

научно-практической конференции для студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых и преподавателей вузов (Казань, 24–25 февраля 2022 г.) / сост. А.В. Климанова; под общ. ред. М.Г. Юсупова, А.В. Чернова. – Казань: Казанский университет, 2022. – Вып. 16. – С. 67–72.

Психология состояний: Учебное пособие / под ред. А.О. Прохорова. – М.: Когито-Центр, 2011. – 624 с.

GENERAL WAYS TO REGULATE STRESS AND MAINTAIN ACTIVITY BY STUDENTS DURING THE SESSION PERIOD

Bondarchuk O.A.

National University of Uzbekistan named after Mirzo-Ulugbek (Tashkent)

Abstract. This paper provides a factor analysis of ways to regulate stress and maintain activity in students during the session. Factors obtained from three groups of subjects were analyzed and compared with each other. During the study, both similar and distinctive factors for regulating stress and maintaining activity were found in female students aged 20–30 years old, students aged 21–27 years old and female students aged 33–47 years old.

Keywords: factor, methods of stress regulation, category, students.

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ОБ ОПАСНОСТИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Быховец Ю.В., Гриценко А.С.

Институт психологии РАН (г. Москва)

bykhovets@yandex.ru

Аннотация. Данная работа посвящена изучению особенностей социальных представлений об опасности у дошкольников. В исследовании принял участие 51 ребенок в возрасте от 4 до 7 лет. Использовалась авторская анкета по изучению представлений детей об опасности. Описаны особенности социальных представлений об опасности в дошкольном возрасте с учетом таких факторов как несформированность абстрактного мышления, стереотипность восприятия, способность к рефлексии собственного чувства страха.

Ключевые слова: представление об опасности, дошкольный возраст, страх, стереотипность восприятия, абстрактное мышление.

Проблема изучения социальных представлений об опасности у детей дошкольного возраста представляется важной с точки зрения понимания того,

насколько хорошо дети осведомлены о возможных угрозах. В процессе освоения мира ребенку часто необходимо напрямую с ним взаимодействовать через касания, запахи, вкусовые ощущения. Тем не менее, далеко не все опасное возможно потрогать или даже увидеть. В таких случаях важно правильно донести до ребенка содержание угрозы, исходящей от тех или иных вещей и явлений.

Цель настоящей работы заключается в определении социальных представлений об опасности у детей дошкольного возраста.

Согласно некоторым исследованиям, в целом, дошкольники имеют адекватное представление об опасности. Они приводят в качестве примера как объекты живой природы, так и созданные человеком. В меньшей степени детьми упоминается опасность, исходящая от человека (Николаева, 2011).

В соответствии с результатами зарубежных исследований, направленных на изучение «concept of danger» («представление об опасности»), значимость опасности для человека возрастает по мере взросления. В работе британских психологов Р. Хилла, В. Льюис и Дж. Данбара исследовалось понимание детьми опасности с помощью сортировки предъявляемых ситуаций на опасные и безопасные. Не только дети дошкольного возраста, но и относительно большое количество детей более старшей возрастной категории в меньшей степени, чем взрослые, демонстрировали значимость опасности. Такая закономерность действует при условии, что ребенку не давались подсказки относительно наличия опасности. При условии, что ребенка предупреждают, чувствительность к опасной ситуации в некоторой степени возрастает. Дети всех возрастных групп от 5 до 10 лет оказываются способными к пониманию опасности, однако, к 7–8 годам степень осознанности возрастает. Понимание детьми опасности связано также и с тем, насколько сложно преподносится ситуация. Наличие в описании опасной ситуации нерелевантных признаков усложняет понимание определенных аспектов опасности. Кроме того, дети, имеющие реальный опыт, связанный с участием в определенных ситуациях, лучше способны классифицировать их как опасные или безопасные. Понимание опасности и значимость опасной ситуации не связано с полом ребенка или уровнем образования родителей (Hill et al., 2000).

Более ранние исследования показывают, что восприимчивость к опасности развита лучше у детей из семей с высоким социально-экономическим статусом. Результаты исследования Р. Грива и А. Уильямс показали отсутствие прямой взаимосвязи между частотой несчастных случаев и способностью воспринимать опасность (Grieve, Williams, 1985).

Методика. В исследовании участвовал 51 ребенок-дошкольник в возрасте от 4 до 7 лет (средний возраст – 5 лет) без диагностированных психиче-

ских заболеваний и отклонений в развитии: 22 мальчика и 29 девочек. Исследование проводилось в ФГБДОУ «Детский сад № 2243», г. Москва, подготовительная группа дошкольного образования на базе «Соседского центра» д. Сапроново, ФГБДОУ «Центр развития ребенка – детский сад «Центр реабилитации» УД ПРФ.

Использовалась авторская анкета по изучению представлений детей об опасности, включающая следующие вопросы: Что такое опасность? Можешь привести пример, что опасно? Как думаешь, электричество опасно? А почему опасно? Откуда ты это знаешь? Как ты думаешь, вирусы опасны? Почему? Откуда ты это знаешь? Ты сам чего-нибудь боишься?

Результаты.

Исходя из полученных данных, нами были выделены **4 категории ответов: «Определение опасности», «Причины опасности», «Модераторы информации об опасности» и «Собственные страхи».**

Первая категория ответов – «Определение опасности». Были выявлены несколько групп ответов, в зависимости от того, как дети определяли и описывали опасность: **1 группа - «конкретные примеры опасности»** (пожар, спички, зажигалки, бегать по дороге, огонь, динозавры и пр.) – 14 детей, **2 группа- «когда страшно»** («когда тебе страшно», «это когда кто-то испугался», «это то, что пугает», «когда человек что-то боится») – 8 детей, **3 группа «когда опасно»** («что-то опасное», «когда что-то опасно», «это то, что опасно») – 5 детей, **4 группа «нападение»** («когда на тебя кто-то нападает») – 4 ребенка, **5 группа «неожиданность»** («когда случается что-то непредвиденное», «когда может что-то случиться», «когда кто-то рискует») – 4 ребенка, **6 группа «спасение»** («когда людям нужно бежать», «когда надо защищаться», «это чтобы кто-то не пострадал») – 3 ребенка, **7 группа – не знаю** – 13 детей.

Наиболее многочисленные группы ответов – это конкретные примеры опасности и отсутствие ответа. Можно предположить, что в связи с тем, что опасность – это абстрактное понятие, детям 4–7 лет сложно передать свои знания этого понятия в виде определений, поэтому они обращаются к конкретному примеру опасностей. Эти данные могут свидетельствовать о том, что детям данной возрастной группы трудно перейти от конкретики к абстрактному определению понятия. Они размышляют в переменных реального мира, который они могут увидеть и пощупать, поэтому они используют для определения понятия опасность простые слова, значения которых им понятны.

16 % детей связывают опасность с чувством страха. Эти полученные данные интересны в связи с тем, что по данным наших ранних исследований, для

взрослых также чувство страха является самым частотным при определении опасности (Быховец, 2007; 2022). Получается, что чувство страха, связанное с базовой потребностью выжить, т.к. огораживает нас от опасностей, осознается детьми уже в дошкольном возрасте.

25 % детей затрудняются дать определение опасности, что может быть связано с низким уровнем развития абстрактного мышления, либо характеризовать контракт экспериментатора и ребенка как дистантный, с отсутствием необходимого для установления рабочего контакта уровня доверия.

В целом, большая часть детей была способна каким-либо образом охарактеризовать опасность, что соотносится с данными других исследований на тему понимания детьми опасности (Grieve, Williams, 1985; Hill et al., 2001).

Следующая категория – «Причины опасности» основана на ответах детей о том, почему электричество может быть опасно. Все ответы распределены нами по следующим группам: **1 группа «удар током»** («может ударить током», «может обжечь током», «от него током будет электрошок») – 29 человек, **2 группа «смерть»** («потому что может током убить», «можно дотронуться и умереть», «если ударит – тебе конец») – 10 детей, **3 группа ответов «опасность»** («нельзя засовывать туда пальцы», «там есть заряд», «опасно для детей», «потому что это очень опасно») – 5 детей, **4 группа ответов «боль»** («если ударит, будет больно», «может сильно ужалить») – 3 ребенка, **5 группа ответов «потеря сознания»** («можешь потерять сознание») – 2 ребенка, **6 группа ответов «видно кости»** («потому что в косточки превращаются», «тогда будет видно кости») – 2 ребенка и прочие единичные ответы («опасно, потому что может случиться пожар», «не знаю, почему»), **7 группа ответов «это не опасно»** – 2 ребенка.

Большинство детей описывали причину, по которой электричество может быть опасным, говоря о том, что при прикосновении может ударить током. Однако далеко не все смогли объяснить, что будет с человеком дальше, если это произойдет. Объяснением этому может стать предположение о том, что, являясь абстрактным понятием из области знаний, о которой дети дошкольного возраста практически не осведомлены, дети лишь номинально знают о его вреде, без понимания физики этого явления. Также эти ответы могут быть обусловлены теми объяснениями, которые ребенок наиболее часто слышит от взрослых при объяснении того, почему игры с электричеством опасны. В этой связи мы получили те стереотипы восприятия причины опасности электричества, которые у ребенка сформировались.

Дети, чьи ответы «пожар», «боль», «потеря сознания» и «смерть», были способны описать конкретные последствия опасности, которую несет в себе взаимодействие с электричеством. Всего один ребенок не смог назвать ни одной причины, по которой электричество считается опасным. Также 2 ребенка не посчитали электричество опасным.

Третья категория – «Модераторы информации об опасности», включает в себя ответы на вопрос о том, откуда ребенок узнал об опасности. Учитывались ответы на вопрос анкеты – «Откуда ты знаешь, что электричество опасно?» Были выделены следующие группы ответов: **1 группа – «сам знаю»** («сам знаю», «из головы», «просто знаю», «не знаю, откуда») – 19 детей, **2 группа – «семья»** («родители рассказали», «мама запрещала засовывать пальцы в розетку», «бабушка рассказала», «брат сказал») – 16 детей, **3 группа – «развлечение»** («из мультика», «из компьютерной игры») – 8 детей, **4 группа ответов «собственный опыт»** («услышал, как кошка ударилась током», «видел ток», «в доме выключали свет») – 5 детей, **5 группа «воспитатель/педагог»** («в садике рассказывали», «на уроке узнал») – 3 ребенка.

Таким образом, 37 % опрошенных детей указали, что сами знают об опасности электричества, что может быть связано эгоцентризмом ребенка в понимании мира, т.е. тенденции рассматривать до 7–8 лет внешний мир исключительно с позиции «я сам знаю». Однако, 63 % дошкольников все-таки указывали на конкретный источник своих знаний о мире (родитель, герой мультфильма, воспитатель) и это свидетельствует о том, что большая часть детей может преодолевать свой эгоцентризм и видеть объективную причинно-следственную связь происхождения своих знаний.

Четвертая категория, **«Собственные страхи»**, включает в себя информацию о том, чего боятся дети: **1 группа – ничего не боюсь** – 17 детей, **2 группа – страх темноты** – 9 детей, **3 группа – вымышленные существа** (монстры, призраки, гремлины, «красные глаза из страшилок») – 8 детей, **4 группа – страх высоты** – 6 детей, **5 группа – страх насекомых** – 5 детей, **6 группа – страх животных** (лошади, волки, тигры и бегемоты, кобра, собака) – 5 детей, **7 группа – страх вирусов** – 3 ребенка, **8 группа – страх явлений природы** – 2 ребенка, **9 группа – единичные ответы** (аттракционы, электричество) – человека

Треть ответов (33 %) пришлось на группу «отсутствие страха», что может быть связано с отсутствием близкого контакта с экспериментатором, т.к. разговор о собственных страхах – это очень личная тема, на которую готов не каждый ребенок. Тем не менее, остальные 67 % опрошенных смогли указать конкретную причину страха. Только 1 ребенок указал, что боится электричества,

т.е. мы видим в данном случае, что знания об опасности совпадают с его собственным переживанием страха данной угрозы. Точно такое же совпадение мы видим относительно страха вирусов – 3 ребенка считают, что вирусы опасны и боятся их.

Таким образом, полученные в исследовании данные показывают, что, во-первых, в дошкольном возрасте дети способны к осознанию своего страха при столкновении с опасными ситуациями. Однако, когнитивное осознание возможно только на уровне отдельных примеров, без понимания причинно-следственных связей явления. Во-вторых, социальные представления об опасности состоят из стереотипов восприятия явления, полученных детьми от взрослых (семья, героя мультфильмов и пр.). Во-вторых, при понимании опасности дети способны преодолевать свою эгоцентричность восприятия и указывать источники своих представлений об опасности. В-третьих, наблюдается расхождение примеров социальных представлений об опасности и тех источников страха, о которых сообщают дети. Т.е. то, чего боятся дети, не указывается ими в качестве примера опасности. Скорее всего, термин опасность искусственно сконструированный и объединяющий в себя те ситуации, о которых дети слышат от взрослых. Таким образом, мы видим феномен приписывания взрослыми/героями телепередач ситуации угрожающего статуса. Наиболее частыми страхами детей дошкольного возраста являются страх высоты и вымышленных существ.

Благодарность. Исследование выполнено в соответствии с Государственным заданием Минобрнауки РФ № 0138-2023-0005.

Литература

Быховец Ю.В. Представления о террористическом акте и переживание террористической угрозы жителями разных регионов РФ: автореф.дис... канд. психол. наук / Ю.В. Быховец. – М., 2007. – 24 с.

Быховец Ю.В. Эмпирическое исследование представлений о невидимых угрозах: вирусная угроза и террористические акты / Ю.В. Быховец // История, современность и перспективы развития психологии в системе Российской Академии наук: материалы Международной юбилейной научной конференции, посвященной 50-летию создания Института психологии РАН, 16–18 ноября 2022 г. Москва / отв. ред. Д.В. Ушаков, А.Л. Журавлев, А.В. Махнач и др. – М.: Институт психологии РАН, 2022. – 949 с. – С. 633–635.

Николаева Л.В. Представления об опасностях и типические особенности реагирования в ситуациях угрозы у детей старшего дошкольного возраста /

Л.В. Николаева // Вестник Череповецкого государственного университета. – 2011. – № 2. – С. 140–144;

Grieve R. Young children's perception of danger / R. Grieve, A. Williams // British Journal of Developmental Psychology. – 1985. – №. 3. – Pp. 385–392;

Hill R. Young children's concepts of danger / R. Hill, V. Lewis, G. Dunbar // British Journal of Developmental Psychology. – 2000. – №. 18. – Pp. 102–119.

FEATURES OF SOCIAL PERCEPTIONS OF DANGER IN PRESCHOOL CHILDREN

Bykhovets Yu.V., Gritsenko A.S.

Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences (Moscow)

Abstract. This work is devoted to the study of the peculiarities of social perceptions of danger in preschoolers. The study involved 51 children aged 4 to 7 years. The author's questionnaire was used to study children's perceptions of danger. The features of social perceptions of danger in preschool age are described, taking into account such factors as the lack of formation of abstract thinking, stereotypical perception, the ability to reflect one's own feelings of fear

Keywords: the idea of danger, preschool age, fear, stereotypical perception, abstract thinking.

ПРЕДИКТОРЫ ВЫГОРАНИЯ И СРЕДСТВА КУПИРОВАНИЯ НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ В РАБОТЕ ПРАКТИКУЮЩИХ ПСИХОЛОГОВ

Бычкова В.И.

Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова (г. Москва)

vbychkova23@gmail.com

Аннотация. В статье проанализированы профессиональные стандарты «психолог-консультант» и «психолог в образовании». Проведено профессионально-графическое исследование данных профессий с целью выявления предикторов выгорания практикующих психологов, обусловленных процессом работы. В результате исследования зафиксированы представления респондентов о предикторах выгорания и применяемые средства профилактики неблагоприятных функциональных состояний.

Ключевые слова: предикторы выгорания, профессиональный стандарт, средства саморегуляции, выгорание, функциональное состояние.