполнения задачи. Карта изображается в виде метафоричного рисунка ракеты, летящей к финальной цели, или дерева, где цель будет помещена на вершине. Рисунок можно дополнить описанием чувств, которые испытуемый ощутит в момент реализации цели. Эта методика может помочь лучше понять процесс выполнения поставленной задачи, осознать финальную цель, организовать свои действия и предвосхитить успех, тем самым повысив уверенность в собственные силы и свое будущее.

Использование цветовой терапии: Испытуемому необходимо выбрать, цвет, который для него ассоциируется с прокрастинацией, и цвет, который для него олицетворяет продуктивность и выполнение задачи. Затем с помощью выбранных цветов испытуемый рисует картину, чтобы отразить свой переход от прокрастинации к выполнению задачи.

Создание коллажей: Испытуемому необходимо создать коллаж из изображений, отражающий его цель, имеющиеся качества, которые могут ему помочь в достижении этой цели. Эта методика поможет испытуемому увидеть собственный потенциал, убедить его в том, что задача ему по силам и избавиться от ложного убеждения в собственной несостоятельности.

Выводы. Представленные выше методики требуют дальнейших исследований того насколько они эффективно могут помочь людям в борьбе с прокрастинацией. Однако в целом, арт-терапия представляет собой многообещающий подход для борьбы с этой проблемой, который может быть использован как самостоятельный метод, так и в комбинации с другими методиками, поскольку она помогает осознать свои представления о настоящем, будущем и прошлом, выразить свои эмоции, мотивации, стимулировать творческое мышление и улучшить настроение, а также она может помочь уменьшить уровень стресса.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Воробьева М.А. Связь мотивации учебной деятельности с самоорганизацией деятельности у студентов//Педагогическое образование в России. 2012. № 6. С. 184–188.
2. Ильин Е. П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень. [Текст]: Серия «Мастера психологии» – СПб.: 2011. – 224 с М.: Питер. 2011 г.
3. Карвасарский Б. Д. Психотерапевтическая энциклопедия. – 2-е издание изд. – СПб.: Издательский Дом ПИТЕР, 2000. – 944 с.
4. Разгуляева А.А., Чумакова Т.Н. Прокрастинация с точки зрения психологии // Академическая публицистика. – 2021. – №2. – с. 264–267.
5. Рызова С. В. Особенности автоматических мыслей при прокрастинации у студентов гуманитарных вузов / С. В. Рызова // Евразийский союз ученых. – 2018. – № 2-3(47). – С. 48–50. – EDN YUHSAT.
6. Banich M.T. Executive function: the search for an integrated account. *Current directions in psychological science*, 18, 2009. – p.89–94.
7. Burka J. B., Yuen L. M. *Procrastination: why you do it, what to do about it?* Reading, MA: Addison-Wheesley, 2008. Burke R.J.
8. Ellis A., Knaus W. J. *Overcoming procrastination*. NY.: Signet Books, 1977. Ellis T., Ratliff K. Cognitive characteristics of suicidal and nonsuicidal psychiatric inpatients // *Cognitive therapy and research*, 1986, v. 10, p. 625–634. Enns M.
9. Kachgal M. M., Hansen L. S., Nutter K. J. Academic procrastination prevention/intervention: Strategies and recommendation // *Journal of Developmental Education*, 2001, v. 25, p. 14–24.
10. Milgram N. A., Batory G., Mowrer D. Correlates of academic procrastination // *Journal of School Psychology*, 1993, v. 31, p. 487–500.
11. Milgram N. A., Tenne R. Personality correlates of decisional and task avoidance procrastination // *European Journal of Personality*, 2000, v. 14, p. 141–156.
12. Senecal C., Lavoie K., Koestner R. Trait and situational factors in procrastination: An interactional model // *Journal of Social Behavior and Personality*, 1997, v. 12 (4), p. 889–903.
13. Sirois F. M., Pychyl, T. A. Procrastination and the Priority of Short-Term Mood Regulation: Consequences for Future Self. // *Social and Personality Psychology Compass*. – 2013. – №7. – С. 115–127.
14. Slaney R., Rice K., Ashby J. A programmatic approach to measuring perfectionism: the almost perfect scales // G. Flett, P. Hewitt (eds.). *Perfectionism: Theory, research and treatment*. Washington, Americ. Psychol. Assotiation, 2002, p. 63–89.
15. Solomon L. J., Murakamy J. Affective, cognitive and behavioral differences between high and low procrastinators // *Journal of Counsel. Psychology*, 1986, v. 33 (4), p. 387–394. Rynes S.
16. Tice D. M., Baumeister, R. F. Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The costs and benefits of dawdling. // *Psychological Science*. – 1997. – №8. – С. 454–458.

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОДИАГНОСТИКА ЦИФРОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СРЕД (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ)

УДК 159.9

DOI 10.58551/24136522_2023_10_7_80

ИССЛЕДОВАНИЕ СУБЪЕКТИВНОЙ КАРТИНЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ И ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ СТУДЕНТОВ

Заводчиков Дмитрий Павлович

Кандидат педагогических наук,

ФГБОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Лебедева Екатерина Владимировна

Кандидат психологических наук,

ФГБОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Шаров Антон Александрович

Старший преподаватель,

ФГБОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет»

E-mail: asharoff@yandex.ru

В статье представлены результаты эмпирического исследования субъективной картины жизненного пути (насыщенности жизненного и профессионального плана) и существенных психологических характеристик взаимосвязанных с этим феноменом, особенностями самоорганизации, рефлексивностью и способностью к прогнозированию. В системе представлений личности о своем профессиональном жизненном пути его событийное наполнение оказывается связанным с реализацией отношения к различным временным модусам – прошлому, настоящему и будущему. Учитывая направленность как хронологического, так и психологического времени, в рамках каузометрического подхода в фокусе внимания находится конструкт, связанный с образом будущего – временная перспектива. Полученные результаты говорят о том, что значимыми психологическими характеристиками, оказывающими влияние на построение субъективной картины профессиональной жизни в процессе профессионального образования, являются компоненты самоорганизации и рефлексивности, выступая предиктором образа профессионального будущего.

Ключевые слова: жизненный путь, профессиональный путь, временная перспектива, трансспектива, самоорганизация, прогнозирование, каузометрия.

THE STUDY OF THE SUBJECTIVE PICTURE OF THE PROFESSIONAL PATH OF THE INDIVIDUAL AND THE TIME PERSPECTIVE OF STUDENTS

Breeders Dmitry Pavlovich

*Candidate of Pedagogical Sciences,
Russian State Vocational Pedagogical University*

Lebedeva Ekaterina Vladimirovna

*Candidate of Psychological Sciences,
Russian State Vocational Pedagogical University*

Sharov Anton Alexandrovich

*Senior lecturer,
Russian State Vocational Pedagogical University
E-mail: asharoff@yandex.ru*

The article presents the results of an empirical study of the subjective picture of the life path (saturation of the life and professional plan) and significant psychological characteristics interrelated with this phenomenon, features of self-organization, reflexivity and the ability to predict. In the system of a person's ideas about his professional life path, his event content turns out to be associated with the realization of an attitude to various temporal modes – the past, present and future. Taking into account the orientation of both chronological and psychological time, within the framework of the causometric approach, the focus is on a construct associated with the image of the future – a temporal perspective. The results obtained indicate that significant psychological characteristics that influence the construction of a subjective picture of professional life in the process of vocational education are components of self-organization and reflexivity, acting as a predictor of the image of the professional future.

Keywords: *life path, professional path, time perspective, transpective, self-organization, forecasting.*

Работа выполнена в рамках гранта РФФИ 23-28-01519
«Субъективная картина профессиональной жизни личности».

Глобальные изменения социально-экономического и политического ландшафта, прогрессивное развитие цифровых технологий и модификация трудовых функций повлекли за собой усложнение отношений субъекта труда с динамично обновляющейся профессиональной реальностью. В условиях постоянных изменений и быстрого развития технологий возрастает значение непрерывного образования и самообразования, которые позволяют специалисту адаптироваться к новым условиям и быть конкурентоспособным на рынке труда.

Важным психическим образованием, обеспечивающим процесс построения личностью траектории профессионального развития, выступает субъективная картина профессионального и жизненного пути. Необходимость формирования у студентов опережающей готовности к трудовой деятельности в условиях неопределенности обусловила повышенный интерес к проблеме прогнозирования и построения образа будущего на стадии получения профессионального образования.

В работах отечественных авторов жизненный путь личности рассматривается как совокупность значимых жизненных событий, локализованных в прошлом, настоящем или будущем, логически связанных между собой и объединенных жизненным смыслом. Методологические основы изучения жизненного пути личности

представлены в работах Б.Г. Ананьева, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, К.А. Абульхановой-Славской, Л.И. Анцыферовой, Ш. Бюлер, Ж. Нюттена и др.

В 1982-84 гг. Е.И. Головахой и А.А. Кроником был предложен и разработан оригинальный метод психодиагностики субъективной картины жизненного пути – каузометрия, более полно рассмотренный в неоднократно переиздаваемой монографии А.А. Кроника, Р.А. Ахмерова (2003, 2008, 2022). Каузометрический анализ биографии лег в основу разработки компьютерных диагностических систем, в частности, методики «Персоплан», акцентировавшей аспект целевого планирования (А.Г. Шмелев, 1993).

Проблема временной перспективы и трансспективы, являясь междотраслевой областью психологического знания рассматривалась в трудах Л. С. Франка, А.К. Болотовой, В.И. Ковалева, Ф. Зимбардо, Дж. Бойда, Е.М. Вечкановой, Л.В. Бороздиной, И.А. Спиридоновой и др. В работе О.В. Митиной, А. Сырцовой [12] указывается, что эти конструкты могут рассматриваться с точки зрения «временных пристрастий» или рамок, восприятия личностью последствий своих поступков. Временная перспектива и ориентация на будущее изучается в контексте длительности, направленности, событийной наполненности и детализации, а также оптимистичных или пессимистичных ожиданий субъекта относительно своего будущего и возможности управления им.

Основная часть

Целесообразность разработки темы заключается в необходимости преодоления недостаточности научных знаний о взаимовлиянии внутренних механизмов временной самоорганизации и субъективной картины профессионального пути будущих педагогов.

Научная новизна результатов заключается в выявлении взаимосвязи временной перспективы и психологических характеристик ее реализации, что позволит решать практические задачи профессионального самоопределения.

Цель работы состоит в изучении взаимосвязей показателей субъективной картины профессионального пути, самоорганизации, рефлексивности, способности к прогнозированию и временной перспективы будущих педагогов на стадии получения ими профессионального образования.

Теоретическая значимость исследования заключается в расширении и конкретизации знаний относительно влияния внутренних детерминант, выступающих «гибким» инвариантом профессионализма на способность к построению будущим специалистом траектории своего профессионального развития.

Практическая значимость состоит в том, что результаты исследования могут быть учтены при разработке и реализации программы, направленной на развитие акмеологической и профессионально-прогностической компетентности будущих педагогов

Теоретико-методологическое обоснование и методы исследования.

Основными научными методами, используемыми в исследовании, являются общенаучные (сравнение, анализ, синтез). В данной работе были использованы такие методы, как анализ научной литературы по тематике исследования, психодиагностические и опросные методы: каузометрический опрос, методика «Временная перспектива» (ЗТPI, Ф. Зимбардо в модификации А. Сырцовой, Е.Т. Соколовой, А.В. Митиной), методика «Способность к прогнозированию» Л.А. Регуш, методика «Рефлексивность» А.В. Карпова, методика «Диагностика особенностей самоорганизации» А.Д. Ишкова.

Впервые понятие «субъективная картина жизненного пути» было применено Б. Г. Ананьевым (1968). Согласно точке зрения автора, субъективная картина жизненного пути является продуктом самосознания, отражающим этапы развития личности в конкретном социокультурном пространстве и связывающим в одной системе отсчёта психологическое, биологическое и историческое время [2].

Образ, запечатлевший в себе историю становления личности, актуальные переживания и планы на будущее, оказывается соотнесён с вехами социально-исторического развития и выполняет ряд функций: регулятивных, коммуникативных, отражательных.

Субъективная картина жизненного пути формируется под влиянием множества факторов, к числу которых можно отнести пол, индивидуально-типологические и характерологические особенности личности, накопленный опыт и профессиональный стаж. Принадлежность человека к определенной профессиональной группе накладывает отпечаток на структуру опыта и ее вербальную и графическую репрезентацию, благодаря чему стали возможны исследования отдельных аспектов жизненного пути, связанных с профессиональным становлением и формообразованием личности в профессии.

В диссертационной работе А.А. Корниловой под субъективной картиной профессиональной жизни человека понимается сложный феномен, связанный с профессиональным развитием человека и включающий в себя пространственно-временной, мотивационно-эмоциональный и когнитивный компоненты [5].

В системе представлений личности о своем жизненном пути его событийное наполнение оказывается связанным с реализацией отношения к различным временным модусам – прошлому, настоящему и будущему. Учитывая направленность как хронологического, так и психологического времени, неудивительно, что в фокусе внимания исследователей оказался конструкт, связанный с образом будущего – временная перспектива. Простроенное профессиональное будущее рассматривается в качестве основы профессиональной успешности [14].

Традиционно исследования временной перспективы затрагивали преимущественно подростковый и юношеский возраст (Д.Ю. Эльконин, Ш. Бюлер, Дж. Марсиа, М. Гинзбург, И.С. Кон и др.), поскольку одним из новообразований этого периода является способность к проецированию себя в будущее. Адекватность построения планов, в свою очередь, в значительной степени обусловлена спецификой личностной организации времени, (К.А. Абульханова, Т.Н. Березина [1]). К. Левин определял временную перспективу как видение прошлого или будущего в настоящем, предполагая, что эмоции и когнитивная деятельность по поводу временным модусов может оказывать влияние на действия человека [9].

Единство эмоциональной, мотивационной, когнитивной и социальной составляющей темпоральной организации личности обнаруживает себя во временных ориентациях. Концепт «временной ориентации» многозначен и включает в себя, в частности, фокусировку на определенной временной рамке, а также диапазон отношений к ней – от фатализма и неприятия до удовлетворенности и целенаправленного оптимизма. В методике, разработанной А.Гонзалесом и Ф. Зимбардо (1997), выделено пять типов отношений к временному континууму. Как указывают сами авторы, отношение ко времени коррелирует с личностными свойствами и проявляет себя в принятии решений по поводу настоящего и будущего.

Неразрывно-направленный, «сквозной» характер субъективного времени нашёл отражение в понятии «транспектива», предложенном В.И. Ковалевым, и в разработанном В.Е. Ключко (2005) понятии «транспект». Транспективный анализ позволяет обнаружить тенденции развития с учётом пространства-времени бытия, причём аттрактором, сводящим поливариативность будущего к конкретному варианту самоосуществления, выступает образ будущего, включенный в систему представлений человека о своем жизненном и профессиональном пути.

В рамках событийного подхода предложены единицы анализа целостного транспекта. Простейшими элементами жизненного и профессионального пути выступают события как изменения условий жизни и деятельности. Детерминационные связи между ними образуют мотивационные образования, способствующие или препятствующие саморазвитию. В монографии А.А. Кроника, Р.А. Ахмерова субъективная картина жизненного пути трактуется как психический образ,

в котором отражены значимые события прошлого, настоящего и будущего, а также причинно-следственные и целе-средственные отношения между ними [6]. По мнению авторов, полученный образ выполняет функции мотивационной регуляции и обуславливает жизненный стиль. Аналогичным образом может быть рассмотрен профессиональный путь личности, структурированный внутренними и внешними профессионально и карьерно-значимыми событиями.

Объединение системного, событийного и субъектно-деятельностного подходов к изучению психологического времени личности позволяет содержательно вскрыть специфику жизненного стиля, выявить стратегию профессионального становления и факторы, влияющие на остроту профессиональных кризисов. Особую важность эта проблема приобретает на стадии получения профессионального образования, поскольку юношеский возраст является сензитивным периодом для проектирования долгосрочных планов и траекторий саморазвития в профессии.

Как уже указывалось, в условиях нарастающей неопределенности, профессиональной турбулентности, увеличения разнообразия форм и видов занятости траектория профессионального становления утрачивает свою линейность, соответственно, изменяется характер запросов к системе профессионального образования. Ключевым фактором преадаптации личности к технологическим и социоэкономическим вызовам современности является развитие транспрофессионализма как способности к применению конвергентных технологий, выходу за рамки сложившегося опыта [4].

Трансформация образовательных трендов предполагает ориентацию на развитие «гибких» навыков (soft-skills) как психологического ресурса, составляющего ядро регулятивной компоненты транспрофессионализма. Среди перечисленных в федеральных образовательных стандартах (ФГОС) универсальных компетенций важное место занимает УК-6 (Самоорганизация и саморазвитие) – «способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни» [13]. Согласно исследованиям Д.П. Заводчикова. [3,10,11] ключевым психологическим фактором выступает способность к самоорганизации как основы для построения образа будущего, а также профессиональная идентичность (Е.В. Лебедева) [7,8]. Таким образом, эмпирическое изучение внутренних детерминант субъективного образа профессионального пути представляется актуальным и представляет интерес для разработки мероприятий психолого-педагогического сопровождения в системе среднего и высшего профессионального образования.

На базе Российского государственного профессионально-педагогического университета было проведено эмпирическое исследование, в котором приняли участие 183 студента направления подготовки «Профессиональное обучение (по отраслям)».

Обнаружено большое количество значимых взаимосвязей между исследуемыми феноменами (расчет велся в программе IBM SPSS 22 с помощью непараметрического коэффициента корреляции Спирмена, так как распределение данных по ряду шкал отличается от нормального закона). Охарактеризуем наиболее значимые из них:

Шкала «Степень ориентации на будущее» опросника «Временная перспектива» взаимосвязана со шкалами «Целеполагание» и «Планирование» методики «Диагностика особенностей самоорганизации» Ишкова А.Д. ($r=0,327$ и $r=0,279$), что отражает способность человека планировать и ставить цели для достижения своих жизненных устремлений, а также его способность осознавать и учитывать временной контекст в своих решениях и действиях. Ориентация на будущее, целеполагание и планирование помогают человеку определить свои жизненные цели и приоритеты, а также разработать стратегии для их достижения.

Шкала «степень ориентации на будущее» опросника «Временная перспектива» взаимосвязана с методикой «Способность к прогнозированию» Л.А. Редуш ($r=0,305$).

Эта взаимосвязь отражает способность человека предвидеть будущие события и планировать свои действия на основе анализа прошлого опыта и текущей ситуации.

Шкала восприятия позитивного прошлого опросника «Временная перспектива» взаимосвязана с показателем методики «Рефлексивность» ($r=0,277$). Эта взаимосвязь отражает способность человека анализировать свое прошлое и извлекать из него положительные моменты, которые могут быть использованы для формирования позитивного настоящего и будущего.

Насыщенность карьеры и профессиональной жизни методики «Каузометрия» взаимосвязана с общим уровнем самоорганизации (методика «Диагностика особенностей самоорганизации») ($r=0,264$). Это отражает степень эффективности и продуктивности работы индивида. Каузометрия позволяет оценить насыщенность карьеры и профессиональной жизни, то есть количество и качество событий, достижений и успехов в профессиональной сфере. Уровень самоорганизации, в свою очередь, отражает способность индивида планировать, организовывать и контролировать свою деятельность, что является важным фактором для достижения успеха и удовлетворения от работы. Таким образом, эта взаимосвязь показывает, насколько эффективно человек может использовать свои ресурсы и возможности для достижения поставленных профессиональных целей в процессе профессионального самоопределения.

Мотивационная насыщенность жизни методики «Каузометрия» взаимосвязана с показателем методики «Рефлексивность» ($r=0,243$). Рефлексивность отражает способность человека анализировать свои мотивы, цели и действия, а также оценивать их эффективность. Мотивационная насыщенность, в свою очередь, показывает уровень мотивации и интереса к жизни, а также степень удовлетворенности от достижения целей. Эта взаимосвязь указывает на то, что высокая мотивация и интерес к жизни могут способствовать более эффективному анализу своих действий и принятию решений, а также улучшению качества жизни в целом.

Показатель рефлексивности по методике А.В. Карпова взаимосвязан со шкалой способности к прогнозированию (опросник Л.А. Регуш) ($r=0,249$). Прогнозирование – это процесс предвидения будущих событий на основе анализа текущей информации. Рефлексивные люди могут использовать свою способность анализировать и оценивать информацию для того, чтобы делать более точные прогнозы о будущем. Это может помочь им принимать более обоснованные решения и планировать свои действия в будущем.

Шкала «Волевые усилия» методики «Диагностика особенностей самоорганизации» отрицательно взаимосвязана с восприятием гедонистического настоящего – показателем, включённым в опросник «Временная перспектива» ($r=-0,270$). Волевые усилия – это способность человека контролировать свои эмоции, мысли и поведение для достижения поставленных целей. Восприятие гедонистического настоящего – это отношение к настоящему моменту времени как к источнику удовольствия и наслаждения. Взаимосвязь между волевыми усилиями и восприятием гедонистического настоящего отрицательная, что означает, что чем больше человек сосредоточен на получении удовольствия от настоящего момента, тем меньше у него возможностей для контроля своих эмоций и поведения для достижения целей в будущем.

Заключение

Таким образом, в результате нашего исследования мы обнаружили статистически значимые взаимосвязи между временной перспективой, рефлексивностью, способностью к прогнозированию, особенностями самоорганизации и каузометрией профессиональной жизни. Полученные результаты говорят о том, что значимыми психологическими характеристиками, оказывающими влияние на построение субъективной картины профессиональной жизни в процессе профессионального образования, являются компоненты самоорганизации и рефлексивности, что позволяет сделать вывод о том, что универсальные компетенции

(способность к самоорганизации) являются предиктором образа профессионального будущего. Полученные результаты могут быть использованы в разработках программ психолого-педагогического сопровождения профессионального становления и самоопределения студентов.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абульханова К.А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. СПб.: Алтейя, 2001.
2. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. Л.: ЛГУ, 1968. 339 с.
3. Заводчиков, Д. П. Психологические угрозы профессиональному будущему субъекта профессиональной деятельности / Д. П. Заводчиков // Профессиональное образование и рынок труда. – 2019. – № 2. – С. 18-26.
4. Зеер Э.Ф., Сыманюк Э.Ф., Лебедева Е.В. Транспрофессионализм как предиктор преадаптации субъекта деятельности к профессиональному будущему // Сибирский психологический журнал. 2021. № 79. С. 89-107.
5. Корнилова, А.А. Особенности субъективной картины профессиональной жизни человека в период взрослости: автореф... дис.кан. психол. наук. – Санкт-Петербургский университет: 2007. – 27 с.
6. Кроник А.А., Ахмеров Р.А. Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути. – М.: Смысл, 2003. – 284 с.
7. Лебедева, Е. В. Профессиональная транспектива студентов вуза в условиях цифровизации / Е. В. Лебедева // Прогнозирование профессионального будущего молодежи в условиях цифровой экономики: Материалы Всероссийской научно-практической конференции, Первоуральск, 12 марта 2020 года / Под научной редакцией Э.Ф. Зеера, В.С. Третьяковой. – Первоуральск: Российский государственный профессионально-педагогический университет, 2020. – С. 31-36.
8. Лебедева, Е. В. Профессиональная идентичность и транспектива профессионального развития будущих педагогов / Е. В. Лебедева, Д. П. Заводчиков // Научный диалог. – 2018. – № 12. – С. 452-464.
9. Левин К. Теория поля в социальных науках. СПб., 2000.
10. Ледерман, Н. Н. Особенности образа профессионального будущего учащейся молодежи в школах и ссузах / Н. Н. Ледерман, Д. П. Заводчиков // Научно-исследовательские решения современной России в условиях кризиса: Материалы XXVI Всероссийской научно-практической конференции: в 2-х ч., Ростов-на-Дону, 28 декабря 2020 года. Том Часть 1. – Ростов-на-Дону: Южный университет (ИУБиП); ООО "Издательство ВВМ", 2020. – С. 154-161.
11. Манякова, П. О. Самоорганизация деятельности как условие прогнозирования профессионального будущего студентов / П. О. Манякова, Д. П. Заводчиков // Инновации в науке: пути развития: Материалы IX Международной научно-практической конференции, Чебоксары, 21 ноября – 21 2017 года / Главный редактор М.П. Нечаев. – Чебоксары: Негосударственное образовательное частное учреждение дополнительного профессионального образования "Экспертно-методический центр", 2018. – С. 38-40.
12. Митина, О. В. Опросник по временной перспективе Ф. Зимбардо ZTP1: результаты психометрического анализа русскоязычной версии // Вестник Московского университета. Сер.14. – 2008. -. №4. – С.67-89.
13. Осипова, И. В. К вопросу о мониторинге soft-компетенций педагогов профессиональной школы / И. В. Осипова, А. А. Шаров // Инновации в профессиональном и профессионально-педагогическом образовании: материалы 25-й Международной научно-практической конференции, Екатеринбург, 07-08 апреля 2020 года. Том 1. – Екатеринбург: Российский

- государственный профессионально-педагогический университет, 2020. – С. 102-105.
14. Третьякова, В. С. Исследование социально-профессиональной успешности личности на основе персонификации субъекта деятельности / В. С. Третьякова, А. Е. Кайгородова, А. А. Шаров, Э. Ф. Зеер // Science for Education Today. – 2023. – Т. 13, № 3. – С. 101-124.

ПСИХОЛОГИЯ ТРУДА, ИНЖЕНЕРНАЯ ПСИХОЛОГИЯ, КОГНИТИВНАЯ ЭРГОНОМИКА (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ)

УДК 159.99

DOI 10.58551/24136522_2023_10_7_88

ФАКТОРЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДЕСТРУКЦИЙ У СОТРУДНИКОВ УГОЛОВНО- ИСПОЛНИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

Лобанова Елена Сергеевна

Начальник кафедры юридической психологии и педагогики,

кандидат педагогических наук, доцент,

Федеральное казенное образовательное учреждение высшего образования

«Вологодский институт права и экономики

Федеральной службы исполнения наказаний»,

г. Вологда

E-mail: alenushka-248@yandex.ru

SPIN-код: 5982-3506.

Статья посвящена анализу разнообразных факторов, провоцирующих возникновение профессиональных деструкций сотрудников уголовно-исполнительной системы. По результатам проведенного исследования предпринята попытка классификации причин профессиональных деструкций сотрудников уголовно-исполнительной системы. Выявленные факторы профессиональных деструкций разделены на внешние, в число которых входят содержание профессиональной деятельности сотрудников, особенности организации и руководства деятельностью, характер взаимоотношений в коллективе, социальный фактор, проявляющийся за пределами организации, и внутренние, отражающие психологические свойства сотрудников, мотивационную составляющую, психологические состояния и субъектный опыт сотрудников. На основании мнений ученых в области пенитенциарной психологии и результатов собственных эмпирических исследований описаны механизмы влияния некоторых факторов на формирование признаков профессиональных деструкций сотрудников уголовно-исполнительной системы: эмоционального выгорания, деструктивных профессиональных установок, профессиональной отчужденности, свойств, проявляющихся в профессиональном взаимодействии.

Ключевые слова: профессиональная деструкция, факторы профессиональной деструкции, внешние факторы, внутренние факторы, организационные факторы, социальные факторы, социально-психологические факторы, мотивационные факторы, личностные факторы, аффективные факторы, субъектные факторы.

FACTORS OF OCCURRENCE OF PROFESSIONAL DESTRUCTION AMONG EMPLOYEES OF THE PENAL SYSTEM

Lobanova Elena Sergeevna

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor

Head of the Department of Legal Psychology and Pedagogy,

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,

Vologda Institute of Law and Economics

Federal Penitentiary Service **E-mail:** alenushka-248@yandex.ru

The article is devoted to the analysis of various factors provoking the emergence of professional destructions of employees of the penal enforcement system. Based on the results of the conducted research, an attempt has been made to classify the causes of professional destructions of employees of the penal enforcement system. The identified factors of professional destructions are divided into external ones, which include the content of the professional activity of employees, the specifics of the organization and management of activities, the nature of relationships in the team, the social factor manifested outside the organization, and internal ones reflecting the psychological properties of employees, the motivational component, psychological states and subjective experience of employees. Based on the opinions of scientists in the field of penitentiary psychology and the results of their own empirical research, the mechanisms of influence of some factors on the formation of signs of professional destructions of employees of the penitentiary are described.

Keyword: *professional destruction, factors of professional destruction, external factors, internal factors, organizational factors, social factors, socio-psychological factors, motivational factors, personal factors, affective factors, subjective factors.*

Важными задачами психологического сопровождения сотрудников уголовно-исполнительной системы являются обеспечение условий для сохранения психологического благополучия в сложных условиях профессиональной деятельности и профилактика негативных социально-психологических явлений. Особое внимание придается своевременному предупреждению деструктивных явлений, которые возникли в результате профессиональной деятельности сотрудников пенитенциарных учреждений. В этой связи становится актуальным поиск разнообразных и эффективных способов работы по профилактике и коррекции профессиональных деструкций с учетом причин, обусловивших их формирование.

Профессиональные деструкции являются постепенно накопившимися изменениями сложившейся структуры деятельности и личности, негативно сказывающимися на продуктивности труда и взаимодействии с другими участниками этого процесса, а также на развитии самой личности.

Изучением проблемы профессиональных деструкций личности пенитенциарных работников занимались отечественные психологи Ю.В. Александров, А.Д. Глоточкин, В.С. Медведев, В.Ф. Пирожков, Г.А. Туманов, А.А. Ушаков, Б. Д. Новиков и другие. Исследователи отмечают, что профессиональные деструкции сотрудников уголовно-исполнительной системы (далее – УИС) проявляются в формировании у личности качеств отрицательной направленности, нарушении взаимоотношений в сфере профессиональных отношений, не соблюдении требований служебного поведения, ухудшении состояния здоровья и психологического благополучия, изменении мотивации и целей профессиональной деятельности и личностного развития, административно-управленческом деструктивном поведении, связанным с превышением собственных прав и полномочий, поведении, противоречащем моральным, нравственным и этическим нормам общества, склонности к аутоагрессивному поведению (членовредительству и

самоубийству) и др. [1,2]. К.А. Абульханова-Славская выделяет следующие профессиональные деструкции у сотрудников уголовно-исполнительной системы: профессионально обусловленную акцентуацию; профессиональную деформацию личности; профессиональную некомпетентность; выученную беспомощность; профессиональное отчуждение; эмоциональное выгорание [3, С.59-62].

Представленные перечни признаков профессиональных деструкций сотрудников уголовно-исполнительной системы дают возможность сделать предположение о значительном количестве причин, определяющим каждый из признаков. Анализ проблемы показал, что чаще всего исследователями описываются спектры причин отдельных видов профессиональных деструкций сотрудников УИС либо подробно изучают отдельные факторы профессиональных деструкций. Объединить причины различных деструкций в общую классификацию проблематично. В рамках этой статьи предпринята попытка классификации причин профессиональных деструкций сотрудников УИС с акцентом на некоторые из них, в особенности на профессиональной отчужденности и эмоциональном выгорании, поскольку последствия названных феноменов могут выступать как причины других профессиональных деструкций, проявляющихся в профессиональном общении и служебном поведении сотрудников.

Целью исследования является описание и классификация причин профессиональных деструкций сотрудников уголовно-исполнительной системы. Для реализации поставленной цели проведен анализ исследований причин профессиональных деструкций сотрудников УИС, дополненный результатами двух собственных эмпирических исследований, в рамках которых применялись такие методы как тестирование, экспертная оценка, методы статистического анализа.

При формировании профессиональной отчужденности профессия воспринимается средством достижения непрофессиональных целей, сотрудник перестает идентифицировать себя с выполняемой деятельностью, не принимает на себя ответственность за происходящее в учреждении, в профессиональном коллективе, не разделяет профессиональные ценности. Профессиональная отчужденность у сотрудника УИС может проявляться в закрытости при общении с коллегами, преувеличение своих заслуг, цинизме, агрессивности, лжи как неосознанном искажении фактов или целенаправленной лжи, что делает сотрудника не пригодным к службе.

Проявлениями эмоционального выгорания у сотрудников могут являться нарушения взаимоотношений на работе и дома, ухудшение физического состояния, эмоциональное опустошение, циничное отношение к людям и событиям, безразличие, неудовлетворенность работой, неадекватное эмоциональное реагирование, эмоциональный дефицит, увеличение количества отрицательных эмоций, эмоциональная отстраненность, в том числе в профессиональной сфере и др.

Основной причиной развития эмоционального выгорания является увеличение рабочей нагрузки и ее продолжительности в условиях длительных межличностных взаимодействий. Накопившиеся в процессе профессионального общения отрицательные эмоции порождают психологическое напряжение, которое может проявиться на уровне соматического здоровья, в социальных контактах, отношении к выполняемой деятельности.

Для расширения представлений о механизмах формирования таких профессиональных деструкций сотрудников УИС как эмоциональное выгорание и профессиональная отчужденность совместно с А.Е. Поповой в 2022 году было проведено эмпирическое исследование на базе ФКУ СИЗО-2 УФСИН России по Вологодской области и ФКУ ИК-29 ГУФСИН России по Приморскому краю, в котором приняли участие 60 человек. В исследовании проверялось предположение о связи указанных деструкций с чувством одиночества. Для измерения чувства одиночества применялась шкала UCLA Д. Рассела в адаптации И.Н. Ишмухаметова [4]. Признаки профессиональных деструкций измерялись при помощи следующих

психодиагностических методик: 1) теста диагностики профессиональных деструкций личности сотрудников пенитенциарной системы, направленного на оценку уровня восприятия деструктивности среды пенитенциарного учреждения и уровня деструктивности профессиональных установок [5]; 2) методики «Диагностика эмоционального выгорания личности» В.В. Бойко; 3) методики изучения профессиональной идентичности Л.Б. Шнейдер [6, С. 254].

В результате исследования было обнаружено, что эмоциональное выгорание и профессиональная отчужденность связаны с переживаемым сотрудниками чувством одиночества. В частности обнаружены сильная положительная корреляционная связь показателей шкалы субъективного одиночества методики UCLA с фазами эмоционального выгорания – фазой напряжения ($r=0,62$), фазой резистенции ($r=0,79$), фазой истощения ($r=0,82$), выявленных по методике В.В. Бойко, – и с деструктивностью профессиональных установок ($r=0,86$), выявленных с помощью теста диагностики профессиональных деструкций личности сотрудников пенитенциарной системы. Одновременно была установлена сильная отрицательная корреляционная связь ($r= - 0,84$) между шкалой субъективного одиночества и показателями сотрудников, измеренных при помощи методики исследования профессиональной идентичности Л.Б. Шнейдер. Интерпретируя полученные данные, можно констатировать, что при увеличении чувства одиночества и социальной изоляции сотрудников УИС возрастает их уровень эмоционального выгорания, в большей степени проявляются деструктивные профессиональные установки, отсутствие устоявшихся профессиональных целей, ценностей, убеждений и стремления их формировать. Конечно, речь не идет о причинно-следственной связи, поскольку обнаруженная связь является корреляционной. Не исключается вариант того, что на фоне эмоционального выгорания или деструктивных профессиональных установок у сотрудников начинают в большей степени проявляться чувство одиночества и социальная изоляция.

Отечественный психолог Э.Ф. Зеер отмечает, что постоянное выполнение одной и той же работы вызывает у работников профессиональную усталость, упрощение и объединение способов выполнения поставленных задач, снижение работоспособности, постепенное утрачивание профессиональных навыков и умений. Причины возникновения профессиональных деструкций ученый разделяет на три группы:

- 1) объективные, связанные с социально-профессиональной средой;
- 2) субъективные, обусловленные особенностями личности и характером профессиональных взаимоотношений;
- 3) объективно-субъективные, порождаемые системой и организацией профессионального процесса, качеством управления, профессионализмом руководителей [7].

Факторы, обуславливающие формирование профессиональных деструкций сотрудников пенитенциарных учреждений, условно можно разделить на внешние и внутренние. К внешним факторам в первую очередь целесообразно отнести организационные, в число которых входят чрезмерная интенсивность работы, усложнение выполняемых функций, нечеткость профессиональных целей и ценностей, недостаточность ресурсов, опасность деятельности, авторитарный стиль управления руководителей.

Подтверждением факта влияния авторитарного стиля на проявление признаков профессиональных деструкций сотрудников пенитенциарных учреждений являются результаты проведенного совместно с Э.А. Бочаровой в 2022 году эмпирического исследования на базе ФКУ ИК-28 ОУХД УФСИН России по Архангельской области, в котором приняли участие 40 сотрудников и 2 руководителя, характеризующиеся авторитарным и демократическим стилями управления согласно их собственным оценкам и оценкам подчиненных. Сотрудников двух групп попросили оценить изменение своих свойств, проявляющихся в межличностных отношениях, по методике Т. Лири до и после начала управления деятельностью подразделения руководителей с

авторитарным и демократическим стилями. У сотрудников, чей руководитель имеет авторитарный стиль управления, изменения оказались значимыми по трем шкалам методики – «эгоистичность», «подозрительность», «зависимость», – в то время как у сотрудников, чей руководитель использует демократический стиль управления, подобных изменений не выявилось. Одновременно с этим было обнаружено, что у сотрудников, работающих под управлением авторитарного руководителя, признаки эмоционального выгорания по всем стадиям методики В.В. Бойко выражены в большей степени.

Согласно результатам исследования Б.Г. Бовина и Е.М. Федоровой, сами сотрудники уголовно-исполнительной системы акцентируют внимание преимущественно на внешних причинах проявления профессиональных деструкций. При этом из 12 названных ими причин лидирующими определены постоянный контакт с криминогенной средой осужденных, большие физические и психологические нагрузки, невозможность полноценного отдыха, снижение социального престижа службы [8]. В ряде исследований отмечается связь профессионально обусловленных деструкций, чаще всего признаков эмоционального выгорания, со стажем служебной деятельности сотрудников УИС [9,10]. Согласно результатам эмпирического исследования Е.Л. Трофимовой, наиболее ярко признаки профессиональных деформаций проявляются у сотрудников со стажем работы от четырех до семи лет [11].

Профессиональная деятельность сотрудника УИС состоит из таких факторов как экстремальность условий несения службы, физические перегрузки, непредсказуемость оперативной обстановки, необходимость применения оружия на поражение, регулярные конфликты в среде осужденных, а также климатические условия и географическое расположение учреждения [12, С.64]. Одновременно с этим может проявляться низкий общественный престиж службы, постоянное общение с криминальной средой, возникновение конфликтов с осужденными к лишению свободы и т.д. Поэтому неблагоприятные физические и социально-психологические условия служебной деятельности также можно отнести к факторам, повышающим риск возникновения профессиональных деструкций сотрудников.

К внутренним факторам формирования профессиональных деструкций относят низкий уровень ответственности, уверенности в себе, стрессоустойчивости, самооценки, не достаточно развитые коммуникативные навыки, повышенную тревожность, снижение интереса к профессиональной деятельности, не соответствие ожиданий от содержания и результатов деятельности реальным обстоятельствам, негативные эмоциональные состояния и переживаемые чувства в различных сферах жизнедеятельности и т.д. По мнению С.М. Зубарева, нарушение профессиональной адаптации в деятельности сотрудника УИС также является источником деструктивного поведения [13, С. 47-89].

Наличие властных полномочий может провоцировать у некоторых сотрудников стремление самоутвердиться, неконструктивным образом удовлетворить потребность в уважении, внимании к себе со стороны других людей. Указанные потребности и цели формируют искажение профессиональной мотивации, влияющих на особенности поведения и выполнения служебных функций. Болдырев А.В. считает, что стремление молодых сотрудников УИС самоутвердиться в условиях пенитенциарного учреждения часто связано с ограниченными возможностями проявить себя как личность, что приводит к разрушению делового общения между сотрудниками [14, С.3].

По мнению О.Н. Ежовой, факторами риска в проявлении деструктивных форм поведения сотрудников УИС, в частности совершении ими противоправных действий, являются слабая способность противостоять влиянию людей и обстоятельств, а также чрезмерная властность, директивность, авторитарный стиль общения, приводящие к конфликтным отношениям в профессиональной сфере [2]. Ю.Е. Суслов отмечает, что причиной формирования деструктивного поведения сотрудников УИС является несформированная психологическая готовность к инновациям [15].

Анализ перечисленных выше исследований позволяет классифицировать факторы профессиональных деформаций сотрудников УИС следующим образом.

1. Внешние факторы:

1.1. Организационные, связанные с характером профессиональной деятельности и условиями труда (неблагоприятные климатические условия, деятельность в экстремальных условиях, ненормированный рабочий день, высокие физические и психологические нагрузки и др.).

1.2. Организационные, связанные с управлением деятельностью и межличностным взаимодействием в профессиональном общении со стороны руководителя (ошибки в управлении, исключительно авторитарный стиль управления, неконструктивное общение с подчиненными и т.д.).

1.3. Социально-психологические, проявляющиеся в процессе профессионального и межличностного общения сотрудников (конфликты, неблагоприятный психологический климат, соперничество, неконструктивное общение сотрудников т.д.).

1.4. Социальные (имидж профессии сотрудника УИС, особенности межличностного общения и исполнения социальных ролей вне профессии и др.).

2. Внутренние факторы:

2.1. Мотивационные (стремление реализовать потребности в принятии, власти, уважении за счет возможностей профессии, искажение профессиональных целей, отсутствие стремления к личностному и профессиональному развитию, пессимистические установки в отношении возможности профессионального роста, результативности своей деятельности и т.д.).

2.2. Личностные (недостаточный уровень сформированности профессионально важных качеств, низкий уровень самооценки, ответственности, уверенности в себе, высокая конформность, конфликтность, низкий уровень психологической готовности к реализации задач в новых условиях и др.).

2.3. Аффективные (неудовлетворенность процессом и результатом профессиональной деятельности, переживаемые негативные эмоции, состояние стресса, депрессивное состояние, чувства одиночества, неприятия, разочарования и т.д.).

2.4. Субъектные (жизненные и профессиональный опыт, стаж службы, недостаточный уровень компетентности, несформированность навыков совладания со стрессом, отсутствие интересов и увлечений вне профессиональной деятельности и т.д.).

Таким образом, профессиональные деструкции у сотрудников УИС характеризуются качественными изменениями личности негативного характера, которые проявляются на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровнях в процессе выполнения профессиональных и служебных задач. Анализ теории и практики показывает широту спектра причин профессиональных деструкций сотрудников уголовно-исполнительной системы, включающих внешние причины, к числу которых можно отнести организационные, социальные, социально-психологические, отражающие условия реализации профессиональной деятельности, и внутренние, отражающие психологические механизмы формирования профессиональных деструкций. Стоит отметить, что признаки одних профессиональных деформаций могут трансформироваться в причины других.

Для успешной профилактики профессиональных деструкций сотрудников важно иметь представление о всевозможных факторах, провоцирующих их возникновение и развитие. Знание этих факторов необходимо для поиска путей минимизации их влияния.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Кусакина Е.А. Возможности психотехнологий в преодолении профессионально обусловленных деструкций / Е.А. Кусакина // Вестник Университета Российской академии образования. – 2018. – № 5. – С. 111-115.
2. Ежова О.Н. Деструктивное поведение сотрудников уголовно-исполнительной системы: причины возникновения и пути профилактики / О.М. Ежова // Евразийский юридический журнал. – 2018. – № 5 (120). – С. 253-255.
3. Абульханова-Славская К.А. Типологический подход к личности профессионала / К.А. Абульханова-Славская. – М.: Институт психологии АН СССР, 1991. – С. 59-62.
4. Ишмухаметов И.Н. Психометрические характеристики шкалы одиночества UCLA (версия 3): изучение студентов вуза / И.Н. Ишмухаметов // Computer Modelling and New Technologies. – 2006. – Т. 10. – № 3. – С. 89-95.
5. Болдырев А.В. Тест диагностики профессиональных деструкций личности сотрудников пенитенциарной системы (тест ПДЛП): [методическое пособие для психологов УИС России] / А.В. Болдырев. – Оренбург: ИПК «Газпромпечатъ», 2013. – 23 с.
6. Шнейдер Л.Б. Психология идентичности: учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / Л.Б. Шнейдер. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 328 с.
7. Зеер Э.Ф. Психология профессиональных деструкций: учебное пособие для вузов: учебное пособие для студентов, магистрантов и аспирантов, обучающихся по психологическим специальностям / Э.Ф. Зеер, Э.Э. Сыманюк. – М.: Академический Проект, 2005. – 239 с.
8. Бовин Б.Г. Криминальная субкультура осужденных, как фактор, детерминирующий формирование профессиональных деструкций сотрудников УИС / Б.Г. Бовин, Е.М. Федорова // Вестник Академии Следственного комитета Российской Федерации. – 2018. – № 4 (18). – С. 208-212.
9. Черкасова М.А. Психологический мониторинг в профилактике профессионального выгорания сотрудников уголовно-исполнительной системы России: монография / М.А. Черкасова, В.М. Поздняков. – Вологда, 2021. – 167 с.
10. Артюхова Т.О. Профессиональные деструкции сотрудников уголовно-исполнительной системы с разным стажем работы / Т.О. Артюхова, М.Л. Кубышкина // Вестник неврологии, психиатрии и нейрохирургии. – 2014. – № 8. – С. 36-42.
11. Трофимова Л.Е. Профессиональные трансформации сотрудников пенитенциарных учреждений / Л.Е. Трофимова // Психология в экономике и управлении. – 2016. – Т. 8. – № 1-2. – С. 36-42.
12. Болдырев А.В. Особенности смысловых конструкторов организационного стресса у сотрудников уголовно-исполнительной системы. – СПб.: СПбГУП, 2010. – С. 64.
13. Зубарев С. М. Теория и практика контроля за деятельностью персонала пенитенциарной системы. – М.: Юрайт-Издат, 2006. – 330 с.
14. Болдырев, А.В. Профессиональные деструкции сотрудников уголовно-исполнительной системы на этапе первичной профессионализации. – Оренбург: ОГУ, 2010. – С. 3.
15. Суслов Ю.Е. Низкий уровень психологической готовности сотрудников УИС к инновациям как причина деструктивного поведения / Ю.Е. Суслов // Научные труды ФКУ НИИ ФСИН РОССИИ. научно-практическое ежеквартальное издание. Москва, 2018. С. 136-139.

УДК 159.9.07

DOI 10.58551/24136522_2023_10_7_95

МОТИВАЦИОННО-ВОЛЕВАЯ СФЕРА И ЕЁ ОСОБЕННОСТИ ПРИ РАЗНЫХ ВИДАХ ПРОФЕССИОНАЛИЗАЦИИ СОТРУДНИКОВ ФСИН

Никулина Татьяна Ивановна

кандидат психологических наук, доцент кафедры социологии и психологии
ФГБОУ ВО «Байкальский государственный университет»

г. Иркутск, Россия

E-mail: nikulinati@mail.ru

Чепурко Юлия Владиславовна

кандидат психологических наук, доцент кафедры клинической, социальной
психологии и гуманитарных наук

ФГБОУ ВО Иркутский государственный медицинский университет,

г. Иркутск, Россия,

E-mail: juliavs@bk.ru

Малахаева Светлана Карловна

кандидат философских наук, доцент кафедры социологии и психологии ФГБОУ
ВО «Байкальский государственный университет»

г. Иркутск, Россия

E-mail: smalahaeva@yandex.ru

В статье представлены результаты исследования мотивационно-волевой сферы, коммуникативных и организаторских склонностей сотрудников уголовно-исполнительной системы (УИС). Актуальность работы заключается в выявлении наиболее подходящих кандидатов с целью несения службы в уголовно-исполнительной системе. В качестве цели в статье, выступает изучение специфики мотивационно-волевой сферы личности при разных видах профессионализации сотрудников ФСИН. Гипотезой – предположение о том, что при разных видах профессионализации проявляются различные особенности мотивационно-волевой сферы, мотив и волевое действие осуществляется личностью с четким осознанием и интенсивным стремлением к ее достижению. Методы исследования: 16 факторный личностный опросник Р. Б. Кеттелла, Оценка коммуникативных и организаторских склонностей (КОС) В. В. Синявский и Б. А. Федоришин, методы математической статистики программой SPSS Statistics. Выделяют 12 различных видов профессионализации: специалист, профессионал, результативист, мастер, рационализатор, наставник, фасилитатор, творец, модератор, абнотивист, тьютор, акмеолог. На основе сравнительного анализа следующих личностных факторов: В «интеллект»; С «эмоциональная стабильность / нестабильность»; L «доверчивость / подозрительность»; М «практичность / мечтательность»; Q2 «конформизм / нонконформизм»; Q3 «низкий / высокий самоконтроль» определена специфика мотивационно-волевой сферы личности у сотрудников ФСИН при разных видах профессионализации.

Ключевые слова: мотивационно-волевая сфера, профессионализация, мотивация, воля, сотрудники, интеллект, коммуникативные склонности, организаторские склонности.

MOTIVATIONAL-VOLITIONAL SPHERE AND ITS FEATURES IN DIFFERENT TYPES OF PROFESSIONALIZATION FSIN EMPLOYEES

Nikulina Tatyana Ivanovna

*Candidate of Psychological Sciences (Ph.D.),
Associate Professor, Baikal State University
Irkutsk, Russia*

E-mail: nikulinati@mail.ru

Chepurko Yulia Vladislavovna

*Candidate of Psychological Sciences (Ph.D.),
Irkutsk State Medical University,
Irkutsk, Russia*

E-mail: juliavs@bk.ru

Malakhaeva Svetlana Karlovna

*PhD in Philosophy, associated professor
Department of Sociology and Psychology
Baikal State University*

E-mail: smalahaeva@yandex.ru

The article presents the results of a study of the motivational-volitional sphere, communicative and organizational inclinations of employees of the penal system (penal system). The relevance of the work lies in identifying the most suitable candidates for the purpose of serving in the penal system. The goal of the article is to study the specifics of the motivational-volitional sphere of the individual in different types of professionalization of FSIN employees. The hypothesis is the assumption that with different types of professionalization, different features of the motivational-volitional sphere are manifested; the motive and volitional action are carried out by the individual with a clear awareness and intense desire to achieve it. Research methods: 16-factor personality questionnaire by R. B. Cattell, Assessment of communicative and organizational aptitudes (COS) by V. V. Sinyavsky and B. A. Fedorishin, methods of mathematical statistics using the SPSS Statistics program. There are 12 different types of professionalization: specialist, professional, result specialist, master, innovator, mentor, facilitator, creator, moderator, abnotivist, tutor, acmeologist. Based on a comparative analysis of the following personal factors: B "intelligence"; C "emotional stability / instability"; L "gullibility/suspiciousness"; M "practicality / dreaminess"; Q2 "conformism / non-conformism"; Q3 "low / high self-control" the specificity of the motivational-volitional sphere of personality among employees of the Federal Penitentiary Service for different types of professionalization is determined.

Keywords: *motivational and volitional sphere, professionalization, motivation, will, collaborators, intelligence, communicative tendencies, organizational slopes.*

В Федеральной службе исполнения наказаний для приема новых кадров существует определенный перечень квалификационных требований, установленных Федеральным законом, на основании которого происходит отбор в уголовно-исполнительную систему (УИС). Стоит отметить, что от уровня профессионализма и компетентности сотрудников УИС и их мотивационно-волевой сферы во многом зависят правопорядок и общественная безопасность [6], [9], [8].

Актуальность заключается в исследовании мотивационно-волевой сферы при разных видах профессионализации для выявления наиболее подходящих кандидатов

для несения службы в УИС. Русские традиции начиная с XX века сложили основные два подхода понимания мотива. Они рассматриваются в первом случае, как устойчивое свойство, которое испытывает относительный спрос в соответствии с ее потребностями. Этот мотив является частью понимания личности, ее мировоззрения и общих моральных ценностей, связанных с самооценкой и самоуважением. Во-втором случае, мотивация ситуационная, это означает то, что намерение или желание работать, основаны на ваших личных ситуационных стимулах. Они выступают, как личные мотивы и как ситуационные мотивы [11].

Кроме того, значимой является такая характеристика мотивационной сферы как ее гибкость. От этого параметра зависит насколько широк спектр вариантов реализации одного субъективно ценного мотива. Один и тот же мотив, соответственно может проявляться в многообразии целенаправленных действий, которые корректируются по мере продвижения.

Таким образом, в мотивационном процессе на ряду с мотивационными образованиями, которые производят выбор одного мотива из одновременно существующих, выделяются так же и волевые образования, которые несут ответственность за реализацию предпочитаемого варианта действий, что является основой адекватной адаптации личности к окружающим условиям [7]. Реализации мотива сопутствует волевое напряжение.

Волевое действие по своей сути всегда будет преднамеренным, предполагает выбор и принятие решения. Процесс выполнения волевого действия, как правило не сопровождается получением удовольствия, однако после достижения желаемого результата отмечается усиление положительного эмоционального фона, возникновение морального удовлетворения, веры в свои возможности.

На начальном этапе у человека возникает желание что-то сделать, формулируется цель. Стоит отметить, что побуждений и желаний относительно одной цели может появиться несколько. Но если говорить о полноценном волевом акте, то он характеризуется стремлением к чему-то важному совпадает с пониманием необходимости применять определенные действия, значимые для достижения цели, но не привлекательные для человека, усилия, требующие напряжения. Далее, при наступлении этапа принятия решения, происходит волевое усилие в виде специфической формы эмоционального стресса, мобилизующего внутренние ресурсы человека, усиливающего мотивацию достижения цели. Это особенно важно, в тот момент, когда человек пытается вникнуть в характерные детали деятельности и на этапе снижения работоспособности и мотивации, когда, например, вынужден сопротивляться утомлению. Это становится ключевым моментом для поддержания внутренней мотивации и разработки программ внешней стимуляции деятельности [13]. Таким образом, мотивация и воля выступают как взаимосвязанные части единой системы, позволяющей регулировать поведение человека через удовлетворение его потребностей [12]. При нехватке мотивационного побуждения, воля усиливает значимость предстоящей деятельности, за счет волевых действий обеспечивает осознанный уровень поиска дополнительных ресурсов мотивации. Сила воли как психическая функция проходит через построение простейших случайных движений и формирование сложных качеств силы воли. В психологии было изучено и описано волевое качество, необходимое как для активизации желаемого действия, так и для обуздания нежелательного. Основными качествами силы воли могут быть сила воли, настойчивость, решительность, целеустремленность, выдержка, самоотверженность, и другие. Иногда мы говорим о положительных и отрицательных качествах силы воли [1]. Для мотивационно-волевой сферы характерны: понимание и желание достичь цели; понимание возможностей; создание мотивов, которые подталкивают к принятию решения; выбор жизненных мотивов для принятия решения; реализацию выбранных решений; преодоление возможных препятствий, также внешних препятствий, объективных трудностей самого дела, пока решение и цель не будут достигнуты и реализованы [14], [4].

В связи с вышесказанным, целью исследования выступает мотивационно-волевая сфера и её особенности при разных видах профессионализации сотрудников ФСИН.

Объектом – мотивационно-волевая сфера.

Предметом – мотивационно-волевая сфера и её особенности при разных видах профессионализации сотрудников ФСИН.

Методологической основой обследования составили труды ряда отечественных и зарубежных специалистов, среди которых Л. С. Выготский; С. Л. Рубинштейн; Е. П. Ильин изучали волевую сферу; Р. Кэттелл Х. Хекхаузен, С. Л. Рубинштейн А. Н. Леонтьев – мотивационную сферу [9] [5].

Базой явилось ВВК № 1 ФКУЗ МСЧ-38 ФСИН России по Иркутской области, участвовало 20 испытуемых, профессионалов разного уровня.

Гипотезой – выступает предположение о том, что если разные виды профессионализации у сотрудников, то проявляются различные особенности мотивационно-волевой сферы. В качестве методов исследования были выбраны: опросник «Оценка коммуникативных и организаторских склонностей» (КОС), 16 факторный личностный опросник Р. Б. Кеттелла [3], методы математической статистики программой SPSS Statistics.

В исследовании опирались на концепцию профессионализации М. М. Кашапова, и были выделены по две-три основные черты-характеристики у каждого вида профессионализации: 1. Специалист – средний интеллект (работа по шаблону); практичный (ценит безупречную работу); высокий самоконтроль (стремится к внешнему спокойствию). 2. Профессионал – высокий интеллект; практичный; креативный. 3. Результативист – доверчивый; предлагающий собственное решение. 4. Мастер – средний интеллект; эмоционально зрелый; высокий самоконтроль. 5. Рационализатор – высокий интеллект; предприимчивый; высокий самоконтроль. 6. Наставник – эмоционально стабилен; высокий самоконтроль. 7. Фасилитатор – эмоционально устойчивый; доверчивый; предприимчивый. 8. Творец – мечтательный; независимый. 9. Модератор – высокий интеллект; развитое воображение. 10. Абнотивист – высокий интеллект; реально оценивающий действительность; высокий самоконтроль. 11. Тьютор – высокий интеллект; доверчивость; высокий самоконтроль. 12. Акмеолог – высокий интеллект; мечтательность; эмоциональная стабильность [2].

При обработке опросника «КОС» были получены результаты по показателям коммуникативных (КС) и организаторских склонностей (ОС). 75% респондентов имеют средний уровень КС (притязаний к общению), а это значит, что сотрудники стараются общаться с людьми и не ограничивают круг знакомств. Однако «потенциал» этих направлений не очень стабилен. Он может проявить себя на уровне профессионализма: эксперт, профессионал, констататор, акмеолог.

КС имеют низкий уровень 25% обследуемых, это значит, что сотрудники редко стремятся к общению, как правило, предпочитая проводить время в одиночестве, признавая правила и с трудом выстраивая новые отношения, общаться с людьми и говорить со своей аудиторией, проявляется у мастера, творца, тьютора.

Анализ шкалы ОС (организаторских склонностей) показал, что у 60% респондентов преобладает средний уровень организаторских склонностей, они отстаивают свое мнение, планируют свою работу. Может проявляется у таких уровней профессионализации как: профессионал, результативист, мастер, наставник, фасилитатор, абнотивист, тьютор, акмеолог.

Низкий показатель ОС у 35% сотрудников означает, что им сложно сосредоточиться на незнакомых ситуациях, редко отстаивают свое мнение и, как правило, жалуются. Они редко проявляют инициативу в общественной деятельности и в большинстве случаев предпочитают не принимать самостоятельных решений. Только 5% опрашиваемых отмечают высокий уровень ОС, эти люди не теряются в новой среде, быстро находят друзей, хотят увеличить круг знакомств, помогают самым

близким друзьям, проявляют инициативу в общении, принятие самостоятельных решений в проблемных ситуациях. Все это происходит согласно внутренним устремлениям. Они ощущают потребность и активно стремятся к организаторской деятельности. Для них характерны непринужденность поведения в новом коллективе, быстрая ориентация в трудных ситуациях. Может проявляться у таких уровней профессионализации как: профессионал, мастер, рационализатор, модератор, абнотивист, тьютор, акмеолог.

Анализ результатов, полученных помощью 16-факторного личностного опросника Р. Б. Кеттелла. Диагностика мотивационно-волевой сферы у сотрудников представлена сочетанием данных по шкалам G «нравственная нормативность» и Q3 «самодисциплина», относящимся к группе регуляторных свойств личности. Обнаружено, что 20% сотрудников имеют высокую оценку факторов и способны мобилизоваться для достижения своих целей, несмотря на внутреннее сопротивление и внешние препятствия. Они работают стратегически и последовательно, всегда доводят начатое дело до конца, четко определяют порядок выполнения работ и планируют время. Они демонстрируют высокий уровень ответственности. 75% респондентов имеют среднее значение факторов, указывающих на способность сотрудников быть последовательными в организованной и гибкой среде. В случае внезапного возникновения дополнительных нагрузок они могут носить хаотичный характер, действовать неорганизованно. Они могут избирательно относиться к общегрупповым нормам и требованиям. Сознательность, ответственность в личностно значимых ситуациях могут сочетаться с формальным исполнением обязанностей, когда ситуация не затрагивает их личных интересов.

5% опрошенных имеют низкие значения факторов, что означает наличие у людей, уклоняющихся от желаемой цели при возникновении внутренних и внешних барьеров. Они не умеют планировать свое время. Часто такие люди действуют неорганизованно, поведение у них регулируется в основном личными, сиюминутными желаниями и потребностями, из-за чего не всегда укладывается в традиционные рамки. Их возможности не всегда оцениваются критически. Они совершенно свободны от моральных норм.

Выявлена связь таких шкал 16-ти факторного личностного опросника Р. Б. Кеттелла, как шкалы: L «доверчивость / подозрительность»; Q3 «низкий / высокий самоконтроль»; В «интеллект»; М «практичность / мечтательность»; Q2 «конформизм / неконформизм»; С «эмоциональная стабильность / нестабильность» – которые подходят для описания уровней.

Фактор L «доверчивость–подозрительность». Проявление низких баллов по этому фактору соответствует: результативисту, фасилитатору, тьютору. Анализ фактора доверчивости или подозрительности помог нам узнать, что из 20 респондентов, только 5% – полностью недоверчив к окружающим его людям, больше заинтересован в своей внутренней жизни; 30% – не склонны к ревнивому, а именно подозрительному поведению, заботятся о других и не стремятся к конкуренции; в свою очередь 65% – обладают легким характером, но во многом адаптируются под ситуацию, так как имеют свое мнение.

Фактор Q₃ «высокий / низкий самоконтроль». Проявление высоких баллов по этому фактору соответствует: специалисту, мастеру, рационализатору, наставнику, абнотивисту, тьютору. 30% – обладают высоким самоконтролем, проявляют заботу о социальной репутации, как себя, так и организации в которой работают; 5% – находится на границе низкого самоконтроля, можно сделать вывод, что во многом он невнимателен к другим, также может не обращать внимание на социальные требования, предъявляемые к нему; 65% – обладают средним контролем, могут быть внутренне недисциплинированы, а могут относиться к другой границе и соблюдать социальные нормы.

Фактор В «интеллект». Проявление высоких и средних баллов по этому фактору соответствует уровням профессионализации: профессионал, рационализатор,

модератор, абнотивист, тьютор, акмеолог, специалист, мастер. 20% респондентов обладают высоким интеллектом, они быстро воспринимают и усваивают новый учебный материал; 10% – обладают низким интеллектом предпочитают конкретную, буквальную интерпретацию; 70% обследуемых со средним интеллектом, могут мыслить от конкретного до абстрактного.

Фактор М «практичность–мечтательность». Проявление этого фактора соответствует: творцу, акмеологу, модератору, специалисту, профессионалу, рационализатору, фасилитатору. 35% – при поведении беспокоятся, чтобы поступки были правильными, практичны поэтому заботятся о каждой детали; 65% – обладают более легким потенциалом, но придерживаются в жизни практичности.

Фактор Q₂ «конформизм–нонконформизм». Проявление высоких и средних баллов по этому фактору соответствует уровням профессионализации: творец, результативист. 20% – независимы в своих поступках, склонны поступать по-своему; 25% – предпочитают работать в коллективе, при принятии решений необходима поддержка; 55% – находятся в коллективе, но могут быть предприимчивы и высказывать свои мысли и идеи.

Фактор С «эмоциональная стабильность/нестабильность». Проявление высоких и средних баллов по этому фактору соответствует уровням профессионализации: мастер, рационализатор, наставник, абнотивист, акмеолог, фасилитатор. Анализ эмоциональной стабильности или нестабильности, позволяет увидеть, 25% – эмоционально стабильны, зрелые, устойчивые личности; 20% – нестабильны, раздражительны, эмоционально возбудимы; 55% – в диапазоне от чувствительных до трезво оценивающих действительных.

Таким образом, для определения корреляционной связи между показателями, был использован коэффициент корреляции Спирмена, шкалы методик коррелируют между собой, обнаружено пять видов профессионализаций: мастер, специалист, профессионал, результативист, акмеолог.

У специалиста мотивационно-волевая сфера выявлена на среднем уровне, у профессионала – в основном на среднем уровне, но могут быть исключения в виде низкого, результативист – обладает высоким уровнем мотивационно-волевой сферы, у мастера проявляются высокие и средние значения мотивационно-волевой сферы, рационализатор обладает высоким уровнем, у акмеолога наблюдается среднее значение мотивационно-волевой сферы. При разных видах профессионализации проявляются различные особенности мотивационно-волевой сферы у сотрудников ФСИН.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Батаев В. В. Типы социально-психологической адаптации // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2010. № 3-4. С. 11-12.
2. Бранский В. П., С. Д. Пожарский Социальная синергетика и акмеология: учебник 2-е изд. СПб.: Политехника, 2002. 476 с.
3. Диагностика коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-2) / Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., 2002. С. 263-265.
4. Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции: учебник СПб.: Питер, 2013. 208 с.
5. Ильин Е. П. Психология воли: учеб. пособие 2-е изд. СПб.: Питер, 2011. 368 с.
6. Караваев А. Ф. Психолого-педагогические основы профессионального становления специалистов – сотрудников ОВД: метод. пособие. М.: ЦОКР МВД России, 2005. 296 с.
7. Кожевина А. П. Взаимосвязь трудовой мотивации и адаптационного потенциала сотрудников МВД / А. П. Кожевина // Baikal Research Journal. – 2019. – Т. 10, № 4. – С. 4. – DOI 10.17150/2411-6262.2019.10(4).4. – URL:

- <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42324627>
8. Корепанова Ю. Н. Психологические особенности профессиональной адаптации молодых сотрудников к службе в ОВД // Сборник научных статей «Законодательство России: проблемы теории и практики применения». С.: Изд-во СЮИ МВД России, 2018. № 3. С. 54–58
 9. Маликов Б. З. Значение международно-правовых стандартов обращения с осужденными в формировании и реализации уголовно-исполнительной политики // Вестник СЮИ ФСИН России. 2002. № 2. С. 23–33
 10. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии: учебник СПб.: Питер, 2012. 588 с.
 11. Тарасова С. А. Психология сотрудников УИС: личность, общение, деятельность: учеб. пособие. Саратов: Изд-во СЮИ ФСИН России, 2016. 114 с.
 12. Туев В.А. Мотивация труда и развитие потребностей личности / В.А. Туев // Известия ИГЭА. 2014. № 4 (96) . – с. 177-182
 13. Усов А. П. Теоретический анализ понятий «мотивация» и «стимулирование» с позиции их взаимодействия / А. П. Усов, А. В. Силантьев // Baikal Research Journal. – 2020. – Т. 11, № 3. – С. 3. – DOI 10.17150/2411-6262.2020.11(3).3. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44593754>
 14. Цветкова Р. И. Мотивационная сфера личности современного студента: факторы, условия, средства ее формирования. // Вестник БГУ. 2010. № 1 С. 24–32.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ



ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 378.1

DOI 10.58551/24136522_2023_10_7_103

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЖЕСТИКУЛЯЦИЯ КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ ИНСТРУМЕНТ ПОВЫШЕНИЯ ВНИМАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ И ЗАПОМИНАНИЯ ИНФОРМАЦИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Тарасова Александра Васильевна

Старший преподаватель кафедры иностранных языков

Санкт-Петербургский университет МВД России

E-mail: Alexandrina55@mail.ru

SPIN-код: 9335-8243

В данной статье исследуется специфика использования педагогической жестикуляции в качестве эффективного инструмента повышения внимания обучающихся. При этом внимание рассматривается как когнитивный процесс, обеспечивающий максимальное запоминание информации. Работа отражает особенности обучения в высшей школе, а также необходимость включения в образовательный процесс педагогического инструментария, который способствует повышению результативности обучения.

Ключевые слова: педагогическое воздействие, образовательные инструменты, механизмы запоминания, педагогическая жестикуляция, когнитивное развитие, повышение внимания, высшая школа, невербальная коммуникация, вербальная коммуникация

PEDAGOGICAL GESTURES AS AN EFFECTIVE TOOL FOR INCREASING THE ATTENTION OF STUDENTS AND MEMORIZING INFORMATION IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF HIGHER EDUCATION

Tarasova Alexandra Vasilyevna

Senior lecturer of Foreign Languages Department;

Saint Petersburg University of the Ministry of

the Interior of the Russian Federation

E-mail.ru: Alexandrina55@mail.ru

This article examines the specifics of using pedagogical gestures as an effective tool to increase the attention of students. At the same time, attention is considered as a cognitive process that ensures maximum memorization of information. The work reflects the peculiarities of higher education, as well as the need to include pedagogical tools in the educational process, which contributes to improving the effectiveness of learning.

Keywords: pedagogical impact, educational tools, memorization mechanisms, pedagogical gestures, cognitive development, attention enhancement, higher school, non-verbal communication, verbal communication

Особенности обучения в современной высшей школе обусловлены динамикой развития современного общества, при которой меняются требования к образовательному процессу, качеству и результатам обучения.

Именно поэтому преподавателям необходимо использовать средства и методы обучения обучающихся, которые будут иметь максимальные образовательные результаты. Интеграция традиционных и инновационных методик, вербального и невербального инструментария в преподавание различных дисциплин, в особенности, лингвистического цикла, позволит достичь максимального эффекта в изучении различных предметов.

Невербальная коммуникация как средство передачи информации, играет значительную роль в образовательном процессе. Воздействуя на эмоциональную сферу обучающихся, мимика, выражение лица, жестикуляция преподавателей позволяют получить позитивное подкрепление, одобрение запоминания учебного материала, осознать его значимость в учебном процессе.

Как отмечает Т.Ю. Назаренко [3], невербальная коммуникация преподавателя позволяет максимально привлечь внимание обучающихся, получить обратную связь, т.к. отражает его эмоциональное отношение к той информации, которая передается в процессе занятия. При активном использовании средств невербальной коммуникации, в том числе жестикуляции, устанавливается близкий контакт «преподаватель-обучающиеся», что позволяет создать благоприятный психологический климат, доверительные отношения.

Еще в середине XX века отечественные и зарубежные антропологи (Н. В. Горелов, М. П. Ананьева, Эдвард Т. Холл и пр.) отмечали, что почти 60% человеческого общения является невербальным и поэтому является необходимым дополнением к вербальному. Кроме того, необходимо помнить, что невербальное общение существовало между людьми задолго до становления речи и именно посредством мимики и жестов передавалась жизненно важная информация (об опасности, погоде, месте проживания, особенностях охоты и пр.). В период становления речи жестикуляция служила помощником для усиления эмоций, объяснения слов, которые сложно подобрать, а также была мощным инструментом выражения обратной связи.

На настоящий момент, когда речь человечества активна, полноценна и разнообразна, жестикуляция не утратила свое значение и активно используется в различных сферах жизни, в том числе, в образовательной.

Говоря о значимости использования жестикуляции в деятельности педагога, необходимо отметить, что одной из ключевых функций невербального общения является организация эффективного взаимодействия педагога и обучающихся и возможность самовыражения каждого участника педагогического процесса.

Педагог подчеркивает значимость преподаваемого материала путем включения жестикуляции в свою речь, объясняя, иллюстрируя материал. Особенно эффективно включение жестов в процесс обучения иностранному языку, при сопровождении незнакомых слов, иллюстрировании различных ситуаций, работе с аутентичными текстами и видеоматериалами. Обучающиеся, жестикулируя, отражают обратную связь, показывают свою заинтересованность, сопровождая особо выразительные либо непонятные моменты еще и мимикой.

Одним из «сильнейших моментов» жестикуляции является ее подсознательный характер и при ее проявлении невозможно скрыть истинные эмоции, отношение к происходящему, что немаловажно в образовательном процессе. Ведь порой обучающиеся не всегда могут выразить свои мысли, сказать, что что-то не поняли или наоборот, поделиться позитивными эмоциями. Это может происходить в силу различных факторов, главное, что жесты помогают им реализовывать свой учебный потенциал, дополнить речевую информацию невербальной. Данный инструментарий очень важен при преодолении комплексов, зажимов, стеснительности и позволяет обучающимся чувствовать успех, лучше объясняя

выученный материал. задавать вопросы, помогать и получать помощь от одноклассников, обмениваться различной информацией.

Педагогическая жестикуляция как инструмент коммуникации, обладает еще одним преимуществом – она доступна всем. Обучающиеся, которые не имеют полноценной возможности речевого выражения своих мыслей, в силу особенностей, ограничений, сложности воспринимаемого материала и иных факторов, могут воспользоваться жестикуляцией и иными невербальными средствами. По мнению различных исследователей (Е.К. Лисариди, Б.Н. Нурмухамбетова) невербальное общение всегда сопровождает вербальное и является его неотъемлемым компонентом. Именно поэтому его можно отметить как естественный инструмент организации коммуникации в образовательном процессе. Также, как отмечает Т. Ю. Назаренко, невербальные средства обучения, в частности, жестикуляция, могут полностью заменить речевую коммуникацию, а также помогают организации коммуникации незнакомых людей между собой, построению диалогов, передаче важной информации.

Отечественные авторы выделяют различные функции жестикуляции в педагогическом процессе [3, 4]:

- коммуникативная, которая способствует организации взаимодействия между различными участниками педагогического процесса и позволяет общаться в ситуациях, когда применение речи затруднительно;
- образовательная. Расширяет кругозор и раскрывает образовательный потенциал обучающихся путем обогащения их общения и обучения мимикой и жестами;
- эмотивная отражает чувства, эмоции, настроение обучающихся и педагога по отношению к происходящему, образовательному контенту, показывает общий настрой аудитории либо преподавателя на учебный процесс;
- информационная. Жесты способствуют передаче информации, отражают те данные, которые необходимы для организации образовательного процесса. Они также позволяют получать сведения о качестве и результате обучения в виде обратной связи от различных участников коммуникации.

Реализация данных функций способствует получению высоких образовательных результатов, становлению активной субъектной позиции большинства обучающихся.

В работе В.Д. Соколова [4] отражена необходимость максимального овладения средствами невербальной коммуникации специалистами, работающими в сфере «человек-человек». Данный автор выделяет жесты в качестве эффективного инструмента педагогического воздействия с целью образования и воспитания. Они придают особую выразительность, эмоциональную окраску и смысловое значение передаваемой информации. Кроме того, данные инструменты можно использовать как средство реализации определенного этапа личностного роста, формирования определенного образовательного уровня, а также возможность достижения образовательных, воспитательных и развивающих целей занятия.

Безусловно, жестикуляция, как и любая другая методика, может иметь негативные эффекты в случае злоупотребления, неуместного использования либо включения в ненужных моментах образовательного процесса. Поэтому, как мы отмечали ранее, педагогу необходимо владеть коммуникативной компетентностью в достаточной степени, умея сочетать вербальные и невербальные образовательные средства.

Используя жестикуляцию на занятиях, необходимо следить за тем, чтобы она соответствовала объему и содержанию учебной мотивации, мимике, интонационному сопровождению и общему эмоциональному фону аудитории [4]. Только при соблюдении подобного баланса можно говорить об эффективности образовательного процесса и качестве образования. Жестикуляция должна дополнять, но не преобладать над речевой коммуникацией, иначе это не будет профессионально со стороны педагога, переключит внимание обучающихся на эмоциональную сферу, будет

способствовать нарушению концентрации внимания и дисциплины. Кроме того, неуместно вставленные жесты. могут обидеть или оскорбить кого-либо, особенно в смешанных аудиториях, где не всегда возможно учесть специфику национальности, знать обычаи и традиции различных народов.

Поэтому жесты необходимо применять сообразно ситуации, информации и ответной реакции аудитории. Они не должны быть неестественными и излишне скованными, чтобы не создавать впечатление неуверенности и зажатости преподавателя. И в то же время жестов не должно быть слишком много, они не могут быть развязными, неуместно употребляемыми. Задача педагога – балансировать в рамках «золотой середины», удерживая внимание обучающихся, устанавливая эмоциональный контакт и давая необходимую информацию.

Планируя тему занятия и его содержательное наполнение, педагог должен заранее представлять реакцию учеников, возможные вопросы, предполагать трудности, которые могут возникнуть, а также пути их преодоления. Но самое главное – ему необходимо понимать то вербальное и невербальное сопровождение образовательного процесса, которое будет основой не только когнитивного, но и эмоционального восприятия обучающимися необходимого материала. От личностного отношения преподавателя, выразительности и яркости педагогического воздействия на обучающихся зависит качество и эффективность образовательного процесса, а также становление ценностно-эмоциональной сферы обучающихся.

Значение жестикуляции в повседневной и образовательной деятельности, безусловно, велико. Однако, ключевым моментом в их использование является контроль за употреблением и правильное включение в образовательный процесс.

Сложно дать рекомендации, где, когда и сколько употреблять жестов. Это необходимо чувствовать, а также накапливать социальный опыт в контексте применения жестикуляции в образовательном процессе. Соотношение личного и профессионального опыта в применении жестикуляции является одним из важнейших факторов эффективной организации образовательного процесса. Преподаватель как ключевая фигура, задает основной тон обучающимся, ведет занятие. При этом учащиеся не остаются пассивными в коммуникации и обязательно выдают обратную связь даже при отсутствии эмоциональной и любой коммуникативной реакции.

Жесты являются еще и ярким проявлением эмоционального состояния педагога и обучающихся. Они могут отражать различные реакции (восхищение, гнев, радость, недовольство и пр.) сопровождая речевое их выражение. Подобное очень важно в образовательном процессе, т.к. коммуникация в сфере «человек-человек» предполагает взаимодействие живых людей, а не механизмов, что включает обязательную эмоциональную сторону.

Отечественные исследователи (В. Д. Соколов и др.) в целях оптимального включения жестов в процесс обучения предлагают их дифференцировать на:

- жесты-симптомы, отражающие эмоциональное, психологическое состояние, показывающие настроение и отношение обучающихся и педагога;
- жесты-регуляторы, позволяют регулировать и контролировать степень рациональности взаимодействия с обучающимися. Они помогают удерживать коммуникацию в рамках делового, учебного общения и не нарушать субординацию;
- жесты-информаторы. Способствуют эффективному доведению информации до обучающихся, преобразовывать мысли и вербальную информацию в жесты.

Как мы видим, они все различны по содержанию и функциям, однако, являются комплексным коммуникативным инструментарием, который помогает воспитывать и обучать учащихся. Рациональное применение жестикуляции на занятиях позволяет преподавателю научить обучающихся такому же их использованию в учебной и профессиональной деятельности, контролю эмоций и адекватному, грамотному выражению своих мыслей, чувств.

При использовании жестикуляции в образовательном процессе необходимо учитывать следующие факторы:

– половозрастной и национальный состав аудитории. Это важно для понимания того, какие жесты можно и нельзя применять на занятиях, когда он будут уместны и адекватно восприняты;

– специфику преподаваемой дисциплины. Социальные предметы (психология, педагогика) предполагают большую эмоциональную включенность и жестикуляцию, нежели, к примеру точные науки, где необходима полная сосредоточенность и иногда для перерыва – разрядка в виде беседы, шутки, сопровождаемых жестами;

– эмоциональный настрой аудитории и преподавателя. Иногда бывает необходимо сменить атмосферу на занятиях, повысить общее настроение, сменить тему беседы.

Таким образом, подводя итоги нашему исследованию, необходимо отметить важность использования жестикуляции в педагогическом процессе, подчеркнуть рациональность включения жестов в образовательный процесс. Это необходимо для создания благоприятного психологического климата в аудитории и получения качественных образовательных результатов.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Лисариди Е.К., Нурмухамбетова Б.Н. Взаимосвязь вербальной и невербальной коммуникации // Вестник КазНМУ. 2014. №1. С. 362-363.
2. Муратова Л. М., Зверева А. Е. Эмоциональная сторона дистанционного образования // Научные труды Московского гуманитарного университета. 2022. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnaya-storona-distantcionnogo-obrazovaniya> (дата обращения: 09.12.2023).
3. Назаренко Т. Ю. Невербальное поведение преподавателя в процессе обучения иностранному языку // Гуманитарные исследования. Педагогика и психология. 2023. №13. С.
4. Соколов В. Д. Педагогические жесты, как средство повышения внимания слушателей // Новые импульсы развития: вопросы научных исследований. 2020. №2. С. 337-345.
5. Умирзакова З. А. Роль невербальных средств коммуникации в процессе обучения языкам // Austrian Journal of Humanities and Social Sciences. 2015. №1-2. С. 171-173.

ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ СТАТЕЙ

Статья, направляемая в журнал «ЖИВАЯ ПСИХОЛОГИЯ», предоставляется в электронном виде в текстовом редакторе Microsoft Word по e-mail: VAK-info@yandex.ru

Файл с текстом статьи должен иметь расширение *.doc или *.docx. Разметка страницы: поля со всех сторон 2 см, ориентация книжная, формат А4. Текст набирается шрифтом Times New Roman, размер (кегель) 14, абзацный отступ 1,25 см, межстрочный интервал полуторный с использованием автоматической расстановки переносов. Аннотация (от 100 до 150 слов); ключевые слова на русском языке (от 8 до 15 слов). Название статьи, аннотация, ключевые слова, сведения об авторах должны быть переведены на английский язык.

Исключить громоздкие цифровые и формульные таблицы, а также рисунки, более, чем на 0,5 страницы. Все таблицы и рисунки должны быть в тексте, подписаны, ссылки на них по тексту обязательны.

Список использованной литературы составляется по алфавиту в конце статьи в соответствии с ГОСТ. Источников литературы не менее 10, не более 15 источников. Ссылки на литературу в тексте отмечаются арабскими цифрами в квадратных скобках.

В статье должны быть указаны следующие сведения о каждом авторе: фамилия, имя, отчество (полностью); место работы и должность; ученая степень; домашний адрес (если необходимо почтовый экземпляр); контактный телефон; адрес электронной почты. Название ВУЗов полностью, без сокращений.

Пример оформления статьи:

<http://nauka-vak.ru/wp-content/uploads/2022/07/Пример-оформления-статьи.doc>

ВАЖНО!!!

Все статьи проверяются на ПЛАГИАТ. Процент авторского текста должен составлять не менее 75%. Цитирования не более 25%.

Все поступающие в редакцию материалы должны быть проверены на наличие заимствований из открытых источников (попросту – плагиат), проверка выполняется с помощью системы AntiPlagiat.ru.

Редакция предупреждает авторов, незаконно заимствующих объекты интеллектуальной собственности, об ответственности, предусмотренной в Статье 146 УК РФ «Нарушение авторских и смежных прав». Процент авторского текста должен составлять не менее 75%.

Регистрационный номер и дата принятия решения о регистрации:
серия ПИ № ФС77-83669 от 05 августа 2022г.

Международный стандартный сериальный номер (ISSN)
в печатной версии: 2413-6522,

Каталог периодики «Урал-Пресс», Подписной индекс: 014722

Учредитель и издатель журнала: Общество с ограниченной
ответственностью «Издательство «Манускрипт» (ОГРН 1226100004679),
344114, РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ, Г.О. ГОРОД РОСТОВ-НА-ДОНУ, Г. РОСТОВ-
НА-ДОНУ, УЛ БОРЯНА, Д. 20, 24

Адрес редакции и издателя: 344114, РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ, Г.О. ГОРОД
РОСТОВ-НА-ДОНУ, Г. РОСТОВ-НА-ДОНУ, УЛ БОРЯНА, Д. 20, 24

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

Подписано в печать 15.12.2023г., дата выхода номера в свет 20.12.2023г.
Форм 60 x 90 1/8, печ. л. 7,43

Периодичность: 8 раз в год, тираж 500 экз., заказ №1130-23/11

Отпечатано в типографии Общество с ограниченной ответственностью
«Издательство «Манускрипт» (ОГРН 1226100004679),

Адрес типографии: 344114, РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ, Г.О. ГОРОД РОСТОВ-НА-
ДОНУ, Г. РОСТОВ-НА-ДОНУ, УЛ БОРЯНА, Д. 20, 24

Цена договорная.

