eISSN 2311-2468
Том 2, № 1. 2014
Vol. 2, no. 1. 2014

электронное периодическое издание
для студентов и аспирантов

Огарёв-онлайн
Ogarev-online

https://journal.mrsu.ru

ЛИМАЕВА Ю.Ю.

ОСОБЕННОСТИ РОДИТЕЛЬСКОЙ СЕМЬИ У МУЖЧИН И ЖЕНЩИН С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

Аннотация. В данной статье рассматривается влияние на развитие эмоционального интеллекта мужчин и женщин таких характеристик родительской семьи, как сплоченность, экспрессивность, ориентация на активный отдых и др. Подчеркивается важность диалогического эмоционально-личностного общения в семье для гармоничного развития личности, обладающей способностью понимать свои и чужие эмоции, а также управлять ими.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект; внутриличностный, межличностный эмоциональный интеллект, диалогическое общение, семья, семейная ситуация развития.

LIMAEVA YU. YU.

PARENTAL FAMILY FEATURES OF MEN AND WOMEN WITH DIFFERENT LEVELS OF EMOTIONAL INTELLIGENCE

Abstract. The paper considers the parental family features of men and women with different levels of emotional intelligence (high, middle, low). The author defines the emotional intelligence as an ability to identify, assess, and control the emotions of oneself and others. The influence of parental upbringing on developing of interpersonal and intrapersonal emotional intelligence has been studied. A conclusion is drawn that such family features as consolidation, expressivity, openness, active leisure orientation, moral principles make high emotional intelligence of a person.

Key words: emotional intelligence; intrapersonal and interpersonal emotional intelligence; dialogue communication; family; family situation development.

Влияние семьи на развитие личности ребенка подчеркивается в работах отечественных и зарубежных психологов (Л.С. Выготский, А.Я. Варга, О.А. Карабанова, В.К. Шабельников, Л.Б. Шнейдер, Э.Г. Эйдемиллер, М. Боуэн, К.Витакер и другие). Среда семьи способствует формированию личностных качеств ребенка, его отношения к себе и другим, способности ориентироваться в эмоциональном состоянии других и понимать свое собственное.

Особую роль в иерархии структуры семьи занимает эмоционально-личностная составляющая, которая включает психологический климат в среде семьи, семейную атмосферу, отношения между членами семьи, отношение родителей к детям, создание чувства безопасности для детей и заботу о них. В свете культурно-исторического подхода к психике можно утверждать, что развитие личности происходит в диалогическом

эмоциональном контакте с другим человеком [3]. Возникающее чувство близости и доверия позволяет человеку полнее открываться и глубже осмыслять себя. Бедность и недифференцированность эмоциональных реакций близкого взрослого ведет к формированию у ребенка особого типа сознания и мышления, в котором внутренняя жизнь как таковая представлена очень бедно.

По мнению О.В. Хухлаевой, более опытным взрослым необходимо уметь справляться со своими чувствами, осознавать их, открыто и искренне проявлять: такое поведение воспринимается детьми с уважением, они чувствуют себя в безопасности, так как понимают, что родители принимают не только их отдельных действий, но и их самих [4]. Таким образом дети учатся отличать мысли от чувств, что важно для развития такой психологической категории как эмоциональный интеллект.

Феномен когнитивно-эмоциональной недиффиренцированности исследует Л.П. Пономаренко в рамках теории семейных систем [1]. В таких семьях люди не отличают своих эмоций от эмоций других членов семьи, «заражаются» чужими эмоциями», с трудом могут логически перерабатывать возникающие конфликты и сложности в отношениях, руководствуются больше эмоциями, чем здравым смыслом и трезвым расчетом. Недифференцированные индивиды в дальнейшем могут развивать созависимость в отношении с партнерами, они обладают низкой фрустрационной толерантностью и подвержены нервно-психическим расстройствам. По результатам исследования Л.П. Пономаренко, подростки со слабой дифференциацией «Я» воспитываются в атмосфере директивности, враждебности и непоследовательности.

Фактор эмоционального интеллекта важен для здоровья общества так же, как и фактор академического интеллекта. Согласно современным психологическим исследованиям интеллект не является единой познавательной способностью (Г. Гарднер): в качестве самостоятельных видов выделяются логико-математический, лингвистический, социальный, эмоциональный, музыкальный и другие виды интеллекта. Эмоциональный интеллект – это способность личности к пониманию и управлению своими и чужими эмоциями. Согласно Д.В. Люсину в структуре эмоционального интеллекта выделяются межличностный и внутриличностный компоненты [2].

Межличностный эмоциональный интеллект объединяет в себе способности к управлению эмоциями окружающих людей, внутриличностный – к пониманию своих собственных эмоций и управление ими. Идея ЭИ выросла из понятия социального интеллекта, которое разрабатывалось такими авторами, как Э. Торндайк, Дж. Г. Айзенк.

На наш взгляд, внимание эмоциональному интеллекту следует уделять и в рамках рассмотрения его развития в семейной системе, поскольку семейная ситуация создает

предпосылки для развития эмоционального интеллекта, детерминирует компетентность человека в неявных, эмоциональных взаимодействиях, в которых нет готовой инструкции для успешного контакта, для ориентировки в которых необходимо иметь особое поле возможностей. Эта взаимосвязь является наименее исследованной областью в изучении эмоционального интеллекта. Таким образом, незначительная разработанность проблемы взаимосвязи развития эмоционального интеллекта и характеристик семейной системы обусловливают актуальность данного исследования.

Нами были изучены взаимосвязи характеристик семьи и особенностей эмоционального интеллекта у мужчин и женщин. Была выдвинута гипотеза, согласно которой родительские семьи людей с различным уровнем эмоционального интеллекта будут иметь свои особенности. В качестве основных методов исследования были выбраны психодиагностический метод, а также методы математической статистики. Были использованы опросник Эмоционального интеллекта Д.В. Люсина и «Шкала семейного окружения» (С.Ю. Куприянов).

Для исследования эмоционального интеллекта был использован опросник ЭмИн, разработанный Д.В. Люсиным. В основу опросника положена трактовка эмоционального интеллекта как способности к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими. В структуре опросника эмоционального интеллекта (ЭИ) выделяют такие шкалы и субшкалы:

- межличностный эмоциональный интеллект (шкала МЭИ) – способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими;

- внутриличностный эмоциональный интеллект (шкала ВЭИ) – способность к пониманию своих эмоций и управлению ими.

Шкала семейного окружения (ШСО) предназначена для оценки социального климата в семьях всех типов [5]. В нашей стране методика адаптирована С. Ю. Куприяновым.

Основное внимание ШСО уделяет измерению и описанию:

а) отношений между членами семьи (показатели отношений);

б) направлениям личностного роста, которым в семье придается особое значение (показатели личностного роста);

в) основной организационной структуре семьи (показатели, управляющие семейной системой).

ШСО включает десять шкал, каждая из которых представлена девятью пунктами, имеющими отношение к характеристике семейного окружения, а именно:

а) показателям отношений между членами семьи;

б) показателям личностного роста;

в) показателям управления семейной системой.

В исследовании приняли участие 60 человек (45 женщин и 15 мужчин) в возрасте от 18 до 35 лет. Опрос проводился посредством интернет-анкетирования.

По отдельным показателям эмоционального интеллекта были получены следующие результаты.

У испытуемых с высоким показателем межличностного понимания эмоций (МП) семьи статистически значимо ($p< 0,05$, критерий Н-Краскала – Уоллеса) отличаются высокой экспрессивностью, интеллектуально-культурной ориентацией, морально-нравственными аспектами. Открытое выражение чувств в семье способствует развитию у ребенка способности понимать эмоции других людей.

Высокий показатель способности к межличностному управлению эмоциями (МУ) связан с высокой степенью ориентации на достижения и интеллектуально-культурной ориентацией. Таким образом, открытость границ семьи, включенность её членов в социальную жизнь способствуют развитию навыков управления эмоциями других.

Высокий общий показатель межличностного эмоционального интеллекта (МЭИ) выявлен у испытуемых с высокой степенью ориентации на достижения, интеллектуально-культурной ориентацией, морально-нравственными аспектами в родительской семье (рис.1).

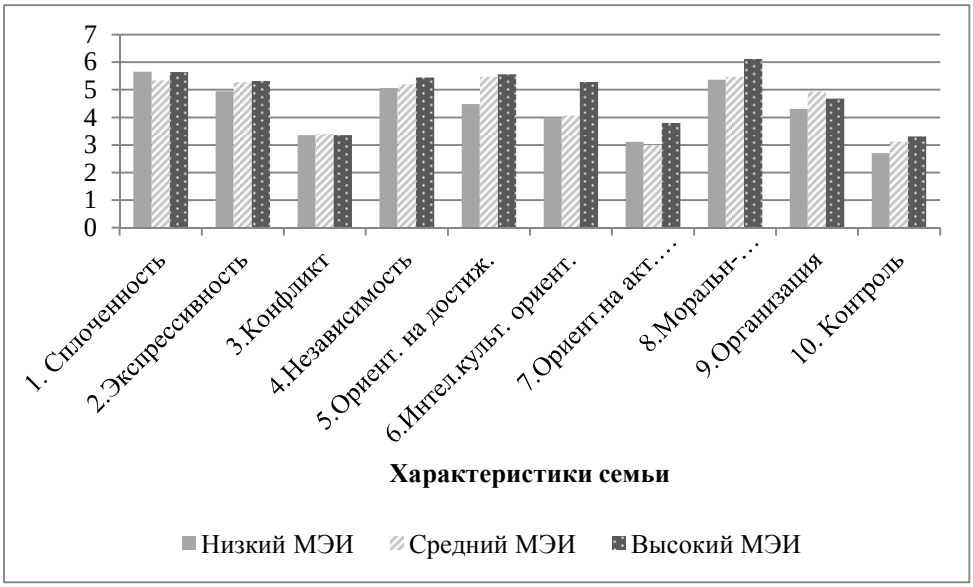

Рис. 1. Характеристики семьи испытуемых с различным уровнем межличностного эмоционального интеллекта.

Внутреннее понимание своих эмоций (ВП) хорошо развито у людей, в семьях которых ярко выражены экспрессивность и интеллектуально-культурная ориентация.

Управление своими эмоциями (ВУ) развито лучше у испытуемых из семей с высокой сплоченностью, ориентацией на активный отдых, интеллектуально-культурной ориентацией. Сплоченность семьи, проявляющаяся в совместной деятельности, позволяет развивать навыки саморегуляции и нацеленности на выполнение семейной функции (рис.2).

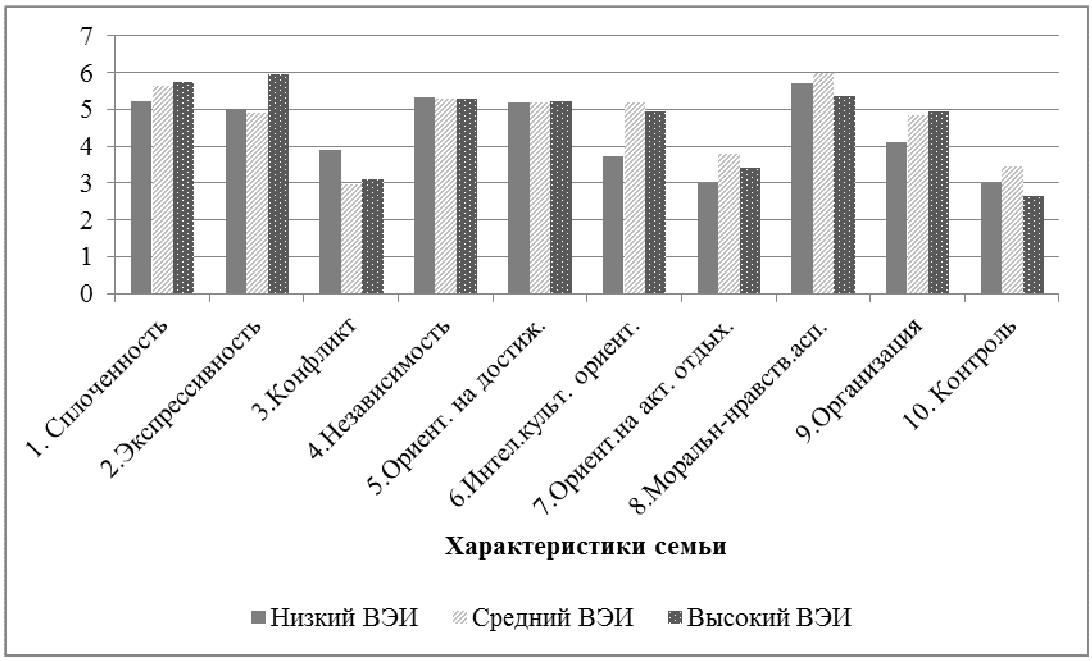

Рис. 2. Характеристики семьи испытуемых с различным уровнем внутриличностного эмоционального интеллекта.

Контроль за внешней экспрессивностью (ВЭ) выше у испытуемых, в семьях которых высокий показатель ориентации на достижения. Общий показатель внутреннего эмоционального интеллекта выше у испытуемых, семьи которых характеризуются экспрессивностью и интеллектуально-культурной ориентацией.

Выявленные особенности родительских семей и их влияние на испытуемых с различным уровнем эмоционального интеллекта позволяет в дальнейшем развивать те или иные навыки поведения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Пономаренко Л.П. Последствия когнитивно-эмоциональной недиффиренцированности семейных отношений для развития личностной автономии // Психология и жизнь: психологические проблемы современной семьи: материалы 5-ой Международной научной конференции, Минск, 4-25 ноября 2011 г. – Минск, 2011. – С. 226-230.

2. Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / под ред. Д. В. Люсина, Д.В. Ушакова. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004. – 176 с.
3. Холмогорова А. Б., Воликова С. В., Полкунова Е. В. Семейные факторы депрессии // Вопросы психологии. – 2005. – № 6 – С.63-71.
4. Хухлаева О.В. Школьная психологическая служба. Работа с учащимися. – 2-е изд. – М.: Генезис, 2010. – 208 с.
5. Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия. – СПб.: Изд-во «Речь», 2003. – 336 с.

КОВАЛЕВА Н. А., ЧЕРНОВА Е. Н.

ВЗАИМОСВЯЗЬ СТИЛЯ РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи стиля родительского отношения и эмоционально-личностных характеристик младшего школьника. Формулируются предположения относительно влияния детско-родительских отношений на успешность учебной деятельности в младшем школьном возрасте.

Ключевые слова: эмоционально-личностное развитие, младший школьный возраст, стили детско-родительского отношений.

KOVALEVA N. A., CHERNOVA E. N.

PARENTING STYLE AND YOUNGER SCHOOLCHILDREN PERSONALITY AND EMOTIONS

Abstract. The paper presents the results of an empirical study of the parenting style effect on personal and emotional characteristics of younger schoolchildren. The authors suggest that the children-parents relationships have an impact on the academic progress during the early school years.

Keywords: emotional and personal development, primary school age, child-parent relationship styles.

Аспекты эмоционально-личностного развития в младшем школьном возрасте не так давно стали предметом изучения психологической науки. Это связано с тем, что становление личности младшего школьника принято рассматривать в контексте ведущей деятельности — учебной. Бесспорно, успешное выполнение учебных задач в начальной школе определяет позитивную самооценку младшего школьника, оптимальное развитие всех познавательных процессов, формирование произвольности. При этом в качестве ведущего фактора успешной учебной деятельности рассматривается многокомпонентная готовность к школьному обучению: физическая, социальная, психологическая [2]. Особенности взаимоотношений ребенка с родителями могут также выступать как возможная причина его успехов или неудач постольку, поскольку они определяют эмоционально-личностное развитие ребенка как субъекта учебной деятельности [1].

В нашем эмпирическом исследовании мы поставили цель установить взаимосвязь между конкретным стилем родительского отношения и содержательными особенностями эмоционально-личностного развития младшего школьника.

В исследовании приняли участие младшие школьники в количестве 30 человек, а также их родители в количестве 30 человек. Исследование проводилось в средней образовательной школе № 775 Юго-Восточного округа г. Москвы. Использованы следующие методики: тест-опросник родительского отношения А. Я. Варга, В. В. Столина, тест Кеттелла (детский вариант) [3].

По итогам математической обработки результатов с использованием коэффициента корреляции Пирсона удалось выявить следующие корреляции между шкалами опросника родительского отношения Марковской, индекса тревожности и шкалы методики Кеттела, представленные в таблице 1.

Таблица 1 – Значения корреляционного анализа результатов по шкалам опросника Кеттела и шкалам теста-опросника детско-родительского отношения А. Я. Варга, В. В. Столина

Шкалы опросника Кеттела	Шкалы теста-опросника родительского отношения А.Я. Варга, В.В. Столина				
	Принятие-отвержение	Кооперация	Симбиоз	Отношение к неудачам	Контроль
открытость	**0,908****	**0,828****	-0,199	-0,351	**-0,793****
высокий интеллект	0,146	0,294	0,023	-0,003	-0,058
уверенный в себе	**0,862****	**0,823***	-0,198	-0,336	**-0,689***
независимость	0,152	0,301	-0,213	-0,283	-0,099
беспечность	-0,339	**-0,503***	0,169	0,153	0,235
добросовестность	**0,772****	**0,618***	-0,049	-0,095	**-0,708***
смелость	**0,785****	**0,673***	-0,205	-0,186	**-0,541***
зависимость от других	-0,058	-0,266	0,188	0,141	0,009
тревожность	**-0,816****	**-0,771****	0,236	0,256	**0,591***
высокий самоконтроль	0,158	0,301	-0,275	-0,134	-0,091

- $p \leq 0.05$ ($r_{кр}$ =0,49); **- $p \leq 0.01$($r_{кр}$ =0,72)

По результатам проведенного исследования становится очевидным факт реальной взаимосвязи между стилем родительского отношения и выраженностью определенных эмоционально-личностных особенностей.

Такие стили родительского отношения, как принятие и кооперация, повышают уровень открытости ребенка (соответственно: r=0,908 при p≤0.01 и r=0,828 при p≤0.01), его чувство уверенности в себе (соответственно r=0,862 при p≤0.01 и r=0,823 при p≤0.01), а также определяет такие качества, как добросовестность (соответственно: r=0,772 при p≤0.01 и r=0,618 при p≤ 0.05) и смелость (соответственно r=0,785 при p≤ 0.01 и r=0,673 при p≤ 0.01). При этом обнаружены отрицательные корреляции между следующими показателями: кооперация и беспечность (r=-0,503 при p≤ 0.05), принятие и тревожность (r=-0,816 при p≤ 0.01), кооперация и тревожность (r=-0,771 при p≤ 0.01).

Родительское отношение в форме контроля понижает открытость (r=-0,793 при p≤ 0.01), препятствует формированию чувства уверенности в себе (r=-0,708 при p≤ 0.05) и смелости (r=-0,541 при p≤ 0.05). При этом контроль может определять высокий уровень тревожности ребенка (r=0,591 при p≤ 0.01).

По шкалам отношение к неудачам и симбиоз значимых корреляций не выявлены.

Следует предположить, что такие особенности эмоционально-личностного развития младшего школьника, как открытость, смелость, уверенность в себе, рассудительность в противоположность беспечности, нормальный уровень тревожности, добросовестность, будут способствовать качественной учебной деятельности ребенка в плане организованности, ориентации на достижение успеха, стремления к открытому взаимодействию с учителем, ответственности при подготовке к занятиям. Нам удалось доказать, что такие особенности формируются в системе детско-родительских отношений. Поэтому психолого-педагогическая работа с учениками, испытывающими трудности в учебной деятельности, должна осуществляться комплексно: в систему коррекционных и развивающих мероприятий должно быть включено и семейное консультирование как способ позитивной трансформации родительского отношения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бурменская Г. В. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков – М. : «Академия», 2002. – 125 с.

2. Мухина В. С. Возрастная психология. Феноменология развития. – М.: Наука, 2006. – 608 с.

3. Справочник практического психолога. Психодиагностика / под общ. ред. С. Т. Посоховой. – М. : АСТ; СПб. : Сова, 2005. – 671 с.

ЗАРЕЗНОВА А. В.

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОКАЗАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В МЕДИЦИНСКИХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Аннотация. В статье рассматриваются проблемы деятельности клинического психолога в сфере здравоохранения. Обращается внимание на необходимость грамотного взаимодействия психолога и врача в интересах пациента. Освещается проблема психосоматических соотношений. Значительное внимание уделяется проблеме восприятия психолога медицинским персоналом и больными

Ключевые слова: клинический и медицинский психолог,психосоматика, психосоматические соотношения, медицинский персонал, пациент, больной, эмоциональные и стрессовые нарушения

ZAREZNOVA A. V.

CURRENT PROBLEMS OF PSYCHOLOGICAL AID IN MEDICAL INSTITUTIONS

Abstract. The article considers the problems a clinical psychologist faces while working in the health care system. The author emphasizes the positive effects of the correct interaction between the psychologist and a doctor in the process of the patient medical treatment. In this connection the author touches upon the problem of psychosomatic relationships. The study focuses on the perception of psychologist by medical staff and patients.

Keywords: clinical and medical psychologist, psychosomatics, psychosomatic ratio, medical staff, patient, emotional and stress disorders.

В современном мире все более актуальной становится тенденция повсеместного распространения психологической культуры, проявляющейся как в применении психологических знаний, так и в активном внедрении специалистов с высшим психологическим образованием в разные организационные структуры. В настоящее время психология как наука продолжает активно совершенствоваться и развиваться, вследствие чего закономерной является активация и практических областей с совершенствованием методов и приемов эксперимента.

Медицинская область отныне перестает быть только «святая святых» врачей. В настоящее время уже не вызывает сомнений тот факт, что соматические заболевания по большей части в основе имеют не столько вредные факторы, влияющие на состояние здоровья, сколько стрессовые и эмоционально негативные компоненты жизненного пространства личности. Уже не вызывает удивления присутствие в больницах, стационарах, психоневрологических диспансерах и прочих медицинских учреждениях психологов, оказывающих помощь пациентам с патологиями соматической сферы. Это

говорит в первую очередь об активном развитии психологической науки и практики и, во-вторых, о следовании по «западному пути», где специалист психолог – это наиболее перспективная и востребованная профессия современности.

Тем не менее, говорить о конкретно сложившейся психологической ситуации в области здравоохранения, включая определение места, роли, позиции психолога по отношению к процессу лечения, в настоящее время не является возможным.

Несмотря на актуальность профессиональной психологической работы в медицинской сфере, проблемы конструктивного взаимодействия психологии и медицины в процессе повседневной врачебной практики все еще до конца не решены и вызывают споры. Эти проблемы анализируют в своих статьях, например, А.В. Завьялов и В.В. Плотников, В.М. Блейхер и С.Н. Боков. Несмотря на то, что многими врачами признается важнейшая роль психологии для медицины, формирование профессии медицинского психолога и психологической службы в системе здравоохранения пока происходит достаточно медленно.

В частности неоднократно отмечавшаяся противоречивость сегодняшнего статуса психологов в системе здравоохранения в последних публикациях электронного научного журнала «Медицинская психология в России» (отсутствие требований к лицензированию деятельности, исключение возможности финансирования услуг медицинских психологов из средств бюджета обязательного медицинского страхования (ОМС), несогласованность требований образовательных стандартов и ведомственных документов Минздрава, да и противоречивость последних между собой и др.) требует дальнейшего рассмотрения этого вопроса [2, с. 5].

В настоящее время одной из актуальных проблем данной области является непонимание места и роли психолога в иерархии работников здравоохранения.

На практике специалист с высшим психологическим образованием, принимаемый на работу в медицинское учреждение имеет квалификацию «медицинский психолог» либо «клинический психолог». Значит ли это то, что он является медицинским работником и уполномочен быть «на равных» с врачами и мед. сестрами.

Как свидетельствует И. П. Малкина-Пых, наибольшее недоумение вызывает не столько сам факт признания психолога членом своеобразной касты медицинских работников, сколько умаление по поводу самой возможности подобного признания. Обученные определенному взаимодействию с больными в медицинских вузах врачи зачастую требуют выстраивания аналогичных отношений с пациентами и со стороны психолога. Это проявляется и к требованиям их работы [3, с. 487].

Как известно, наибольший диссонанс между представлениями о работе с пациентами у психологов и медицинских работников заключается в том, что представление врачей о роли психолога сводится лишь к обладанию им психологической культурой элементарного уровня. Так, зачастую, психологов оценивают по тому, как быстро и насколько эффективно они могут успокоить плачущих пациентов, подбодрить отчаявшихся больных, утешить, дать совет. В то же время в сферу деятельность психолога медицинский персонал нередко добавляет и организацию досуга особо нуждающихся пациентов (например, пациентов с психиатрической патологией). Нередко психолог выполняет целый арсенал ролей, навязанный неким стереотипом, почерпнутым из фильмов, например, роли «утешителя», «воспитателя», «советчика».

Тем не менее, ни одна из этих функций в действительности не входит в перечень обязательных видов деятельности и не определяет компетентность психолога. Тот уровень общения, которого требуют от психолога, как правило, сводится к тому, что психолог должен успокоить пациента, ободрить его, тем самым избавив от этой рутины врачебный персонал, больше уделяющий внимание проблемам здоровья пациента. Поэтому, очевидно, что с этой точки зрения, психолог, несомненно,весьма полезен для медиков. Однако мы должны помнить о том, что психологическая культура – это обязательный компонент врачебной этики, и обладание ею необходимо каждому врачу без исключения. Психолог же не должен брать на себя роль «утешителя» и «воспитателя», а обязан оказывать весь спектр психологической помощи в целях облегчения эмоционального состояния нуждающегося в этом больного. Тем не менее, не стоит забывать, что психолог – это «не луч надежды» для больного, а некое зеркальное отображение его сущности, следующий принципам психологической этики.

Помимо обозначенной проблемы, ряд авторов выделили другие «слабые стороны» медицинской психологии.

Н.И. Русина свидетельствует о том,что центральной проблемой «обездоленности психологов» является то, что специализация по клинической психологии, получаемая в классических университетах, страдает отсутствием возможности получать полноценную практику на клинических базах и недостаточно глубокой медицинской теоретической подготовкой в смежных медицинских науках. В медицинских вузах есть опасность, что обучение психологов берут на себя психиатры, не имеющие психологического образования. Они ограничивают подготовку в этой области на базе психиатрической клиники [4, с. 3].

Как нам представляется, именно непонимание данной ситуации, отсутствие функционала, а нередко слишком жесткое его позиционирование в прочтении положения

о деятельности психолога (Приложение № 2 приказа МЗ РФ № 438 от 16.09.2003г.)приводят критиков к сомнениям в необходимости присутствия психолога в клинике, что ведет к неудовлетворенности его собственной деятельностью.

В настоящее время дискуссионной является и проблема психосоматических соотношений в клинике. Несмотря на активное внедрение методов, приемов и средств психологической помощи в медицинских учреждениях, по-прежнему острым является вопрос о мере их применения, а также о роли психологических факторов в процессе лечения. Данной проблеме посвящены работы Ю. М. Губачева, В. М. Дорничева, И. А. Оганезова, С. Л. Соловьева, отражающие представления перечисленных авторов о современном развитии психосоматических соотношений в России.

Под психосоматическими соотношениями понимается взаимосвязь психических и соматических факторов в возникновении и развитии заболеваний [5].

Анализ литературы по проблеме исследования свидетельствует о том, что данная тема рассмотрена достаточно полно и подробно, в частности «классиками психосоматики». Тем не менее, как любая область науки, она имеет еще много пробелов, среди которых можно выделить проблему понимания роли психологических факторов в возникновении и развитии заболеваний самими больными.

В рамках лечебного учреждения пациенты, как правило, получают специализированную медикаментозную помощь в восстановлении нарушенных функций, поддержании стабильного состояния на период болезни, что, несомненно, относится к плюсам и положительно характеризует соматический подход к лечению заболеваний. Тем не менее, любая болезнь может оказывать на человека психологическое давление, способствуя длительному напряжению, развитию тревожности за свое здоровье, появлению навязчивых страхов, среди которых базовыми являются страх смерти, одиночества, потери социального статуса, что свидетельствует о немаловажной роли учета психологических факторов в этиопатогенезе заболевания.

Испытывая постоянную боль, недомогание, головокружения и пр., пациенты перестают ожидать благополучного исхода и привыкают к восприятию болезни как к составляющей своей Я-концепции. Для них болезнь становится одной из сторон собственной личности, и они уже не воспринимают такое состояние, как отличное от себя.

Многочисленные исследования в области психосоматики показывают, что зачастую больные настолько привыкают к своему заболеванию, что уже не видят образа будущего, свободного от соматических страданий. Длительное пребывание в «комплексе со своей болезнью» способствует «врастанию заболевания в личностную структуру» и отягощению психологической картины больного. Это сильно осложняет

реабилитационные меры и затрудняет использование методов психокоррекционной работы по адаптации таких больных [5].

В рамках заявленной проблемы нами было проведено исследование для выявления понимания больными причин своего заболевания на базе неврологического отделения Рузаевской ЦРБ. Проведенное исследование наглядно показывает, что многие пациенты отказываются от получения психологической помощи, воспринимая свою болезнь в первую очередь, как целиком физическое страдание. Особенно велика доля таких пациентов в контингенте пожилых людей (более 75 %). Однако и среди лиц более молодого возраста встречаются пациенты, смирившиеся со своей болезнью (около 20 %) и не рассматривающие роли психологических факторов в возникновении и развитии болезни.

Тем не менее, по данным ВОЗ, от 38 до 42 % всех пациентов, посещающих кабинеты соматических врачей, относятся к группе психосоматических больных с такими расстройствами, как конверсионные симптомы, функциональные синдромы и психосоматозы [3, с. 16-20].

Анализ научной литературы по проблеме исследования свидетельствует о том, что восприятие больными своего заболевания строго с позиции соматического подхода неуклонно связано с узколокализационным подходом, сложившимся в медицине в предшествующие года. Несмотря на то, что в последнее время в медицине преобладает холистический или целостный подход к лечению заболеваний, предполагающий одинаковый учет как соматических, так и психологических факторов, тем не менее, на уровне общественного мнения преобладает, прежде всего, господствующий сугубо соматический подход. Поэтому проблема психосоматических соотношений – одна из наиболее сложных проблем современной психологии, несмотря на то, что тесная связь психического и соматического замечена и изучается в течение нескольких веков со времен Гиппократа и Аристотеля [3, с. 16].

Продолжая исследование отношения больных к своему заболеванию, мы вплотную подошли к рассмотрению базовых установок пациентов. В результате анализа полученных ответов нами были выделены следующие установки:

− более 65 % больных рассматривали свое заболевание как результат неблагоприятных факторов (погодные условия, слабый иммунитет, ослабленность организма, текущие хронические заболевания);

− 25 % опрашиваемых были уверены в преобладающем влиянии стрессовых факторов, связанных с семейными конфликтами, проблемами на работе, в том числе и негативными отношениями в коллективе;

− около 5 % рассматривали как допустимый вариант длительных обид, негативного прошлого опыта, глубоких внутриличностных конфликтов.

Таким образом, проведенное исследование отношения к заболеванию и базовых установок, центрирующих в концепции внутренней картины болезни, позволяет сделать выводы о том, что в настоящее время продолжает доминировать соматический подход к лечению заболеваний, отрицающий центральную роль психологических факторов в этиопатогенезе.

Тем не менее, следует отметить, что наблюдается прогресс в изменении общественного отношения в области лечения заболеваний. Становится ясно, что благоприятная психологическая атмосфера процесса лечения, эмоциональная теплота к больному способствует желанию самого пациента вылечиться и более эффективно сотрудничать с медицинским персоналом. В то же время более заметной становится связь между неблагоприятными психологическими факторами и течением заболеваний, что свидетельствует об увеличивающейся тенденции к более эффективному взаимодействию медицины и психологии.

ЛИТЕРАТУРА

1. Беребин М. А. О статусе медицинского психолога в системе здравоохранения, недостатках системы подготовки клинических психологов и связанных с ними проблемами и перспективах. [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2012. – № 2. – URL: http:// medpsy.ru.

2. Карандашев В.Н. Психология: введение в профессию. – М. : Смысл, 2000. – 238 с.

3. Малкина-Пых И. Г. Психосоматика. Справочник практического психолога. – М. : Эксмо, 2005.– 992 с.

4. Русина Н. А. Клинический психолог в системе здравоохранения: проблемы, реалии, перспективы. [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. –2012. – № 1.– URL: http:// medpsy.ru.

5. Селезнев С. Б. Медицинская и клиническая психология в системе медицинского образования в России: проблемы прошлого, настоящего и будущего. [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2009. – №1. – URL: http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2009-1-1/nomer/nomer09.php.

ИОНОВА М. С., РАМАЕВА Э. Р.

ОСОБЕННОСТИ ОБЩИТЕЛЬНОСТИ И ПОВЕДЕНИЕ В КОНФЛИКТЕ СОТРУДНИКОВ УГОЛОВНО-ИСПОЛНИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования особенностей общительности и стилей поведения в конфликтных ситуациях сотрудников уголовно-исполнительной системы. Обосновывается необходимость организации и проведения на базе психологических лабораторий УИС тренингов общения и преодоления конфликтов.

Ключевые слова: профессионально важные качества, уголовно-исполнительная система, общительность, стиль поведения в конфликте.

IONOVA M. S., RAMAEVA E. R.

CORRECTIONAL SYSTEM EMPLOYEES' SOCIABILITY FEATURES AND BEHAVIOUR IN CONFLICTS

Abstract. The article presents the results of an empirical study of sociability and behaviour styles of Russian correctional system employees in conflict situations. The authors prove the need to organize and hold a special training for the correctional system employees. The training will be aimed at developing communicative and conflict management skills among the professional group regarded. The authors suggest that the training should be based on the premises of the correctional system psychological laboratories.

Keywords: professionally important qualities, correctional system, communicative behaviour style in conflict.

К профессионально важным качествам сотрудников уголовно-исполнительной системы предъявляются особые требования. Все без исключения сотрудники УИС должны обладать высоким уровнем правосознания, честностью, принципиальностью, гражданским мужеством, чувством долга, совестливостью. В своей работе они сталкиваются с большими нагрузками, напряженными, даже конфликтными ситуациями, противоборством. Поэтому должны обладать достаточным уровнем самоконтроля и эмоциональной устойчивости. Не менее важными являются комплексные деловые качества (дисциплинированность, ответственность, обязательность, аккуратность и др.). Такие качества, как устойчивая адекватная самооценка, гибкость в поведении и мышлении, высокие способности к адаптации позволяют сотруднику приспособиться к жестким и не всегда благоприятным условиям служебной деятельности, избежать негативных для психики последствий и сохранить относительное личное благополучие. Кроме того, современный сотрудник УИС должен быть образованным

человеком, с широким кругозором, интересующимся всем, что происходит вокруг, осознающим важность выполняемой им работы [4].

Исследования А. В. Дулова, М. И. Еникеева, В. Л. Васильева, А. Д. Глоточкина, В. Ф. Пирожкова и других авторов посвящены профессионально важным качествам сотрудников правоохранительных органов [1-2; 5-6]. Авторы рассматривают также иерархию профессионально важных качеств сотрудников уголовно-исполнительной системы, анализируют психологические особенности их профессиональной деятельности. Ученые приходят к выводу, что профессиональная деятельность в системе исполнения наказаний предъявляет достаточно серьезные требования не только к профессиональным знаниям и умениям сотрудников, которые приобретаются в учебных заведениях и развиваются в процессе профессиональной деятельности, но и к их личностным качествам. Несмотря на значительное количество работ, посвященных данной проблеме, она все еще недостаточно разработана в психологии. Дальнейшие исследования в этом направлении необходимы в первую очередь для того, чтобы избежать приема на службу кандидатов с недостаточным уровнем сформированности необходимых профессиональных и личностных качеств.

Учитывая вышесказанное, нами было организовано и проведено исследование профессионально важных качеств сотрудников уголовно-исполнительной системы на базе ФКУ СИЗО-1 УФСИН России по Республике Мордовия. В нем приняли участие 30 человек в возрасте от 19 до 40 лет (28 мужчин и 2 женщины). Далее подробнее остановимся на результатах исследования уровня общительности сотрудников УИС и особенностей их поведения в конфликтных ситуациях.

Результаты применения теста В. Ф. Ряховского «Оценка уровня общительности» представлены в таблице 1.

Таблица 1. – Уровень общительности сотрудников уголовно-исполнительной системы

№ п/п	Уровень общительности	Количество сотрудников	
		Абс.	%
1	Очень низкий	1	3
2	Низкий	1	3
3	Средний	8	27
4	Нормальный	9	30
5	Высокий	6	20
6	Очень высокий	3	10
7	Слишком высокий	2	7

Полученные данные свидетельствуют о том, что у сотрудников, участвовавших в эксперименте, преобладают средний и нормальный уровни общительности (27 % и 30 % соответственно). Высокий и очень высокий уровни в сумме характерны для трети респондентов (20 % и 10 % соответственно). В целом указанные показатели можно считать удовлетворительными. Однако у 7 % сотрудников выявлен слишком высокий уровень общительности. По определению В. Ф. Ряховского, они чрезмерно коммуникабельны, говорливы, многословны. Такие люди склонны вмешиваться в чужие дела, судить о проблемах, в которых не компетентны. Вспыльчивые и обидчивые, они нередко бывают причиной конфликтов в своем окружении. К категории «проблемных» также можно отнести сотрудников с низким (3 %) и очень низким (3 %) уровнями общительности. Они явно некоммуникабельны, замкнуты, неразговорчивы, предпочитают одиночество. Выполняемая работа и постоянная необходимость новых контактов надолго выводят их из равновесия. В результате страдают не только они сами, но и окружающие. Следует отметить, что замкнутость, необщительность, так же как и чрезмерная коммуникабельность успешно поддаются коррекции.

К профессионально важным качествам сотрудников УИС относят также умение предотвращать и разрешать конфликты. Данные качества нами выявлялись при помощи методики К. Н. Томаса «Оценка особенностей реагирования в конфликтной ситуации». Полученные эмпирические данные представлены в таблице 2.

Таблица 2. – Способ реагирования сотрудников уголовно-исполнительной системы в конфликтной ситуации

№ п/п	Способ реагирования в конфликтной ситуации	Кол-во сотрудников	
		Абс.	%
1	Компромисс	12	40
2	Избегание	3	10
3	Сотрудничество	6	20
4	Приспособление	4	13
5	Соперничество	5	17

Данные таблицы 2 свидетельствуют о том, что для сотрудников уголовно-исполнительной системы, участвовавших в эксперименте, наиболее характерен такой тип реагирования в конфликтной ситуации как компромисс (40 % испытуемых). В конфликтной ситуации такие люди предлагают среднюю позицию, дают возможность оппоненту остаться

при своих интересах, если он также идет навстречу. Они стараются найти наилучшее сочетание выгод и потерь для обеих сторон, не волнуются из-за возникающих разногласий. Их поведение не отличается планомерностью. Они импульсивны, непостоянны, испытывают трудности при организации своего времени и порядка действий [3].

Сотрудничество выбирают 20 % сотрудников. Люди с таким типом реагирования в конфликтной ситуации стремятся прийти к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон. Они пытаются найти поддержку у другого человека, определить то, в чем состоят все спорные вопросы и совместно добиться успеха. Склонность к сотрудничеству выражена при наличии таких личностных характеристик, как низкая ориентированность на собственные интересы, ригидность установок, упорство в достижении цели, повышенное чувство справедливости в сочетании с убежденностью в собственной правоте, непосредственность и прямолинейность в высказываниях. Такие люди хорошо контролируют свои эмоции и отличаются рациональностью поведения в конфликте.

Несколько меньше испытуемых, предпочитающих соперничество (17 %). К характерным особенностям данной группы относится стремление добиться удовлетворения своих интересов, отстоять собственную точку зрения. Это выражается в попытках убеждения другого в преимуществах своей позиции, в старании показать другому логику и преимущество своих взглядов. Люди с таким типом реагирования неохотно идут на компромисс, на сотрудничество с оппонентами. Для них характерны доминантность, активность, решительность в поступках, независимость, склонность к конфликтным проявлениям, низкая подчиняемость, завышенный уровень притязаний и самооценки, чувство собственного превосходства над окружающими, проявляющееся в стремлении занять обособленную позицию в группе.

Такой способ реагирования в конфликтной ситуации как приспособление характерно для 13 % сотрудников уголовно-исполнительной системы, участвовавших в исследовании. Данный тип реагирования проявляется в жертвовании собственными интересами ради интересов другого, в стремлении не задеть чувств оппонента, сохранить с ним хорошие отношения. Приспособление характерно для людей с низкой враждебностью и подозрительностью по отношению к окружающим; высокой интрапунитивностью поведения; конформностью; невысокой ориентацией на себя и свои интересы.

Избегание как тип реагирования преобладает лишь у 10 % сотрудников, участвовавших в исследовании. Люди с преобладанием данного типа поведения предоставляют другим возможность брать на себя ответственность за решение спорного вопроса, стремятся сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности и конфликта. Иногда это выражается в стремлении отложить решение спорного вопроса. Ситуация конфликта не является для них фрустрирующей. Она рассматривается как нечто неизбежное, преодолимое со временем.

Наиболее существенными индивидуальными характеристиками лиц, выбирающих этот способ поведения, являются неуверенность, низкая настойчивость в достижении цели и невысокая поведенческая активность в группе [3].

Полученные данные свидетельствуют о том, что у большинства сотрудников уголовно-исполнительной системы преобладает недостаточно эффективный стиль поведения в конфликтных ситуациях – компромисс. Процентная доля испытуемых, предпочитающих сотрудничество (наиболее эффективный способ), оказалась вдвое меньше. Значительная часть сотрудников тяготеет к соперничеству, а наименьшее количество участников эксперимента характеризуется преобладанием таких способов реагирования как приспособление или избегание конфликтов.

Учитывая полученные в ходе исследования результаты, мы считаем целесообразным организацию и проведение на базе психологических лабораторий уголовно-исполнительной системы регулярных тренингов общения и преодоления конфликтов. В ходе тренинговых занятий сотрудники смогут не только развить собственные навыки общения, но и овладеть способами конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.

ЛИТЕРАТУРА

1. Васильев В. Л. Юридическая психология. – СПб., 2009. – 608 с.

2. Глоточкин А. Д., Пирожков В. Ф. Исправительно-трудовая психология. – Рязань, 1985. – 309 с.

3. Гришина Н. В. Психология конфликта. – СПб. : Питер, 2008. – 544 с.

4. Даниличева Т. П. Психологическое сопровождение сотрудников уголовно-исполнительной системы : автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Шуя, 2005. – 20 с.

5. Дулов А. В. Судебная психология. – Минск : Высшая школа, 1975. – 464 с.

6. Еникеев М. И. Общая и юридическая психология. – СПб. : Питер, 2004. – 320 с.

МИЗОНОВА О.В., ПОПКОВА Е.Н.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ НА ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ УЧИТЕЛЯ

Аннотация. В статье описывается экспериментальное исследование влияния профессионального выгорания на деятельность учителя. Анализируется выраженность компонентов психического выгорания по опроснику А. А. Рукавишникова, описан вывод о синдроме эмоционального выгорания по результатам методики В.В. Бойко. Выявлено, что развитие синдрома эмоционального выгорания оказывает влияние как на личностные качества, так и на организационные характеристики.

Ключевые слова: профессиональное выгорание, деятельность, педагог, эмоциональное выгорание.

MIZONOVA O.V., POPKOVA E.N.

PROFESSIONAL BURNOUT EFFECT ON TEACHER'S PERFORMANCE: AN EXPERIMENTAL STUDY

Abstract. The article presents an experimental study of professional burnout effect on teacher's performance. Using the questionnaire by A. A. Rukavishnikov, the authors analyze the intensity of mental burnout components. Having applied the technique of V. V. Boiko, the study describes the emotional burnout syndrome. Consequently, the authors draw a conclusion that the emotional burnout syndrome affects both personal and managerial characteristics of a teacher.

Keywords:professional burnout, activities, teacher, emotional burnout.

В современных условиях гуманизации образования особенно остро стоит задача развития личности учащихся, изучения их индивидуальных особенностей. Необходимо создание условий, обеспечивающих наиболее полную реализацию потенциала личности и развитие ее способностей, становление индивидуальности каждого конкретного школьника. В связи с этим возрастает роль личности педагога в процессе формирования индивидуальности учащихся. Выражением этой интеграционной тенденции стал принцип, сформулированный в отечественной психологии, – «обучение должно быть подчинено процессу развития личности». До этого школа слишком долго работала в иной парадигме, отвлекаясь от того очевидного факта, что ее «продукция» – человек, личность, индивидуальность, имея в качестве главной

задачи усвоение учащимися суммы знаний. Проведены исследования, характеризующие влияние учителя на личность его воспитанников. В этой связи возрастает интерес к изучению стиля деятельности педагогов. Основные вопросы, посвященные стилю деятельности педагогов освящены в работах Е.А. Климова, В.С. Мерлина, Е.П. Ильина, В.А. Толочека, М.Р. Щукина и других исследователей. В работах данных авторов затронут достаточно широкий круг проблем, имеющих отношение к стилю педагогической деятельности: психологическая структура деятельности, стиль деятельности педагога, процесс формирования личности учителя и др. Вместе с тем недостаточно полно представлены исследования, освещающие связь стиля деятельности педагога с эмоциональными состояниями. Педагогу приходится противостоять влиянию эмоциональных факторов современной профессиональной среды. То есть ему необходимо выполнить все требования, предъявляемые профессией, при этом оптимально реализовать себя в ней и получить удовлетворение от своего труда.

Деятельность педагога непрерывно связана с общением, с большим потоком информации, поступающей извне. Поэтому данная деятельность подвержена симптомам постепенного эмоционального утомления и опустошения, что отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности, соблюдении дисциплины, ухудшении психического и физического самочувствия.

Синдром выгорания представляет собой процесс постепенной утраты эмоциональной, когнитивной и физической энергии, проявляющийся в симптомах эмоционального, умственного истощения, физического утомления, личностной отстраненности и снижения удовлетворения исполнением работы. Он рассматривается как результат неудачно разрешенного стресса на рабочем месте [4].

Можно предположить, что синдром эмоционального выгорания, характеризующийся эмоциональной сухостью педагога, расширением сферы экономии эмоций, личностной отстраненностью, игнорированием индивидуальных особенностей учащихся, оказывает достаточно сильное влияние на характер профессионального общения учителя. Данная профессиональная деформация мешает полноценному управлению учебным процессом, оказанию необходимой психологической помощи, становлению профессионального коллектива. Реальная педагогическая практика показывает, что сегодня довольно четко прослеживается факт потери интереса к ученику как к личности, его индивидуальности, неприятие его таким, какой он есть, упрощение эмоциональной стороны профессионального общения. Многие

педагоги отмечают у себя наличие психических состояний, дестабилизирующих профессиональную деятельность (тревожность, уныние, подавленность, апатия, разочарование, хроническая усталость).

Экспериментальное исследование профессионального выгорания проводилось в течении 2012-2013 гг., в котором принимало участие 42 учителя с разным стажем работы.

Для исследования психического выгорания учителей применялись опросник А. А. Рукавишникова, методика В.В. Бойко.

Анализируя выраженность компонентов психического выгорания по опроснику А. А. Рукавишникова, можно отметить, что современные учителя имеют: а) высокие показатели психоэмоционального истощения; б) средние, но на пределе показатели личностного отдаления; в) средние значения профессиональной мотивации. При этом общий индекс психического выгорания учителей имеет тенденцию к высоким значениям.

Анализ существующей педагогической практики и результатов исследования показывает, что в ситуации высоких требований к труду и личности учителя со стороны общества нарастают противоречия между сверхнормативными социальными ожиданиями к учителю как к профессионалу и недостаточным стимулированием его труда со стороны государства.Все это приводит к отвержению теоретических установок, негативизму, скептицизму и апатии, т. е. ярко выраженной профессиональной деформации личности [1].

На уровне эмоциональной сферы личности учителя профессиональные деформации проявляются как синдром психического выгорания. В то же время выгорание рассматривается и как механизм психологической защиты в ситуации осуществления профессиональной деятельности с высоким уровнем личностной вовлеченности, но при отсутствии достаточного личностного и психического ресурсного обеспечения.

По результатам методики В.В. Бойко были получены следующие результаты:

– 19 педагогов 47,5% – это группа, в которой синдром полностью сформировался хотя бы в одной из фаз (итоговое количество баллов в одной из фаз больше или равно 61);

– 13 педагогов 32,5% – это группа, в которой синдром находится в стадии формирования хотя бы в одной из фаз (итоговое количество баллов в одной из фаз находится в промежутке от 37 до 60 баллов);

– 8 педагогов 20% – это группа, в которой синдром не сформировался (итоговое количество баллов ни в одной из фаз не превышает 36 баллов).

На следующем этапе диагностики нами была выявлена зависимость выгорания от стажа работы педагога. Чем больший стаж педагогической деятельности имеет учитель, тем быстрее происходит эмоциональное выгорание учителей в процессе своей профессиональной деятельности.

Таким образом, наиболее высокие показатели имеют педагоги со стажем работы от 10 до 15 лет. То есть, педагоги, вошедшие в данную группу, возрастные границы которой 29–39 лет, оказались наиболее подверженными синдрому эмоционального выгорания.

Педагоги со стажем 0–5 лет. Возрастные границы в данной группе 23–29 лет. Возможной причиной выгорания в этом возрасте может стать несоответствие ожиданий, связанных с профессией и реальной действительностью.

У педагогов со стажем работы более 20 лет (возрастные границы 40–53 года) все фазы синдрома эмоционального выгорания также имеют тенденцию к росту. Можно предположить, что данный подъем также связан с возрастными особенностями. Этот период связан с кризисом идентичности личности. На развитие синдрома эмоционального выгорания оказывают влияние как личностные качества, так и организационные характеристики.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баранов А.А. Психология стрессоустойчивости педагога. – СПб.: Питер, 2011. – 142 с.

2. Грановская Р.М. Элементы практической психологии. – СПб.: Питер, 1997. – 236 с.

3. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов. – М.: Сфера, 2008. – 312 с.

4. Форманюк Т.В. Синдром “эмоционального сгорания” как показатель профессиональной дезадаптации учителя // Вопросы психологии. – 1994. – № 6. – С. 23-31.

АЛЯМКИНА М.А., АРСЕНТЬЕВА Е.В.

ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ ЖЕНЩИН, НЕ СОСТОЯЩИХ В БРАКЕ

Аннотация. Статья посвящена изучению особенностей ценностно-смысловой сферы одиноких женщин. Одиночество женщин рассматривается как причина и следствие особенностей их ценностно-смысловой сферы. При интерпретации результатов учитывались как традиционные взгляды, так и современные процессы в обществе.

Ключевые слова: базовые ценности, семья, брак, ценностно-смысловая сфера, ценностные ориентации, одиночество, гендерные особенности, не замужние женщины.

ALYAMKINA M.A., ARSENTEVA E.V.

AXIOLOGICAL NOTIONS OF SINGLE WOMEN

Abstract. The study deals with the specifics of unmarried women's values and notions. The authors consider the loneliness of such women as the cause and effect of their axiological notions' peculiarities. The study results have been interpreted both in accord with the traditional views and the modern social processes.

Keywords: basic values, family, marriage, axiological notions, value priorities, loneliness, gender features, unmarried women.

Последние годы характеризуются выраженной трансформацией ценностно-смысловой сферы личности женщин [1]. Ценность представляет собой идеал, который определяет направленность субъекта на реализацию определенных, соответствующих данной ценностности отношений.

В современном мире у многих женщин меняется отношение к браку и гражданским союзам. Создание собственной семьи в жизненной программе женщины не всегда занимает важное место, поэтому такие женщины остаются одинокими [3; 4].

Одиночество является одним из психогенных факторов, влияющих на эмоциональное состояние человека. Попадание в условия одиночества вызывает появление острых эмоциональных реакций. Это тензионное состояние, связанное с внутренними субъективными переживаниями, имеет важное значение в формировании психологических особенностей женщин, не состоящих в браке [2]. Так как большинство женщин, не состоящих в браке, испытывают определенные трудности, важно знать, какие ценности и смыслы доминируют в их мировоззрении, а какие сформированы слабо. С этой целью нами проводилось исследование у таких женщин особенностей ценностно-смысловой сферы.

В исследовании приняли участие 40 женщин в возрасте от 25 лет до 35 лет. Из них

20человек – женщины, не состоящие в браке на момент исследования (экспериментальная группа), и 20 – замужние (контрольная группа). При этом под браком мы понимаем брачный союз, оформленный в соответствующих органах государственной власти. Среди незамужних были те женщины, которые никогда не состояли ни в брачном, ни в гражданском союзе.

На первом этапе исследования к обеим группам применялись следующие методики:

– анкетирование, в ходе которого испытуемым предлагалось ответить на вопрос «Что представляет собой брак в вашем понимании?» и выделить три критерия идеального брака;

– тест «Семья или карьера?» (по И. Г. Леонову), тест «Определение уровня самосознания».

На втором этапе среди женщин, не состоящих в браке, была проведена методика «Базовые ценности современных женщин» (И. Г. Леонов).

По результатам исследования выяснилось, что незамужние женщины в большинстве случаях, давая определение браку, не используют эмоционально составляющую, а только юридические, в то время как замужние использовали эмоционально-окрашенное определение. Развернутый ответ и полное определение (приближенное к словарному) понятия «брак» дали 8 испытуемых (экспериментальная группа) и 10 человек (контрольная группа); недостаточно развернутый ответ на заданный вопрос «Что представляет собой брак в вашем понимании?» был получен у 5 испытуемых экспериментальной и 8 человек контрольной групп; не смогли дать точный и полный ответ 7 испытуемых экспериментальной и 2 контрольной групп.

Ответы испытуемых, которые дали полный ответ на поставленный вопрос, звучали следующим образом: «Брак – это узаконенные интимные отношения мужчины и женщины», «Брак – союз двух любящих людей, ответственных за семью», «Брак – это высокая поддержка и доверие со стороны мужчины и женщины, соединившихся целью рождения детей».

При определении критериев идеального брака женщины, не состоящие в браке, выбрали следующие: «доверие» (15 человек), «любовь» (10 человек), «взаимопонимание» (10 человек), «уважение друг к другу» (7 человек), «наличие детей» (3 человека), «социальная зрелость партнеров» (2 человека), «способность обеспечить семью материально» (2 человека), «верность» (2 человека). Единичные ответы получены по следующим позициям: «преданность», «взаимное чувство», «секс», «личное пространство», «взаимопомощь, «страсть», «четкие договоренности», «надежность», «понимание».

Замужние женщины в качестве критериев идеального брака чаще выбирали следующие: «взаимопонимание» (15 человек), «уважение» (12 человек), «любовь» (11 человек), наличие детей (8 человек), «надежность» (5 человека), «верность» (3 человека),

«доверие» (1 человека), «обеспеченность» (1 человек), «взаимопомощь» (1 человек), «порядочность» (1 человек), «уверенность» (1 человек), «поддержка» (1 человек).

В таблице представлены критерия идеального брака по результатам анкетирования, которые являются общими для обеих групп.

Таблица. – Частота упоминания критериев «идеального брака», общих для контрольной (замужние) и экспериментальной (не состоящие в браке) групп

Критерии «идеального брака»	Испытуемые	
	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Взаимопонимание	10	15
Уважение	7	12
Любовь	10	11
Наличие детей	3	8
Надежность	1	5
Верность	2	3
Доверие	15	1
Взаимопомощь	1	1

Необходимо отметить, что такой критерий, как доверие, был наиболее частым в экспериментальной группе (15 человек), в то время как среди женщин контрольной группы этот критерий упоминался лишь однажды. В то же время у незамужних женщин реже, чем у замужних женщин, упоминались следующие критерии: взаимопонимание (в экспериментальной группе – 10 раз, в контрольной – 15), уважение (в экспериментальной группе – 7 раз, в контрольной – 12), наличие детей (в экспериментальной группе – 3 раза, в контрольной – 8) и надежность (в экспериментальной группе – 1 раз, в контрольной – 5), взаимопомощь (в экспериментальной группе – 1 раз, в контрольной – 1). В обеих группах среди критериев идеального брака верность и любовь упоминались практически в равной степени, а взаимопомощь упоминалось по одному разу.

Таким образом, незамужние женщины в большинстве своем в качестве критерия идеального брака выбрали «доверие» (15 человек), которое практически не упоминали замужние женщины, среди которых наиболее частым критерием выбиралось «взаимопонимание» (15 человек), важность которого отмечали и незамужние женщины.

Реже в каждой группе отдельно встречались следующие критерии: «преданность», «взаимное чувство», «секс», «личное пространство», «взаимопомощь», «страсть», «четкие договоренности», «надежность», «понимание» (экспериментальная группа); «обеспеченность»,

«взаимопомощь», «порядочность», «уверенность», «поддержка» (контрольная группа).

При изучении значения семьи и карьеры было выявлено, что женщины, не состоящие в браке, более стремятся получить карьерный статус (60%), нежели семейный (40%). Данный факт может говорить о преимущественной неготовности к браку этих женщин или о предпочтении карьеры из-за неуспешности в создании семьи.

Исследование показало, что уровень самосознания у незамужних женщин ниже, чем у женщин, состоящих в браке. Так, уровень сформированности самосознания у незамужних в 30 % был низким, в 45 % – средним и лишь в 25 % – высоким. В то время как у замужних эти показатели составили 5 %,15 % и 80 % (соответственно).

Согласно результатам методики «Базовые ценности современных женщин» в число базовых ценностей для женщин, не состоящих браке, не вошли такие ценности, как «дом, семья», «здоровье», «самосовершенствование», «статус, «положение в обществе», а наиболее значимыми являлись «независимость и свобода выбора» (30%).Следовательно, незамужние женщины не проявляют внимание к таким ценностям, как дом и семья, для них на данный жизненный момент более значимы другие ценности: работа, карьера, общение, любовь, материальное благополучие и стабильность.

Таким образом, исследование показало, что у одиноких женщин чаще имеется поверхностное представление о браке, они затрудняются как в формулировке определения, так и в его характеристике. Карьера, личная свобода, независимость и собственные удовольствия занимают более важное место в жизни, чем построение семейных отношений, что может являться как причиной, так и следствием отсутствия брачных отношений. Тем не менее, изучение данной проблемы показало, что многие незамужние женщины нуждаются в разработке индивидуальных рекомендаций по психологической и социальной адаптации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алешина Ю. Е. Проблемы усвоения ролей мужчины и женщины // Вопросы психологии. – 1991. – № 4. – С. 34–36.

2. Бузунова Л. Г. Жизненные стратегии женщин российской провинции // Психологическая наука и образование. – 2007. – № 3. – С. 47–59.

3. Коноплев Н. С., Флусова В. С. Становление личностного статуса современной российской женщины : монография. – Иркутск : Оттиск, 2013. – 118 с.

4. Овсяник О. А. Изменения ценностных ориентаций женщин 40 – 60 лет в процессе адаптации к социально-экономическим изменениям современной России // Современные проблемы науки и образования. – 2012. – № 2. – С. 379–385.

СЛУГИНА Л. Б., КАРТАШОВА А. В.

РЕЙТИНГ ЖИЗНЕННЫХ ЦЕННОСТЕЙ И СОБЫТИЙНАЯ НАПОЛНЕННОСТЬ ЖИЗНИ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ И ЮНОШЕСТВА

Аннотация. В статье рассматриваются особенности жизненных ценностей подростков и юношества, степень значимости различных потребностей и сфер жизни в соотношении с конкретным событийным наполнением реальной жизни представителей двух этих возрастных групп. На основе анализа данных эмпирического исследования делается вывод о сходстве и различии в восприятии и понимании жизненных ценностей, а также в степени и формах их воплощения в рамках каждодневных событий в подростковом и юношеском возрастах.

Ключевые слова: ценности, ценностные ориентации, потребности, мотивы, жизненная перспектива, возраст, поведение, личность.

SLUGINA L. B., KARTASHOVA A.V.

RATING OF VITAL VALUES AND EVENT FULLNESS OF LIFE OF MODERN TEENAGERS AND YOUTH

Abstract. The article considers the specifics of life values among teenagers and adolescents. Particularly, the authors study the connection between the life value priorities and the daily event frequency of the two age groups. An empirical study has revealed both similarities and distinctions in teenagers' and adolescents' values perception and understanding. The study also analyzes the forms of the values realization in everyday lives of the two age groups.

Keywords: values, value priorities, requirements, motives, life prospects, age, behavior, personality.

Любая человеческая деятельность связана с индивидуальными целями и намерениями, потребностями и мотивами человека, его отношением к действительности. Обновление общественных отношений в последние годы в нашем обществе повлекло за собой изменение жизненных перспектив, жизненных ценностей, выбора путей существования, поиск способов удовлетворения растущих потребностей у подрастающего поколения.

Человеческое поведение всегда являлось объектом пристального внимания ученых. Наблюдения за фактами взаимодействия между индивидами, взаимовлияния людей в обществе зафиксированы в трудах мыслителей многих веков. В нашей стране особенно остро проявилась необходимость разобраться в причинах столь разного и противоречивого,

порой трудно предсказуемого социального поведения человека в период трансформации многих систем российского общества.

Как правило, причины поведения усматриваются либо в индивидуальных особенностях человека, либо в особенностях ситуации, либо во взаимодействии личности и ситуации. Кроме того, поведение может регулироваться различными механизмами. Среди таких механизмов стоит отметить ценности личности как основу формирования норм и правил поведения человека. Говоря о ценностях как регуляторах человеческого поведения нельзя не отметить в этой связи роль мотивации и потребностей человека, непосредственно содержащих в своей основе ценностный компонент. Человеческое поведение становится мотивированным или немотивированным в зависимости от таких факторов, как потребность, мотив, цель, стимул, субъективные установки, субъективная значимость для человека различных целей, среди которых первостепенную роль играют ценностные ориентации личности. Следовательно, ценности личности выполняют регуляторную функцию в двух аспектах: с одной стороны, это формирование норм и правил, с другой – формирование мотивационно-потребностной сферы личности в целом.

В рамках культурно-исторической концепции Л. С. Выготского подростковый возраст, как всякий новый период, связан с новообразованиями, которые возникают из ведущей деятельности предшествующего периода. Учебная деятельность производит "поворот" от направленности на мир к направленности на самого себя. К концу младшего школьного возраста у ребенка возникают новые возможности, но он еще не знает, что он собой представляет. Решение вопроса "Что я такое?" может быть найдено только путем столкновения с действительностью [2].

А в конце переходного периода самоопределение характеризуется не только пониманием самого себя, своих возможностей и стремлений, но и пониманием своего места в человеческом обществе и своего назначения в жизни.

Эти тенденции развиваются и получают свое воплощение на следующем этапе развития – в юношеском возрасте.

В схеме возрастной периодизации онтогенеза юношеский возраст был определен как период от 17 до 21 года для юношей и от 16 до 20 лет – для девушек. Это возраст, когда завершается созревание личности, складывается мировоззрение, формируются ценностные ориентации, установки. Интерес к собственной личности становится движущей силой пристального внимания к другим людям (особенно к сверстникам). Познание себя через других становится составной частью самопознания, толчком к самовоспитанию.

Таким образом, два этих возраста – подростковый и юношество – оказываются очень близки по основным линиям развития и общей задаче взросления. Но есть и специфические

черты в отношении к миру и себе, которые мы попытались рассмотреть с точки зрения жизненных ценностей и их присутствия в реальной, событийной жизни этих возрастных групп.

Исследование рейтинга жизненных ценностей и степень их представленности и реализации в жизни современных подростков и юношества позволило нам выявить некоторые актуальные моменты и взаимосвязь декларируемых ценностей и их практического воплощения [3].

Заметим, что абсолютное значение рейтинга жизненных ценностей по остальным сферам у подростков значительно выше, чем у юношества. Пожалуй, только в оценке любви как ценности подростки и юноши обнаруживают «числовое сходство». В остальных сферах: материальной обеспеченности, хорошей работе, карьере и признании подростки демонстрируют более высокие рейтинговые показатели, чем юношество. А в отношении славы и признания мы наблюдаем самую большую разницу – почти на треть выше.

Полученные данные могут объясняться тем, что в подростковом возрасте сферы, касающиеся взрослой жизни, кажутся более яркими, значимыми, притягательными в силу их социальной и психологической недоступности у подростков, можно даже сказать некоторой «абстрактности». Л. И. Божович отмечала, что к началу переходного возраста в общем психическом развитии появляются новые, более широкие интересы, личные увлечения и стремление занять более самостоятельную, более "взрослую" позицию в жизни [1]. Однако в переходном возрасте еще нет возможностей (ни внутренних, ни внешних), чтобы занять эту позицию. Ученый считала, что расхождение между возникшими потребностями и обстоятельствами жизни, ограничивающими возможность их реализации, характерно для каждого возрастного кризиса. В юношеском возрасте люди уже более реально и близко встречаются с воплощением этих ценностей в реальной жизни. И поэтому их абсолютное значение в юношеском возрасте ниже, чем в подростковом.

Вторая часть исследования состояла из вопросов о самостоятельном выделении испытуемыми потребностей и значимых сфер собственной жизни и назывании событий и действий, которыми заполнена их реальная жизнь в настоящий момент.

Таким образом, мы получили два списка: перечень жизненных ценностей и потребностей и перечень событий. Наша цель была провести сопоставление двух перечней и обнаружить соотносятся ли они между собой. В случае, если заявленная потребность, например, «получить хорошее образование» подкреплялась у испытуемого действиями и событиями, которая служит реализацией этой потребности (например, подготовка к экзаменам, занятия с репетитором, участие в олимпиаде), то мы считали эти событии соотнесенными между собой.

В результате сравнительного анализа двух возрастных групп следует, что по всем показателям юноши опережают подростков. У юношей соотнесенность ценностей и событий в 3 раза больше, чем у подростков. Соответственно юноши и девушки наиболее стремятся к самоактуализации своей личности, реализации своих потребностей в реальной жизни, желанию найти свое «место в жизни», что характерно для данного возраста.

Возможно, низкие показатели подростков связаны с тем, что их потребности и мотивы, связанные со «взрослой» жизнью, пока не могут быть реализованы в силу их более жесткой социальной «привязки» к школьной системе, требующей исключительного сосредоточения на учебной деятельности и не дающей возможности «опробовать» свои потребности и новые интересы в разнообразных действиях и занятиях.

Среди событий, которые произошли за последние полгода в жизни подростка наибольшее значение занимает учеба, образование. Также большинство подростков, помимо учебы в школе, получения знаний, свободное время отдыхают, играют в компьютерные игры, гуляют с друзьями на улице. Среди названных событий встречаются такие дополнительные увлечения, как спорт, учеба в художественной и музыкальной школах. Наименьшее количество упоминаний о помощи семье, о занятиях домашними делами. Даже если подростки и декларируют такие важные потребности и ценности, как личная жизнь, значимость отношений, нравственные ценности, то реального подкрепления или воплощения этих ценностей в жизни у подростков в нашем исследовании не выявляется.

Личная жизнь и отношения с окружающими людьми, общение с друзьями и близкими имеют для юношества наибольшее значение как ценности в жизни. На первом месте – упоминание нравственных ценностей. Свое здоровье и здоровье близких и родных также имеет значение для юношей и девушек, но упоминается уже вдвое реже. Практически одинаковое значение у таких ценностей, как материальное благополучие и образование.

Признание и отдых получили одинаковое количество упоминаний. Личностные качества человека были названы всего два раза. Чуть больше внимания юношество уделяет такой категории, как саморазвитие.

Среди основных событий, которыми наполнена событийная сторона жизни юношества – это личная жизнь, семья, друзья. На втором месте – образование. Оно также занимает большое место в жизни молодежи. Среди других занятий, которые находятся в поле зрения юношей и девушек, упоминались отдых, развлечения, саморазвитие, здоровье, спортивная деятельность и религия.

Как видим, основной ценностью и основным событием, которым заполнена жизнь юношей, является их личная жизнь и отношения.

Таким образом, исследование сферы жизненных ценностей и событий подростков и юношества позволило сделать следующие выводы:

– лидирующее значение как для подростков, так и для юношей занимает коммуникативная потребность, отношения с друзьями и близкими. Но если в юношеском возрасте эта потребность реализуется событийно, в действиях, то у подростков она заявляется как ценность и потребность, но не имеет воплощения в действиях и событиях жизни. Возможно, здесь кроется одна из причин «трудности» подросткового перехода – способности осознать потребность и невозможности ее реализовать в имеющихся условиях;

– степень значимости перечисленных потребностей гораздо выше в подростковом возрасте, чем в юношеском. Это можно объяснить особенностями подростков, когда происходит «открытие» ими новых целей и перспектив жизни. И одновременно обнаруживается невозможность практически реализовать эти потребности в силу социального, психологического, экономического статуса подростка;

– событийное, реальное воплощение потребностей и мотивов чаще встречается в юношеском возрасте, чем у подростков. Юношество более свободно и самостоятельно по сравнению с подростковым возрастом. Этим объясняется и более низкая оценка потребностей и ценностей из предложенного списка – юношество «знает цену» этих потребностей, поскольку более свободно в экспериментировании их в реальности, о чем говорит большое событийное наполнение жизни юношества.

ЛИТЕРАТУРА

1. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – М.: Просвещение, 1998. – 249 с.
2. Выготский Л. С. Проблема возраста. – М.: Просвещение, 2011. – 212 с.
3. Леонтьев Д. А. Методики изучения ценностных ориентаций. – М.: Академия, 2002. – 266 с.
4. Обухова Л. Ф. Детская психология: учебник для вузов. – М.: Роспедагенство, 2006. – 372 с.

ПОЛЯКОВА О.О., ЕВГРАШКИНА Ю.Н.

ОСОБЕННОСТИ ПРОСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ РАЗВИТИЯ ЭМПАТИИ

Аннотация. В статье дается теоретический анализ проблемы просоциального поведения студентов с различным уровнем эмпатии. Представлено описание результатов эмпирического исследования особенностей просоциального поведения студентов с различным уровнем эмпатии. На основе данных математического и содержательного анализа делаются выводы об особенностях взаимосвязи уровня развития эмпатии и просоциального поведения личности.

Ключевые слова: просоциальное поведение, эмпатия, эмпатическая тенденция, поступок, личность.

POLYAKOVA O. O., EVGRASHKINA YU.N.

PROSOCIAL BEHAVIOUR OF STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF EMPATHY

Abstract. The article presents the results of an empirical study that included 65 students aged 18-21 years. Considering the data of the mathematical and content analysis, the authors draw a conclusion about the connection between the level of empathy and prosocialbehaviour of an individual.

Keywords: prosocialbehaviour, empathy, empathy need, act, individual.

В отечественном гуманитарном знании проблема просоциального поведения долгое время рассматривалась в рамках философских концепций (Вл. Соловьев, М. Бердяев и др.). В последние годы проблематика просоциального поведения стала активно изучаться и в психологических исследованиях [4].

Просоциальное поведение с эволюционной точки зрения определяется как поведение, способствующее приспособленности получающего помощь человека за счёт приспособленности помогающего. С точки зрения социальной психологии – это поступки, направленные на благо другого человека, при этом у помогающего есть выбор, совершать их или нет.

Согласно «Большому толковому психологическому словарю» просоциальное поведение – это общее описательное название для тех моделей социального поведения, которое является общественным по своему характеру [2].Обычно сюда включаются эмпатия, альтруизм, помогающее поведение и т. д. Последнее (оказание помощи) связано с предоставлением непосредственной помощи тому, кто в ней нуждается. Часто термин

«помогающее поведение» употребляется для обозначения ситуаций, когда действия не включают в себя никаких пожертвований, реальных или потенциальных, со стороны помогающего. При альтруистическом поведении оказываемая помощь предполагает некоторый риск или депривации.

Эмпатия как социально-психологическое свойство личности достаточно хорошо изучено в психологии. Оно представляет собой совокупность социально-психологических способностей индивида, посредством которых данное свойство раскрывается как объекту, так и субъекту эмпатии. В ряд таких способностей входят способность эмоционально реагировать на переживания другого, способность распознавать эмоциональные состояния другого и мысленно переносить себя в мысли, чувства и действия другого, способность использовать способы взаимодействия, облегчающие страдания другого человека (В. Г. Асеев). Формы проявления эмпатии обусловлены ценностными ориентациями, системой отношений и особенностями мировоззрения личности [1].

Для понимания особенностей просоциального поведения важна, скорее, не эмпатия как личностное свойство, а эмпатийная (эмпатическая) установка. Эмпатическая установка определяется Д. Батсоном как ориентированная на другогоответная реакция, возникающая вследствие воспринимаемого субъектом страдания, переживаемым другим индивидом, и соответствующая субъективной оценке этого страдания. Она возникает, когда субъект ставит себя на место другого человека, занимает его позицию и требует субъективной оценки благополучия другого [3].

С целью выявления особенностей просоциального поведения студентов с различным уровнем эмпатиив январе-марте 2013 года на базе Мордовского госуниверситета (г. Саранск) было проведено эмпирического исследование, которое охватило 65 человек в возрасте от 18 до 21 года. Для сбора эмпирических данных использовались 4 опросника, которые испытуемым предлагалось заполнить в следующей последовательности: опросник "Экспресс-диагностика эмпатии" (И. М. Юсупов), опросник изучения просоциального поведения (С. И. Соболев), опросник изучения эмпатии А. А. Меграбяна и другие методики.

На первом этапе анализа эмпирических данных испытуемые были разделены на две группы (согласно данным методики исследования эмпатии Меграбяна). Испытуемые со средним уровнем выраженности эмпатической тенденции (49 человек) составили первую группу; испытуемые с высоким уровнем выраженности эмпатической тенденции (15 человек) – вторую группу. Группу испытуемых с низким уровнем эмпатической тенденции сформировать не удалось, поскольку такие результаты выявлены всего у одного человека (эти результаты в дальнейшем анализе нами не использовались).

Применение U критерия Манна-Уитни позволил выявить статистически значимые различия полученных результатов у студентов этих двух групп по шкале «Эмпатическая тенденция» методики Меграбяна ($U_{эмпир.} = 251,17 > U_{теор.} = 263$ при $p \leq 0,05$).

Проанализированы средние показатели эмпатии у двух групп студентов, различающихся степенью выраженности эмпатии по методике Меграбяна. В соответствии с методикой ЭмТ – эмпатическая тенденция, способность к сопереживанию. Средний показатель ЭмТ первой группы составил 15,4 (среднее квадратичное отклонение – 2,56), у второй группы он значительно выше – 21,6 (среднее квадратичное отклонение – 1). ТПр – тенденция к присоединению, способность к проявлению тепла, дружелюбия, поддержки. Средний показатель по этой шкале в первой группе составляет 12,2 (среднее квадратичное отклонение – 3,04), у второй группы он опять выше – 14,3 (среднее квадратичное отклонение – 3,7).

В нашем исследовании для изучения особенностей эмпатии была использована также методика «Экспресс-диагностики эмпатии» И. М. Юсупова. Применение U критерия Манна-Уитни позволил выявить статистически значимые различия полученных результатов у студентов с различным уровнем эмпатии по методике Меграбяна по следующим шкалам методики Юсупова: интегральный показатель развития эмпатии (на уровне статистической значимости $p \leq 0,05$), шкала «Эмпатия с родителями» ($p \leq 0,05$), «Эмпатия со стариками» ($p \leq 0,05$), «Эмпатия с героями художественных произведений» ($p \leq 0,01$). Средние показатели по этим шкалам у студентов второй группы значимо выше, чем у студентов первой группы.

Таким образом, математический анализ результатов двух методик по изучению эмпатии позволяет считать доказанным тот факт, что выделенные группы студентов достоверно различаются по уровню выраженности эмпатии, причем у второй группы ($n=15$) эмпатия более развита, чем у студентов второй группы. Следовательно, можно анализировать особенности просоциального поведения у студентов этих двух групп.

Просоциальное поведение студентов исследовалось при помощи методики изучения просоциального поведения С.И.Соболева. Несмотря на то, что методики находятся на стадии апробации, их участие в исследовании вполне допустимо, т.к. они прошли основные стадии валидизации.

Применение U критерия Манна-Уитни позволил выявить статистически значимые различия полученных результатов у студентов этих двух групп по всем шкалам методики С.И. Соболева: «Чувство жалости, сострадания, любви к объекту» (статистическая значимость различий на уровне $p \leq 0,05$), «Установка заботы и опеки по отношению к объекту / восприятие объекта как неспособного позаботиться о себе» ($p \leq 0,05$), «Конфликт между необходимыми действиями и величиной жертвы» ($p \leq 0,05$), «Нарциссические

переживания и повышение самооценки как результат совершенного нравственного поступка / гордость» ($p \leq 0,05$), «Отдавание как стимулятор мотивации отдавать снова и снова» ($p \leq 0,05$), «Уменьшение социальной дистанции в результате поступка» ($p \leq 0,05$).

Каждая шкала методики Соболева означает некоторую тенденцию при реализации просоциального поступка. Диапазон оценок по каждой шкале может варьироваться от 6 до 36 баллов, где от 6-12 баллов – низкое значение данной тенденции при реализации просоциального поступка, от 13-26 значение данной тенденции при реализации просоциального поступка – среднее и от 27-36 высокое значение данной тенденции при реализации просоциального поступка.

Максимальное значение обнаруживается только у студентов второй группы, то есть группы с высоким уровнем эмпатии. Высокое значение при реализации просоциального поступка имеют такие тенденции, как «Чувство жалости, сострадания, любви к объекту» (27, 4 балла) и «Отдавание как стимулятор мотивации отдавать снова и снова» (33, 6 балла). По остальным шкалам методики в этой группе студентов получены средние показатели (от 13,6 до 26,7 баллов).

Средние показатели по шкалам у студентов первой группы, то есть у студентов со средним уровнем эмпатии, ниже, чем во второй группе: высоких показателей здесь вообще нет, 5 шкал находятся в зоне среднего уровня выраженности тенденции (от 19,1 до 25,9 балла), а одна тенденция (шкала «Конфликт между необходимыми действиями и величиной жертвы») вообще находится на границе среднего и низкого уровня (11,7 балла).

Средние показатели по шкалам Методики изучения просоциального поведения у второй группы студентов выше, чем у первой. Исключение составляет шкала «Нарциссические переживания и повышение самооценки как результат совершенного нравственного поступка / гордость» (19,9 баллов в первой группе и 15,7 – во второй группе). Это означает, что при совершении просоциального поступка личность с высоким уровнем развития эмпатии менее, чем личность со средним уровнем эмпатии, мотивируется нарциссическими переживаниями, возможностью повысить этим поступком свою самооценку. Верно и обратное, что личность со средним уровнем эмпатии чаще прибегает к просоциальному поведению для того, чтобы повысить собственную самооценку.

Большой разрыв средних показателей мы наблюдаем по двум шкалам методики: «Чувство жалости, сострадания, любви к объекту» и «Отдавание как стимулятор мотивации отдавать снова и снова».

Средние показатели, полученные по шкале «Чувство жалости, сострадания, любви к объекту», у второй группы студентов выше, чем у первой (27,4 и 19,1 балла соответственно).

Это означает, что, чем выше эмпатия, тем более в просоциальном поведении личность переживает чувства жалости, сострадания и любви.

Средний показатель по шкале «Отдавание как стимулятор мотивации отдавать снова и снова» также оказался намного больше у студентов второй группы (33,6 и 25,9 баллов соответственно). Это позволяет говорить о том, что, чем выше эмпатия, тем более личность ориентирована на отдавание. Для них отдавание– процесс значим сам по себе.

Разница средних показателей второй группы студентов по другим шкалам методики может означать следующее. Чем выше эмпатия, тем чаще личность воспринимает объект своих добрых поступков как неспособность позаботиться о себе: средний показатель второй группы студентов по второй шкале методики составляет 26,7 балла, а первой – 21,9. Чем более развитая эмпатия, тем более личность переживает конфликт между необходимыми действиями и величиной жертвы: средний показатели второй и первой групп составляют соответственно 13,6 и 11,7 балла. Чем более развита эмпатия, тем чаще личность ожидает, что добрый поступок поможет сблизиться с другим человеком (средние показатели второй и первой групп по шкале «Уменьшение социальной дистанции в результате поступка» составляют 25,4 и 24,1 баллов соответственно).

Таким образом, для студентов с высоким уровнем эмпатии при реализации просоциального поведения более значимы: 1) отдавание само по себе; 2) чувство жалости, сострадания, любви к объекту; 3) восприятие объекта как неспособного позаботиться о себе. Для студентов со средним уровнем эмпатии наибольшее значение при реализации просоциального поведения имеет: 1) ценность отдавания; 2) ожидание на уменьшение социальной дистанции после совершения просоциального поступка. В целом, чем выше эмпатия, тем значимее проявляются тенденции просоциального поведения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Полякова О.О. Духовность как осуществление жизненного пути // Гуманитарий: актуальные проблемы науки и образования. – 2006. – №6. – С. 142-149.

2. Ребер А. С. Большой толковый психологический словарь: в 2 т.: Т 1. – М.: АСТ, 2003. – С. 497.

3 Соболев С. И. Роль эмпатийной установки в просоциальном поведении в теории Д. Батсона // Личность, семья, общество: вопросы педагогики и психологии / сб. статей. – М.: Эксмо, 2013. – №33. – С. 175-179.

4. Тарасова Л. Н. К проблеме просоциального поведения в русской философской мысли // Сборник трудов SWorld. – 2013. – Т. 24. – №3. – С. 43-46.

ПОЛЯКОВА О.О., УШАКОВА Я. В.

ВЛИЯНИЕ СТРЕССА НА ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН

Аннотация. В статье представлены результаты исследования влияния стресса на протекание беременности. В ходе эмпирического исследования беременных женщин установлено, что стресс значительно ухудшает эмоциональное состояние беременных женщин: у них повышаются личностная тревожность, ригидность и показатели нервно-психического напряжения.

Ключевые слова: беременность, психологические состояния, стресс, эмоции, перинатальный, тревожность, нервно-психическое напряжение, ригидность.

POLYAKOVA O. O., USHAKOVA Ya. V.

THE EFFECTS OF STRESS ON PSYCHOLOGICAL FEATURES OF PREGNANAT WOMEN

Abstract. The article shows the effects of stress on pregnancy. An empirical study of 38 pregnant women has proved that stress significantly affects the emotional state of pregnant women. Consequently, their personal anxiety, rigidity and indicators of mental stress increase.

Keywords: pregnancy, psychological state, stress, emotions, perinatal, anxiety, mental stress, rigidity.

.

Проблема стрессов приобрела первостепенное значение в жизни современного человека. Частота психологического стресса непрерывно увеличивается. Стрессы могут быть одиночными или накладываться друг на друга, быть периодическими (авралы на производстве, проверки, экзамены) или постоянными (материальное неблагополучие, вредность на работе и т.д.).

Слово «стресс», которое с английского так и переводится «давление, напряжение», стало модным во второй половине 20-го столетия, после того как стали достаточно широко известны результаты исследований Г. Селье, а жизнь приняла «бешеные темпы» в связи с научно-техническим прогрессом, информационными перегрузками, природными и социально-экономическими катаклизмами.

Для современного человека состояние стресса стало практически нормой. По оценкам многочисленных экспертов в настоящее время значительная часть населения страдает психическими расстройствами, вызванным острым или хроническим стрессом. Он приобретает масштабы эпидемии и представляет собой основную социальную проблему современного общества. Большое количество острых и хронических стрессов

оказывает непосредственное влияние на здоровье людей. Психотравмирующие факторы зачастую приводят человека к психологическому стрессу, который в настоящее время выступает в качестве ведущей причины формирования многих психосоматических заболеваний [4].

Проблема психологических стрессов стала актуальной в акушерстве, так как беременные женщины очень восприимчивы к различным изменениям в период беременности (Г. И. Брехман, Г. Б. Мальгина, Г. Г. Филиппова) [1; 6-7].

В современном мире зачатие, вынашивание беременности и роды происходят в условиях психосоциального стресса. Все большее распространение в отечественной и зарубежной литературе приобретает термин «адаптация к беременности» [2].

Беременность ставит организм женщины в новые условия существования, и, хотя она является физиологическим процессом, происходящие изменения функционального состояния нервной системы создают повышенную чувствительность и ранимость психики у женщин. И. В. Добряков использует понятие типа психологического компонента гестационной доминанты (ПКГД), который представляет собой совокупность механизмов психическойсамореализации, включающихся у женщины при возникновении беременности, направленных на сохранение гестации и создание условий для развития будущего ребенка, формирующих отношение женщины к своей беременности, ее поведенческие стереотипы. В процессе развития даже самой желанной и осмысленной беременности у женщин имеются условия для возникновения целого ряда негативных изменений в эмоциональной сфере [3].

Беременность – очень чувствительный период в психической жизни женщины. Само состояние беременности вносит серьезные изменения в образ жизни женщины, ее самоощущение, восприятие мира и самой себя в этом мире и, естественно, в ее эмоциональную жизнь. Даже для тех женщин, которые планировали ребенка, беременность уже является стрессовой ситуацией. Кроме того, продолжая работать, общаться и решать многочисленные жизненные проблемы, беременная женщина часто переживает острый или хронический стресс (например, оказываясь в ситуации, когда работодатель грозит увольнением, или муж уезжает в длительную командировку, или серьезно заболевают близкие родственники и пр.). Дополнительные нагрузки, которые ложатся на плечи беременной, могут являться повреждающими факторами как для беременной, так и для будущего ребенка. Они нарушают сформировавшуюся «доминанту беременности», которая обеспечивает нормальное течение беременности, родов и послеродового периода. У многих современных женщин беременность наступает уже в состоянии хронического стресса, поэтому очень важно, чтобы женщина могла получить

необходимые знания о течении беременности, о своем психологическом состоянии и получить адекватную психологическую поддержку.

Эмоциональный стресс матери оказывает негативное влияние, прежде всего, на течение беременности, а затем родов и развитие плода. Влияние различных дополнительных стрессогенных факторов нарушает естественные процессы психологической адаптации беременной женщины и негативно влияет на гестационный процесс. Большинство авторов, описывая в своих работах влияние стресса на течение беременности (развод, плохие отношения в семье, психологическая несовместимость супругов, нервно-эмоциональное напряжение на производстве и т.д.), указывают на наличие у беременных женщин высокого уровня тревоги, повышенного нервно-психического напряжения, эмоциональной лабильности, желание быть опекаемыми и защищенными (Г. Б. Мальгина, Г. Г. Филиппова и др.).

С целью выявления психологических особенностей беременных женщин, находящихся в условиях стресса, в марте-июле 2013 г. проведено эмпирическое исследование, которое охватило 20 женщин второго-третьего триместра беременности (основная группа). Каждая из них находилась под влиянием того или иного стрессогенного фактора: шок от незапланированной или нежеланной беременности– 20 % (4 чел.); потеря близких родственников – 15 % (3 чел.); семейные кризисы: развод, муж в тюрьме, муж в Чечне – 25 % (5 чел.), авария – 25 % (5 чел.), кража – 25 % (5 чел.), нападение – 10 % (2 чел.), пожар – 5 % (1 чел.). Группу контроля составили беременные женщины без влияния стрессоров (18 чел.). Для изучения особенностей психологических состояний полученные эмпирические данные этих двух групп подвергались сравнению.

Сбор эмпирического материала проведен с помощью следующих методов – беседа, опрос, психодиагностика и анализ медицинской документации. Психодиагностика осуществлена с помощью «Опросника нервно-психического напряжения Т. А. Немчина», «Опросника тревожности» Ч. Д. Спилбергера в адаптации Ю. Л. Ханина, «Томского опросника ригидности» Г. В. Залевского.

Исследование нервно-психического напряжения женщин, находящихся в условиях стресса, выявило высокий показатель психического дискомфорта и нервно-психических нарушений, а также высокий общий показатель НПН, что позволяет с высокой степенью достоверности констатировать наличие серьезных психологических изменений, требующих углублённой диагностики и коррекции. Только 3 человека (15%) проявили низкий уровень личностной тревожности. Значительная часть испытуемых (60%) проявила высокий уровень личностной тревожности, что означает наличие у них

устойчивой склонности воспринимать большой круг ситуаций как угрожающих, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги.

При изучении особенностей психической ригидности в группе беременных женщин, находящихся в условиях стресса, показатель ригидности выше нормы выявлен по двум шкалам: шкале ригидности как состояния и установочной ригидности. Это означает, во-первых, что женщины еще не осознали всей тяжести ситуации, в которой они находятся, во-вторых, в состоянии стресса, страха, плохого настроения, утомления такие женщины в высокой степени склонны к ригидному поведению, хотя в обычных условиях такого поведения они могут и не проявлять. Остальные показатели ригидности (симптомокомплексе ригидности, актуальная ригидность, шкала сенситивной ригидности, шкала преморбидной ригидности) не выходят за границы умеренной ригидности.

Полученные в ходе психодиагностики результаты подверглись сравнительному анализу с данными контрольной группы (18 беременных женщин в состоянии психологического комфорта). Математический анализ данных с использованием U-критерия Манна-Уитни показал наличие статистически значимых различий психологических особенностей контрольной и экспериментальной групп. По сравнению с контрольной группой у женщин, находящихся в условиях стресса, все исследуемые показатели оказались выше: это показатели нервно-психического напряжения, личностной и реактивной тревожности, показатели ригидности.

Несмотря на то, что показатели ригидности беременных женщин в условиях стресса повышены только по двум шкалам из шести (по методике ТОР Г. В. Залевского), абсолютно все показатели ригидности выше по сравнению с контрольной группой беременных женщин. То есть ситуация стресса у беременных женщин может приводить к повышению ригидности, понижая способность личности адекватно реагировать не меняющиеся условия среды.

Таким образом, эмпирическое исследование позволило выявить у беременных женщин, находящихся в условиях стресса, повышенные показатели нервно-психического напряжения, высокий уровень личностной тревожности, высокие показатели по шкале ригидности как состояния и по шкале установочной ригидности. Эмоциональное состояние этих женщин значительно хуже, чем у женщин контрольной группы.

Проведенный анализ позволил сделать выводы о том, что стресс у беременных вызывает серьезные психологические изменения, которые могут быть вредными для благополучного вынашивания ребенка. Такие беременные женщины нуждаются в специальной психодиагностике и психологической помощи по преодолению психологического стресса.

Сохранение психического здоровья беременных и рожениц не менее важно, чем оказание специализированной акушерско-гинекологической помощи (М. Г. Оганесян, Г. Г. Филиппова, Г. И. Брехман). Данные обстоятельства акцентируют внимание специалистов на необходимости совершенствования психодиагностики и оказания эффективной психологической поддержки беременным. Ранняя диагностика источников и проявлений психологического стресса, своевременная психокоррекция возникших состояний позволят проводить профилактику акушерских и соматических осложнений, возникающих во время беременности как последствий стресса.

ЛИТЕРАТУРА

1. Брехман Г. И. Психологические проблемы беременных женщин. – Иваново: АПО "Родительский дом", 2001. – 251 с.
2. Ветчанина Е. Г. Психологические состояния беременных женщин в условиях острого и хронического стресса и особенности их психокоррекции: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 2003. – 24 с.
3. Добряков И. В. Перинатальная психология. – СПб.: Питер, 2010. – 272 с.
4. Китаев–Смык Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. – М.: Академический проект, 2009. – 943 с.
5. Кочнева М. А. Особенности и роль психологических реакций беременных женщин в развитии осложнений беременности и родов: автореф. дис... канд. мед. наук. – Москва, 1992. – 22 с.
6. Мальгина Г. Б. Психоэмоциональный стресс в период беременности и перинатальные проблемы. – М.: Эксмо-пресс, 2000. – 222 с.
7. Филиппова Г. Г.Материнство и основные аспекты его использования в психологии // Психологический журнал. – 2000. – Т.21. – №6. – С. 47–56.

ДИКОВА И. Е. , ГАРАНИНА Ж. Г.

ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВЫЕ ОРИЕНТАЦИИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМОРАЗВИТИЯ

Аннотация. В статье анализируются подходы к проблеме ценностно-смысловых ориентаций студентов в процессе профессионального саморазвития. Представлено описание результатов экспериментального исследования ценностно-смысловых ориентаций студентов, их роли в процессе профессионального саморазвития.

Ключевые слова: ценности, ценностно-смысловые ориентации, профессиональное саморазвитие, мотивационная готовность к саморазвитию.

DIKOVA I.E., GARANINA ZH.G.

AXIOLOGICAL ORIENTATION OF STUDENTS IN THEIR PROFESSIONAL SELF-DEVELOPMENT

Abstract. The article analyzes the approaches to the problem of axiological orientation of students in the process of their professional self-development. The authors present the results of an experimental study of students' values and notions influence on their professional self-development.

Keywords: values, axiological orientation, professional self-development, motivational readiness for self-development.

Процесс профессионального обучения в высшей школе предполагает постоянное развитие и саморазвитие профессиональных качеств будущих специалистов, влияющих на успешность профессиональной деятельности. К числу таких качеств можно отнести профессиональные способности, личностные свойства, а также особенности профессиональной направленности и ценностно-смысловые образования личности. Поскольку профессиональная успешность и саморазвитие во многом зависят от установок и направленности личности, от структуры профессиональных и жизненных ценностей, особыйинтерес представляет исследование ценностно-смысловых ориентаций студентов, оказывающих влияние на их профессиональный и личностный рост.

Ценностные ориентации рассматриваются в психологии как элементы структуры личности, которые характеризуют содержательную сторону ее направленности. В форме ценностных ориентаций в результате обретения ценностей фиксируется существенное, наиболее важное для человека. Как отмечал Б.В. Зейгарник, ценностные ориентации – это устойчивые, инвариантные образования (“единицы”) морального сознания – основные его идеи, понятия, “ценностные блоки”, смысловые компоненты мировоззрения, выражающие

суть нравственности человека, а значит, и общие культурно-исторические условия, и перспективы. Содержание их изменчиво и подвижно. Система ценностных ориентаций выступает “свернутой” программой жизнедеятельности и служит основанием для реализации определенной модели личности, является той сферой, где социальное переходит в личностное и личностное становится социальным, где происходит обмен индивидуальными ценностно-мировоззренческими различиями [2].

Ценности, в свою очередь, тесно связаны с представлением о смысле жизни, которое является одновременно и основанием развития личности, и его результатом. Д. А. Леонтьев считал, что «личностная ценность определяет себя как стабильный источник смыслообразования и мотивообразования, берущий свои истоки в социокультурном целом, к которому принадлежит субъект. Представление о динамической смысловой системе как принципе организации и единице анализа смысловой реальности... дает основание рассматривать смысл жизни как концентрированную описательную характеристику наиболее стержневой и обобщенной динамической смысловой системы, ответственной за общую направленность жизни субъекта как целого» [4]. Ценности являются одной из важнейших смысловых структур, формирующих перспективу, модель будущего, имеющего наибольшую значимость для человека. В. В. Знаков рассматривает ценности как осознанное содержание, способное стать реальным мотивом жизнедеятельности человека, который ведет к саморазвитию [3].

Совокупность личностных и профессиональных ценностей определяет процесс саморазвития личности, влияя на динамику его протекания, и является центральным механизмом, детерминирующим саморазвитие на всех этапах личностного и профессионального становления. Личностные и профессиональные ценности влияют на возможные пути и способы саморазвития, формируя цели и внутреннюю программу его реализации. Как показывают проведенные нами исследования, имеющиеся у субъекта профессиональные и личностные ценности детерминируют процесс саморазвития, определяя наиболее важные с точки зрения смыслообразования перспективы [1]. Если в структуре ценностно-смысловой сферы возникают противоречия между разнонаправленными ценностями, они могут побуждать человека к разрешению имеющихся рассогласований, что в конечном счете стимулирует саморазвитие. Уровень личностно-профессионального саморазвития может определяться уровнем сформированности ценностно-смысловой сферы, что наглядно показано в исследовании, проведенном С. А. Минюровой [5].

Для изучения ценностно-смысловых ориентаций и их роли в структуре профессионального саморазвития будущих специалистов нами проводилось

экспериментальное исследование, в котором приняли участие студенты 2-4 курсов дневного отделения специальности «Психология» ФБГОУ ВПО «МГУ им. Н. П. Огарева» в возрасте от 19 лет до 21 года. Объем выборки составил 65 человек.

Для изучения ценностно-смысловых ориентаций нами использовались следующие методы: тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева, опросник личностной ориентации А. Шострома, методика «Шкала общей самоэффективности» (русская версия Р. Шварцера, М. Ерусалема, В. Ромека), опросник «Способность к саморазвитию» И. В. Зверевой, тест «Готовность к самопознанию и саморазвитию» Т. М. Шамовой, а также авторская анкета.

Для исследования ценностно-смысловых ориентаций студентам предлагалось проранжировать личностные и профессиональные ценности в порядке убывания их значимости. Результаты ранжирования показали, что в структуре личностных и профессиональных ценностей студентов первые три места отводятся таким жизненным ценностям, как семья, любовь и здоровье. Саморазвитие занимает четвертое место в этой структуре, опережая по значимости успех в профессии и материальное благополучие. На последних местах в списке – уважение окружающих и популярность. Из полученных данных можно сделать вывод о том, что саморазвитие как ценность занимает промежуточное положение между основными жизненными и профессиональными ценностями, поскольку рассматривается студентами в качестве необходимого условия достижения профессионального успеха.

Исследование уровня осмысленности жизни с помощью теста смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева показало, что в среднем по выборке у студентов он составляет 103 балла, что является средним показателем для юношей и выше среднего для девушек. Данные результаты свидетельствуют о том, что в целом испытуемые воспринимают свою жизнь как осмысленную и эмоционально насыщенную и испытывают удовлетворенность процессом и результатом. Выявленные средние показатели уровня самоактуализации с помощью опросника А. Шострома составили 39,4, что соответствует среднему уровню выраженности данного свойства в целом по выборке испытуемых.

Проведенный корреляционный анализ показал, что существуют прямые статистически значимые взаимосвязи между такими ценностями, как саморазвитие, уровень саморазвития ($r = 0,62$) и готовность к саморазвитию ($r = 0,337$). Выявлены также статистически значимые взаимосвязи между уровнем саморазвития, самоактуализацией ($r = 0,432$) и смысложизненными ориентациями ($r = 0,409$). Данные взаимосвязи можно объединить в единый ценностно-смысловой блок, в котором уровень саморазвития определяется мотивационной готовностью к нему и осуществляется на

основе имеющихся ценностей личностного и профессионального саморазвития.

Для снижения размерности полученных связей между выявленными свойствами нами использовался факторный анализ, позволяющий определить наиболее значимые блоки факторов. Один из выявленных факторов, который мы назвали «Уровень саморазвития», с дисперсией 21,8 % вошли следующие переменные: саморазвитие (0,885), ценность саморазвития (0,782), готовность к самопознанию (0,505), самоэффективность (0,453).

В данном факторе показатели самоэффективности и готовности к самопознанию объединяются вокруг уровня и ценности саморазвития.

Таким образом, ценностно-смысловые ориентации занимают важное место в системе личностно-профессионального саморазвития будущих специалистов, определяя готовность к саморазвитию, его ценность, и непосредственно влияют на его уровень. Полученные результаты можно объяснить тем, что к активному личностно-профессиональному саморазвитию склонны лица, рассматривающие его как важную жизненную ценность, готовые к самопознанию и уверенные в собственной эффективности. Для студентов, у которых ценность саморазвития является преобладающей, характерны высокие показатели уровня саморазвития, мотивационной готовности к саморазвитию и к самопознанию, а также высокий уровень самоактуализации, осмысленности жизни и самоэффективности. Будущие специалисты, находящиеся на данном уровне саморазвития, стремятся к самоактуализации, самосовершенствованию, высоко оценивают саморазвитие и обладают мотивационной готовностью к нему.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гаранина Ж. Г. Психологическая компетентность в структуре личностно-профессионального саморазвития специалистов социономической сферы: монография. – Саранск : Изд-во Мордов. ун-та, 2013. – 136 с.

2. Зейгарник Б. В. Очерки по психологии аномального развития личности. – М.: Изд-во МГУ, 1980. – 157 с.

3. Знаков В. В. Психология понимания: Проблемы и перспективы. – М.: Ин-т психологии РАН, 2005. – 448 с.

4.Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. – М. : Смысл, 2007. – 511 с.

5.Минюрова С. А. Психологические основания выбора стратегий саморазвития в профессии : автореф. дис. … д-ра психол. наук. – М., 2009. – 48 с.