

КАЗАНСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Институт психологии и образования

**ПСИХОЛОГИЯ
ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ**

**Сборник статей студентов,
магистрантов, аспирантов и молодых ученых**

Выпуск 13



**КАЗАНЬ
2019**

УДК 159.9
ББК 88.3
П86

*Печатается по рекомендации
Ученого совета Института психологии и образования
Казанского (Приволжского) федерального университета*

Научные редакторы:

кандидат психологических наук, доцент **А.В. Чернов**;
кандидат психологических наук, доцент **М.Г. Юсупов**

Рецензент

доктор психологических наук, профессор **А.О. Прохоров**

П86 **Психология психических состояний:** сб. статей студентов, магистрантов, аспирантов и молодых ученых / под ред. А.В. Чернова, М.Г. Юсупова. – Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2019. – Вып. 13. – 422 с.

ISBN 978-5-00130-159-2

Сборник включает статьи теоретического, экспериментального и прикладного характера, выполненных студентами, магистрантами и аспирантами под руководством преподавателей. В сборник включены статьи молодых ученых и практических психологов. В него вошли исследования различных аспектов состояний человека: ментальной регуляции, семантических пространств, познавательных, функциональных, стрессовых состояний, а также рассмотрен широкий круг вопросов, имеющих отношение к психологии личности, возрастной, педагогической и социальной психологии, профессиональной деятельности субъекта.

Материалы, представленные в сборнике, могут быть полезны для начинающих исследователей, а также для научных работников и преподавателей психологических и педагогических специальностей, а также для всех, кто интересуется проблемами психологии состояний.

УДК 159.9
ББК 88.3

ISBN 978-5-00130-159-2

© Издательство Казанского университета, 2019

KAZAN FEDERAL UNIVERSITY
Institute of Psychology and Education

PSYCHOLOGY
OF PSYCHOLOGICAL STATES

**Issue of articles of students, master students,
postgraduate students and young scientists**

Issue 13



KAZAN
2019

UDC 159.9
LBC 88.3
P96

*Printed on the recommendation
of the Academic Council of the Institute of Psychology and Education
of Kazan (Volga Region) Federal University*

Scientific editors:

candidate of Psychology sciences, associate Professor **A.V. Chernov**;
candidate of Psychology sciences, associate professor **M.G. Yusupov**

Reviewer

doctor of psychology sciences, professor **A.O. Prokhorov**

Psychology of mental states: issue of articles of students, master students, postgraduate students and young scientists / ed. by A.V. Chernov, M.G. Yusupov. – Kazan: Publishing House of Kazan University, 2019. – Iss. 13. – 422 p.

ISBN 978-5-00130-159-2

The collection includes articles of theoretical, experimental and applied nature, made by students, undergraduates and graduate students under the guidance of teachers. The collection includes articles by young scientists and practical psychologists. In his research, various aspects of the human condition are distinguished: mental disorder, semantic spaces, cognitive, functional, stressful states, as well as a wide range of issues, attitudes towards the personality psychology, age, pedagogical and social psychology, and professional activity of the subject.

The materials presented in the collection can be useful for beginning researchers, as well as for scientists and teachers of psychological and pedagogical specialties, as well as for anyone interested in problems of psychology.

UDC 159.9
LBC 88.3

ISBN 978-5-00130-159-2

© Publishing House of Kazan University, 2019

ВВЕДЕНИЕ	12
РАЗДЕЛ 1 ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИИ СОСТОЯНИЙ	13
1.1 ФЕНОМЕНОЛОГИЯ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ	
МЕНТАЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ	
Прохоров А.О.	13
СУБЪЕКТИВНЫЙ (МЕНТАЛЬНЫЙ) ОПЫТ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ СТУДЕНТОВ: ПОНЯТИЙНЫЕ, АССОЦИАТИВНЫЕ И ОБРАЗНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ	
Акбирова Р.Р., Карташева М.И., Прохоров А.О.	16
ИНТЕНСИВНОСТЬ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ В СУБЪЕКТИВНОМ ОПЫТЕ ПОДРОСТКОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛОВИЙ РАЗВИТИЯ	
Артищева Л.В.	20
ОБРАЗ «УТОМЛЕНИЯ» В ПЕРИОД ЭКЗАМЕНАЦИОННОЙ СЕССИИ У СТУДЕНТОВ С РАЗЛИЧНЫМ ОТНОШЕНИЕМ К БУДУЩЕМУ	
Гафурова А.Т., Пахмутова М.А.	24
ПРОБЛЕМА МАССОВЫХ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ В УСЛОВИЯХ МАССОВОЙ КОММУНИКАЦИИ	
Гафурова Ю. Е.	28
АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ ИДЕНТЕФИКАЦИИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ	
Гильмутдинова И. М.	32
ОСОБЕННОСТИ КОГНИТИВНЫХ ФУНКЦИЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ У БОЛЬНЫХ ТРЕВОЖНО-ДЕПРЕССИВНЫМ РАССТРОЙСТВОМ. КЛИНИЧЕСКИЙ СЛУЧАЙ	
Грובה А. И., Пастух И.А.	36
НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В АБИЛИТАЦИИ РЕБЕНКА С ГЕНЕТИЧЕСКОЙ ПАТОЛОГИЕЙ (СИНДРОМ ДАУНА, СИНДРОМ ПРАДЕРА-ВИЛЛИ)	
Гуринова В.В.	39
ВЛИЯНИЕ ВНЕШНИХ И ВНУТРЕННИХ ФАКТОРОВ НА ИЗМЕНЕНИЕ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ В УЧЕБНОЙ СИТУАЦИИ	
Макарчева А.В.	43
СЕМАНТИЧЕСКИЕ ПРОСТРАНСТВА ГЕНЕРАЛИЗОВАННЫХ ОБОБЩЕНИЙ	
Матвеев К.Н., Жомова В.В., Прохоров А.О.	46
ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ У БОЛЬНЫХ ШИЗОФРЕНИЕЙ	
Михайлова И.О., Белашева И.В.	51
ОСОБЕННОСТИ ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕСКИХ ПРОЯВЛЕНИЙ ПЕРЕЖИВАНИЯ ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	
Мубаракшина Г.В., Фахрутдинова Л.Р.	56
ИССЛЕДОВАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ УСТАНОВОК СЕМЬИ У ПАЦИЕНТОВ С ХРОНИЧЕСКИМИ ПСИХИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ	
Мухортов И.В., Осипова Н.В.	61
ОСОБЕННОСТИ СОСТОЯНИЯ СУПРУГОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СОГЛАСОВАННОСТИ ИХ ОТНОШЕНИЯ К ДЕНЬГАМ	
Носов А.В., Некрасова Е.А.	65
КОММУНИКАТИВНЫЕ ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ: ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ..	
Разгулов Д.К., Чернов А.В.	68

СПЕЦИФИКА ПОНИМАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ДЕТЬМИ С СЕНСОРНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ	
Рахимова А.А., Артемьева Т.В.	72
САМООТНОШЕНИЕ И ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ В СИТУАЦИИ ВОСПРИЯТИЯ НОВОЙ ИНФОРМАЦИИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ	
Решетникова И.С., Валиуллина М.Е.	76
ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА В СИТУАЦИИ ЗНАЧИМОГО РАССТАВАНИЯ.....	
Романов К. М.	79
ПРИЧИНЫ ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	
Салахова А.Т., Твардовская А.А.	83
СПЕЦИФИКА ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ СЛАБОВИДЯЩИМИ ДОШКОЛЬНИКАМИ	
Саляхиева Л.Х., Ахметзянова А.И.	86
ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВУЗОВ	
Сережкина А.Е.	91
ОСОБЕННОСТИ СТРЕССА ЖИЗНИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ С РАЗНЫМИ ТИПАМИ КРЕДИТНОГО ПОВЕДЕНИЯ.	
Соловьев А. Ю.	94
ПОНИМАНИЕ ДЕТЬМИ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ СВЕРСТНИКОВ И ВЗРОСЛЫХ	
Сулейманова Э.Д., Артемьева Т.В.	97
ОСОБЕННОСТИ СТРУКТУРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ЧУВСТВА СПРАВЕДЛИВОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	
Фахрутдинова Л.Р., Сиразева А.Ф.	105
СЕМАНТИЧЕСКИЕ ПРОСТРАНСТВА ПЕРЕЖИВАНИЙ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ.....	
Халфиева А.Р.	108
ОТВЕТСТВЕННОСТЬ КАК ОСОБО ВАЖНОЕ СОСТОЯНИЕ	
Черниловская А.С.	111
ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕНТАЛЬНЫХ РЕПРЕЗЕНТАЦИЙ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ И КОГНИТИВНЫХ ПРОЦЕССОВ СТУДЕНТОВ.....	
Чернов А.В.	114
ДОМИНИРУЮЩЕЕ ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ В ЕГО ВЗАИМОСВЯЗИ С НИКОТИНОВОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ	
Шепелева Е.Е., Фролова С.В.	118
 <i>1.2 ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ ЛИЧНОСТИ</i>	 122
СТРУКТУРА ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ, ДЕТЕРМИНИРУЮЩИХ ИНТЕНСИВНОСТЬ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ У ПОДРОСТКОВ С ОТКЛОНЯЮЩИМИСЯ ФОРМАМИ ПОВЕДЕНИЯ.....	
Артищева Л.В, Кирилов П.С.	122
ОСОБЕННОСТИ ПОНИМАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ	
Ахкиямова А.И., Ахметзянова А.И.	126
ОСОБЕННОСТИ СТРУКТУРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ПЕРЕЖИВАНИЯ В ПРОЦЕССЕ УСВОЕНИЯ ЗНАНИЙ.....	
Богданов А.С., Фахрутдинова Л.Р.	129

ФЕНОМЕН ПРОКРАСТИНАЦИИ У СТУДЕНТОВ	
Бояринов Д.М., Барабанщикова В.В.	132
ПРОБЛЕМЫ ПРОФИЛАКТИКИ ДЕТЕЙ С СДВГ И ИХ СОСТОЯНИЯ	
Воробьёва М.А.	137
СИНДРОМАЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ ПРИ ВНЕШНЕЙ И ВНУТРЕННЕЙ МОТИВАЦИИ ДЕЙСТВИЙ СТУДЕНТОВ.....	
Еремеева А.В., Салихова Н.Р.	140
ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СЕМЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ.....	
Иванякова Т.В., Хованская Т.Ю.	146
ОСОБЕННОСТИ ПОНИМАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА.....	
Идрисова А.Р., Артемьева Т.В.	150
СОМАТИЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРЕССА У СТУДЕНТОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ УРОВНЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ И ОТНОШЕНИЕ К ЗДОРОВЬЮ.....	
Исмаилов Р.Ч., Баканова А.А.	154
ОСОБЕННОСТИ ПОНИМАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ДВИГАТЕЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ.....	
Ишмухаметова Л.В., Ахметзянова А.И.	158
ОСОБЕННОСТИ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ.....	
Кузнецова Е.А., Ахметзянова А.И.	162
ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ	
Марзабекова М.Р., Осипова Н.В.	165
ЛИЧНОСТЬ БОЛЬНЫХ КОМОРБИДНЫМ ДЕПРЕССИВНЫМ И ПАНИЧЕСКИМ РАССТРОЙСТВОМ.....	
Сирош, Д.С., Протопопова М.А., Пастух И.А.	169
ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ ВРЕМЕНИ ПОСЛЕ ОПЕРАТИВНОГО ВМЕШАТЕЛЬСТВА ПАЦЕНТОВ С РАЗНЫМ ТИПОМ ОТНОШЕНИЯ К БОЛЕЗНИ.....	
Сухомлинова А.О., Камынина А.В.	172
ПРИЧИНЫ И ВИДЫ ПОВЕДЕНЧЕСКИХ НАРУШЕНИЙ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ	
Тактуева Ю.Г., Мазурчук Е.О.	176
ИССЛЕДОВАНИЕ ЭГОИЗМА КАК СОЦИОКУЛЬТУРНОГО ФЕНОМЕНА СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ	
Уткин А. В., Токарева В. Б.	180
АДАПТАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ЛИЧНОСТИ: ВВЕДЕНИЕ В ПРОБЛЕМУ	
Халтурина Е.Р.	183
ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ У МУЖЧИН И ЖЕНЩИН С АДДИКТИВНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ	
Хорс М.А., Захарова Н. Л.	186
СВЯЗЬ ВНУТРИЛИЧНОСТНОЙ КОНФЛИКТНОСТИ СТУДЕНТОВ СО СТРАТЕГИЯМИ ИХ ПОВЕДЕНИЯ В СИТУАЦИИ МЕЖЛИЧНОСТНОГО КОНФЛИКТА	
Шавалева К.А., Башкин М.В.	189
ПОНИМАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА.....	
Ягафарова А.Р., Артемьева Т.В.	193

К ВОПРОСУ О РОЛИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАСТРОЕНИЙ В СОГЛАСОВАННОСТИ ЭЛЕМЕНТОВ «ЯДРА» СОЦИАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ РОЛЯХ ВЗРОСЛОГО У ПОДРОСТКОВ	
Якунин А.П.	198
РАЗДЕЛ 2 ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ	203
2.1 САМОРЕГУЛЯЦИЯ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ
ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ВНУТРЕННЕГО КОНФЛИКТА У ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (В СИТУАЦИИ РАЗВОДА РОДИТЕЛЕЙ)	
Адмакина Т.А.	202
АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА КАК ПРЕДИКТОРЫ ОСТРОЙ СТРЕССОВОЙ РЕАКЦИИ Азарных Т.Д., Азарных Н.А.	205
ВЗАИМОСВЯЗЬ ТИПОВ ХАРАКТЕРА И ОРИЕНТИРОВАННОСТИ НА СОЦИАЛЬНОЕ СРАВНЕНИЕ	
Алиев С.К., Зоря А.В., Корбут А.В.	210
ОСОБЕННОСТИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ «ИНДИВИДУАЛЬНОЙ» МИНУТЫ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ АДАПТАЦИИ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ	
Анамов Р.И., Галимова Ч.Ш., Сахарова А.Е.	213
ВЗАИМОСВЯЗЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И УРОВНЯ АГРЕССИВНОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ	
Антипова Е.А.	217
САМОРЕГУЛЯЦИЯ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ КАК ОСНОВА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ	
Ахметов Д.Р., Юсупов М.Г.	221
РОЛЬ ХРОНИЧЕСКОГО СТРЕССА В ВОЗНИКНОВЕНИИ ПИЩЕВЫХ АДДИКЦИЙ ..	224
Васичева А.Н., Мартынова М.А.	224
КОПИНГ-СТРАТЕГИИ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ БЛАГОПОЛУЧИЮ В СЛОЖНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ	
Даведенко С.В., Горькая Ж.В.	227
ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ ПОДРОСТКОВ СЛОВАКИИ КАК ПОКАЗАТЕЛЬ УСПЕШНОСТИ В ПРЕОДОЛЕНИИ ЖИЗНЕННЫХ ТРУДНОСТЕЙ	
Даутова Е.В., Мазурчук Е.О.	231
КОУЧИНГ-ТЕХНОЛОГИИ ПРИ РАБОТЕ С КРИЗИСАМИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ	
Девятовская И.В.	234
ВЛИЯНИЕ ДЕСТРУКТИВНОГО АУДИО-КОНТЕНТА НА ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ	
Дьячкова Д.С., Мельников А.В.	238
БОЯЗНЬ НАСМЕШКИ КАК СОЦИАЛЬНАЯ ФОБИЯ	
Зятькова Е.О.	242
ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ КРАТКОСРОЧНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ В ЛЕЧЕНИИ БОЛЬНЫХ СОЧЕТАННЫМИ ВАРИАНТАМИ АФФЕКТИВНЫХ И ПАНИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ Клепов Д.О., Пастух И.А.	245
ИСПОВЕДЬ В ПСИХОКОРРЕКЦИОННОЙ И ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ В ФОКУСЕ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОГО ПОДХОДА	
Кобьянская Л.И.	249
РАСПРОСТРАНЕНИЕ ПРОКРАСТИНАЦИИ ЧЕРЕЗ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ЗАРАЖЕНИЕ .	
Котенко Р.Б.	255

ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ИНОГОРОДНИХ СТУДЕНТОВ В ВУЗЕ	
Лапин Е. С., Беляева С.И.....	258
СПЕЦИФИКА РЕАГИРОВАНИЯ НА СТРЕСС У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ С РАЗНЫМ ТИПОМ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ	
Левина Н.Л.....	262
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ РАБОТЕ С ВОЕННОСЛУЖАЩИМИ, НЕ ВЫПЛАЧИВАЮЩИМИ ЗАЕМНЫЕ СРЕДСТВА.....	
Овчаров С.А.....	266
ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ КОМПЛЕКСНОГО ПСИХОФАРМАКОЛОГИЧЕСКОГО И ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА КОПИНГ-СТРАТЕГИИ ПАЦИЕНТОВ С КОМОРБИДНЫМИ ДЕПРЕССИВНЫМ И ПАНИЧЕСКИМ РАССТРОЙСТВАМИ	
Протопопова М.А., Пастух И.А.....	270
МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ ТИПОЛОГИИ МЕТОДОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ (ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ ВАРИАНТ).....	
Прохоров А.О., Назаров А.Н.	274
ОСОБЕННОСТИ ВОЛЕВОЙ РЕГУЛЯЦИИ У КОРЕЙЦЕВ И РУССКИХ.....	
Ри С.А., Шляпников В.Н.	279
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АРТЕФАКТА В САМОРЕГУЛЯЦИИ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ И ПСИХО-ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ЧЕЛОВЕКА	
Сухих С.А., Богатов Н.М., Богатова А.Н., Кимберг А.Н.	282
ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ ПРИ КОЛЛЕКТИВНОМ МУЗИЦИРОВАНИИ.....	
Сулейманов Я.Р.	286
РАБОТА НАД САМОРЕГУЛЯЦИЕЙ В РАМКАХ КОГНИТИВНОЙ ТЕРАПИИ	
Хосе Алонсо Агилар-Валера.....	289
ОЦЕНКА САМОРЕГУЛЯЦИИ В НОРМАЛЬНЫХ И КЛИНИЧЕСКИХ КОНТЕКСТАХ	
Хосе Алонсо Агилар-Валера.....	292
ВОЗМОЖНОСТИ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ В РЕГУЛЯЦИИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ.....	
Чукмарова Л.Ф., Шулаева М.В.....	298
РАЗРАБОТКА МЕТОДИКИ ИССЛЕДОВАНИЯ СОСТОЯНИЯ ЭЙФОРИИ	
Шимрова Л.А., Прохоров А.О	300
ИССЛЕДОВАНИЕ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ И ЗАРУБЕЖНОЙ ПСИХОЛОГИИ	
Юсупов М.Г.....	304
ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ НАРКОЗАВИСИМЫХ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН В ПЕРВЫЕ ТРИ ГОДА РЕМИССИИ ЗАБОЛЕВАНИЯ	
Яковкина Ю.А, Александрова О.В.....	308
2.2. ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	312
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ, ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ И ПРОФИЛЬ ЕГО УЯЗВИМОСТЕЙ В КОНТЕКСТЕ СОЦИОИНЖЕНЕРНЫХ АТАК	
Абрамов М.В., Тулупьев А.Л., Тулупьева Т.В.....	312
ВЛИЯНИЕ ТЕКСТОВОГО КОНТЕНТА НА ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ.....	
Берникова А.В., Мельников А.В.	317

СОСТОЯНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО ВЫГОРАНИЯ И ЛИЧНОСТЬ ПЕДАГОГА	
Баранов А.А.	322
ПРОФИЛАКТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ ДОУ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ СОВРЕМЕННОСТИ	
Бутров В.Е., Голованова Т.Н.	325
ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ МЕДРАБОТНИКОВ СКОРОЙ ПОМОЩИ И СФОРМИРОВАННОСТИ МОТИВА СЛУЖЕНИЯ	
Барыкина А.И., Маркелова Т.В.	328
СТУДЕНЧЕСКИЕ СТРАХИ В КОНТЕКСТЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ ВТОРОГО КУРСА ИНСТИТУТА ПСИХОЛОГИИ И ОБРАЗОВАНИЯ КАЗАНСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО УНИВЕРСИТЕТА	
Валиуллина М.Е., Габдрахманова Д.В.	332
ИНТЕРНЕТ-АКТИВНОСТЬ И КОММУНИКАТИВНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ СТУДЕНТОВ	
Волкова И.В., Есаян М.Л., Терещенко Э.В.	338
ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ ПОДРОСТКОВ В УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	
Велиева С. В., Григорьев О. И.	342
ОБЪЯСНЕНИЕ АДЕКВАТНОГО ВОСПРИЯТИЯ РЕАЛЬНОСТИ ВО ВРЕМЯ ВНЕТЕЛЕСНОГО ОПЫТА: НИЧЕГО ПАРАНОРМАЛЬНОГО.....	
Гордеева О.В.	344
ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ СТРЕССА В СЕССИОННЫЙ ПЕРИОД У СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ.....	
Гребенникова Т. О., Величковская С. Б.	348
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ИГРОТЕРАПИИ	
Ефимова Ю.В.	352
МЕТОДЫ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ.....	
Жигулина М.А., Кузовкин В.В.	355
ВЗАИМОСВЯЗЬ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ И ПОВЕДЕНИЯ В СИТУАЦИЯХ МОРАЛЬНОГО ВЫБОРА	
Зайденберг А.В., Маркелова Т. В.	358
ОСОБЕННОСТИ ПОСТРОЕНИЯ ЛИЧНЫХ ОТНОШЕНИЙ У МУЖЧИН С ОДНОПОЛЫМ ВЛЕЧЕНИЕМ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИХ СЕКСУАЛЬНО-РОЛЕВОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ.....	
Зуева Д.Ю., Казарян М. Ю.	361
УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ КАК ФАКТОР ПРЕОДОЛЕНИЯ ЭКЗАМЕНАЦИОННОГО СТРЕССА В СТУДЕНЧЕСКОМ ВОЗРАСТЕ	
Ковалева А.В., Мартынова М.А.	364
ПЕРЕЖИВАЕМЫЕ СОСТОЯНИЯ БЕРЕМЕННОСТИ В НОРМЕ И ПАТОЛОГИИ	
Комаровская А.И., Фролова С. В.	368
ОРГАНИЗАЦИЯ ВРЕМЕНИ ВОСПИТАТЕЛЯМИ ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ В УСЛОВИЯХ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ	
Кузьмина О.В.	371
ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ КАК ФАКТОР УСПЕШНОЙ ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ, УЧАСТВУЮЩИХ В ОКАЗАНИИ ПСИХИАТРИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ	
Локтева А.Г., Майсак Н.В.	376

К ВОПРОСУ О ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ ВОЗДЕЙСТВИИ В ВОЗНИКНОВЕНИИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ (НА ПРИМЕРЕ ИГР В САМОУБИЙСТВО).....	
Маринина А.Е., Мартынова М.А.....	379
СПЕЦИФИКА ВОСПРИЯТИЯ ВРЕМЕНИ У НАРКОЗАВИСИМЫХ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ.	
Маркарян Б.А., Фролова С.В.	382
ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЯ РУКОВОДИТЕЛЕМ КАК ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СТРЕСС	
Мустакимова Ю.П., Лежнина Л.В.....	386
ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДА ФРАКТАЛЬНОЙ ДИНАМИКИ В УСЛОВИЯХ ТВОРЧЕСКОГО ПЕРЕОСМЫСЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ	
Прудовиков И.О., Выскочков В.С., Кабрин В.И.....	389
ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ ПРЕДИКТОРЫ УСПЕШНОСТИ РЕШЕНИЯ МЕТАКОГНИТИВНЫХ ЗАДАЧ (НА ПРИМЕРЕ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО И СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА)	
Самойличенко А.К.	392
КОНТРОЛЬ И ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ В СИТУАЦИЯХ УЧЕБНОЙ И НАУЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	
Ситдикова Э.И., Салихова Н.Р.	396
ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ У СОТРУДНИКОВ РОССИЙСКИХ БАНКОВ.....	
Сорока К.А., Горькая Ж.В.....	401
ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО ПЕРЕНАПРЯЖЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ	
Харитонова А.И.	406
ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА	
Хиврич К.А, Артищева Л.В.	409
ВЛИЯНИЕ ВИДЕО-КОНТЕНТА НА ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА	
Шагимуллин К. А., Мельников А.В.	411
ВЛИЯНИЕ РЕФЛЕКСИИ НА ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ПРИ РЕШЕНИИ ЛОГИЧЕСКИХ ЗАДАЧ	
Шаяхметова Л.А., Чернов А.В.....	415

Автор: **Акбирова Резеда Раисовна** – магистрант второго года обучения, кафедра общей психологии Института психологии и образования Казанского (Приволжского) федерального университета, Казань, Россия, akbrezeda@yandex.ru

Автор: **Карташева Мадина Ильгизовна** – магистрант второго года обучения, кафедра общей психологии Института психологии и образования Казанского (Приволжского) федерального университета, Казань, Россия, madin-ka@mail.ru

Автор: **Прохоров Александр Октябринович** – заведующий кафедрой общей психологии, доктор психологических наук, профессор, Россия, Казань, Казанский (Приволжский) федеральный университет, alprokhor1011@gmail.com

ИНТЕНСИВНОСТЬ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ В СУБЪЕКТИВНОМ ОПЫТЕ ПОДРОСТКОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛОВИЙ РАЗВИТИЯ³

THE INTENSITY OF MENTAL STATES IN THE SUBJECTIVE EXPERIENCE OF ADOLESCENTS DEPENDING ON SOCIAL CONDITIONS OF DEVELOPMENT

Артищева Л.В.
Artishcheva L.V.

Аннотация. В статье рассматривается интенсивность характеристик субъективного опыта психических состояний высокого, среднего и низкого уровня психической активности. Выявлена особенность в зависимости от социальных условия развития.

Ключевые слова. Субъективный опыт, психические состояния, семейная депривация, подростки

Abstract. The article discusses the intensity of the characteristics of the subjective experience of mental states of high, medium and low levels of mental activity. Identified feature depending on the social conditions of development.

Keywords. Subjective experience, mental states, family deprivation, adolescents

Центральной единицей развития категории психических состояний подростков является качественное изменение их семантического пространства, которое обусловлено уникальным опытом, общим эмоциональным и познавательным развитием детей-подростков [6; 7]. В психических состояниях подростков отражены основные задачи и признаки развития, характерные этому возрасту. Изучение психических состояний подростков определяется возрастной спецификой и социальными условиями их развития.

Многочисленные исследования детей, оставшихся без попечения родителей, выявили задержку не только интеллектуального и социального развития, но также и эмоционального аспекта

³ Исследование выполнено при финансовой поддержке гранта РФФИ № 18-013-01012 «Субъективный опыт психических состояний в ситуации прогнозирования жизнедеятельности».

личности [1;2]. У таких детей отмечается сниженный темп психического развития, низкие показатели в интеллектуальной сфере, а также обеднение эмоционального аспекта, в отличие от сверстников, воспитывающихся в условиях семьи [5;9]. В силу эмоциональной депривации у детей-сирот проявляется эмоциональная холодность, отстраненность, сложность в выстраивании межличностного взаимодействия, специфика в способах регуляции своих эмоциональных проявлений [3;4;8].

У детей-сирот выявлены негативные психические состояния: эмоциональный дискомфорт, раздражение, агрессия, фрустрация, тревожность и др., которые носят устойчивый характер, закрепляясь в структурах опыта. Специфика субъективного опыта психических состояний детей-сирот не изучена, но является значимой в процессе адаптации и социализации детей, важной для развития навыков общения и взаимодействия в обществе, для личностного развития и формирования эмоционально-волевой сферы, чем и определяется проблема исследования [10].

При изучении опыта психических состояний детей, воспитывающихся в условиях семейной депривации, нужно учитывать не только общепринятые представления о данной категории психических явлений, но также учитывать возрастные особенности, факторы индивидуального развития личности, условия социальной среды.

Для определения особенностей в интенсивности психических состояний в субъективном опыте подростков, находящихся в разных социальных условиях, было проведено наше исследование. Изучался субъективный опыт следующих психических состояний: радость, гнев, спокойствие, безразличие, утомление, грусть, у подростков, воспитывающихся в условиях семьи и семейной депривации. Использовалась методика А.О. Прохорова «Рельеф психического состояния», состоящая из 40 характеристик состояний, которые оцениваются по 11-балльной шкале. Характеристики психических состояний объединены в 4 группы (по 10 характеристик), определяющие интенсивность протекания психических процессов, физиологических реакций, переживаний и поведенческих проявлений.

Анализ данных показал следующее. Интенсивность характеристик исследуемых психических состояний у подростков, находящихся в условиях семейной депривации, значимо ниже, чем у подростков из семей, что отражено в их субъективном опыте. Семейная депривация приводит к определенной притупленности переживаний, «скованности» протекания психических состояний высокого и среднего уровня психической активности (радость, гнев, спокойствие, безразличие) и к большей погруженности в переживании состояний низкого уровня активности (утомление и грусть).

Подростки, воспитывающиеся в семье, находясь в состоянии радости, отмечают более бодрое состояние, нежели дети-сироты подросткового возраста. Наиболее значимые отличия в интенсивности проявления отмечаются у характеристик блока переживания. У подростков, воспитывающихся в семьях, при радости отмечается большая веселость, оптимистичность, активность, бодрость, оживленность и легкость переживаний. Поведенческие проявления значимо отличаются лишь большей последовательностью и открытостью. Подростки, воспитывающиеся в семье, описывая опыт переживания состояния радости, отмечают легкость в возникновении образов, фантазировании, улучшения внимания, высокую сосредоточенность на своем деле и повышение речевой активности. Подростки, воспитывающиеся в условиях детского дома, чаще указывают на сложности в возникновении образов, ощущения отчаяния, безысходности и чувства страха.

Им в состоянии радости свойственны пассивность, грусть, вялость и тяжесть, напряженность переживаний.

Процессы, связанные с поведением и переживаниями, в состоянии гнева наиболее изменчивы у подростков, воспитывающихся в семье. Для них характерны более управляемое, уверенное поведение, оптимистичные переживания в отличие от детей-сирот подросткового возраста. Подростки, воспитывающиеся в семье, в субъективном опыте состояния гнева отмечают выраженность таких характеристик, как четкость, осознанность восприятия и представлений, воображения и эмоциональных процессов. Для детей-сирот подросткового возраста свойственны противоположные проявления, в виде отсутствия чёткости представлений, неясности восприятия, отвлекаемость внимания, чувства апатии, страха и паники, им больше свойственно тоскливое настроение, а также тяжесть собственных переживаний, их скованность, напряженность. Также у подростков, воспитывающихся в условиях семейной депривации, в опыте состояния гнева выявлены ухудшения координационных процессов движения, в виде затруднений в выполнении мелких движений, ухудшения подерка. Находясь в состоянии гнева, подростки, воспитывающиеся в семье, характеризуются большей последовательностью, целеустремленностью поведения, а также продуманностью решений, в отличие от детей-сирот подросткового возраста.

Субъективный опыт состояния спокойствия у подростков, воспитывающихся в семье, имеет значимые отличия в интенсивности ряда характеристик. В состоянии спокойствия они отмечают легкость в управлении собой, веру в успех, оптимистичность, жизнерадостность переживаний, легкость представлений, их чёткость, ясность, также высокая находчивость, сообразительность, легкость в возникновении ассоциаций, фантазирования, новых образов. Тогда как для воспитывающихся детей, подросткового возраста в условиях детского дома характерны чувство грусти, печали, подавленное настроение, ощущение печали, менее контролируемое поведение, более выраженная импульсивность в своих поступках и непродуманность своих действий, несмотря на состояние оптимальной психической активности, а также трудности в возникновении каких-либо образов, представлений, отсутствие логики своих мыслей.

Субъективный опыт психического состояния безразличия не имеет сильно выраженных статистических различий, между двумя выборками. Статистически значимые различия охватывают блок физиологических реакций и блок переживаний. Так показатели сердечно-сосудистой системы, а также окраски кожных покровов, статистически более выражены у подростков, воспитывающихся в семье, для них свойственны незначительные изменения, в виде не вызывающего дискомфорта учащения сердцебиения, а также легкого покраснения кожных покровов. Негативные проявления, в виде болей в сердце, а также учащения сердцебиения, которое вызывает дискомфорт, и побледнение кожных покровов, характерны для подростков, воспитывающихся в детском доме.

Подростки, воспитывающиеся в семье, имеют значимые различия в интенсивности одной характеристики в субъективном опыте состояния утомления. В состоянии утомления они более задорны, веселы, в отличие от подростков, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа, кому более свойственны чувство печали, негативно окрашенные переживания.

Субъективный опыт психического состояния грусти не имеет статистически значимых различий между двумя выборками.

Итак, интенсивность характеристик субъективного опыта психических состояний подростков имеет различия, связанные с социальными условиями развития. Семейная депривация приводит к определенной притупленности переживаний, «скованности» протекания психических состояний высокого и среднего уровня психической активности (радость, гнев, спокойствие, безразличие) и к большей погруженности в переживании состояний низкого уровня активности (утомление и грусть).

Список литературы

1. *Алексеевкова Е.Г.* Личность в условиях психической депривации: учеб. пособие для студентов вузов / Е.Г. Алексеевкова. – СПб.: Питер, 2009. – 96 с.
2. *Артищева Л.В.* Темпоральные особенности взаимосвязи образа психического состояния и когнитивных стилей личности: дис ... канд.психол.наук. / Л.В. Артищева. – Казань: Казанский (Приволжский) Федеральный Университет, 2014. – 249 с.
3. *Витошкина С.А.* Особенности эмоциональной сферы у детей-сирот / С.А. Витошкина // Современная зарубежная психология. – 2015. – №1. – С. 15-25.
4. *Михайлова Ю.А.* Развитие эмоциональной регуляции у воспитанников дома ребенка с рождения до 4 лет: дис ... канд.психол.наук. / Ю.А. Михайлова. – М.: Московский Государственный Университет им. Ломоносова, 2004. – 167с.
5. *Олифиренко Л.Я.* Социально-педагогическая поддержка детей группы риска: учеб.пособие для студ.выш. пед. учеб. Заведений / Л.Я. Олифиренко, Т.И. Шульга, И.Ф. Дементьева. – М.: Академия, 2004. – 256 с.
6. *Прохоров А.О.* Психология состояний Учеб. пособие. / А.О. Прохоров. – М.: Когито-Центр, 2011. – 624 с.
7. *Прохоров А.О.* Семантические пространства психических состояний / А.О. Прохоров – Дубна: «Феникс+», 2002. – 280 с.
8. *Савченко Д.Д.* Социальные отношения подростков-сирот с разным опытом жизни в семье / Д.Д. Савченко, Т.И. Шульга // Психологическая наука и образование. – 2017. – № 2. – С. 75-86.
9. *Хорошко Л.В.* Психолого-педагогические особенности детей, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа / Л.В. Хорошко // Современная наука: Актуальные проблемы теории и практики. – 2012. – № 2. – С. 408.
10. *Artishcheva L.V.* The Experience Of Mental States Of Adolescents Orphans // European Proceedings of Social and Behavioural Sciences EpSBS. – 2018. – Volume XLV (45) – p.p. 317-325

Автор: **Артищева Лира Владимировна**, кандидат психологических наук, доцент кафедры дефектологии и клинической психологии ИПО КФУ, ladylira2013@yandex.ru

ОБРАЗ «УТОМЛЕНИЯ» В ПЕРИОД ЭКЗАМЕНАЦИОННОЙ СЕССИИ У СТУДЕНТОВ С РАЗЛИЧНЫМ ОТНОШЕНИЕМ К БУДУЩЕМУ

REFLECTION OF FATIGUE DURING THE EXAM SESSION AMONG STUDENTS WITH DIFFERENT ATTITUDES TOWARDS THE FUTURE

Гафурова А.Т., Пахмутова М.А.

Gafurova A.T., Pakhmutova M.A.

Аннотация. Статья посвящена психологическим аспектам проблемы утомления студентов в период сессии. Целью исследования стало изучение образа психического состояния «утомления» у студентов с различным отношением к образу будущего. Диагностика образа утомления проводилась с помощью методики «Рельеф психического состояния личности». Отношение студентов к будущему изучалось посредством авторского блиц-опроса. В результате были выявлены два кластера испытуемых, в каждом из которых образ утомления имел определенную специфику. В заключении сделан вывод о том, что в период экзаменационной сессии необходима организация психологической работы со студентами, в том числе посредством анализа образа будущего.

Ключевые слова. Образ психического состояния, утомление, образ будущего, рельеф психического состояния, экзаменационная сессия, студенты.

Abstract. The article presents the psychological aspects of the problem of fatigue of students during the examination session. The purpose of the research is to analyze the mental state way of student's "fatigue" with different attitudes to the image of the future. The diagnostics of the way of fatigue is carried out in the technique of "Relief of the mental state of the person". The attitude of students to the future is studied with the help of the uniquely designed quick survey. It is reported that two clusters of examinees are identified. The image of fatigue has different characteristics for each of them. The results of the research guess us to conclude that it is necessary to organize psychological work with students during the examination session, as well as through the analysis of the way of the future.

Keywords. Image of mental state, fatigue, image of the future, relief of mental state, examination session, students.

Становление субъекта характеризуется чередованием возрастных и профессиональных кризисов [1]. Переживание кризисов сопровождается нарушением психического и физического состояния субъекта деятельности, что приводит к возникновению негативных психических состояний, в том числе и состояния утомления. Особенно часто утомление проявляется на этапе профессионального обучения, что связано с возрастанием нагрузок как физического, так и психологического характера. Многие авторы отмечают, что психологическая работа со студентом как субъектом учебной деятельности должна ориентироваться на все уровни интегральной личности, включая сферу образов и идеалов [2, 5].

В период обучения экзаменационная сессия становится одним из факторов высокой утомляемости студентов. Утомление можно изучать в двух аспектах: физиологическом и психологиче-