

ний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы: сб. ст. III Международной науч. конф. / отв. ред.: Б.С. Алишев, А.О. Прохоров. – Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2018. – С. 142–151.

Соколова Е.Т. Культурно-историческая и клиничко-психологическая перспектива исследования феноменов субъективной неопределенности. / Е.Т. Соколова // Вестник Московского Университета. Серия 14. – 2012. – № 2. – С. 37–48.

MENTAL STATES IN A SITUATION OF UNCERTAINTY ARISING IN THE PROFESSIONAL SPHERE AND IN THE PROCESS OF EDUCATION

Andriyashina A.D.

Kazan Federal University (Kazan)

Abstract. This work is devoted to the analysis the problem of mental states in situations of uncertainty arising in the sphere of human professional activity and in the process of education. The article reveals the phenomenological picture of subjective perception and experience of the situation of uncertainty by a person, manifested in a spectrum of mental states, feelings and emotions.

Keywords: mental state, uncertainty, phenomenological approach.

ИЗОТЕРАПИЯ В ПРОФИЛАКТИКЕ ИМПУЛЬСИВНОСТИ ДЕВИАНТНЫХ ПОДРОСТКОВ

Антилогова Л.Н., Рассудова Л.А., Шабышева Ю.Е.

Омский государственный педагогический университет (г. Омск)

antilogova@yandex.ru, la-Write@yandex.ru,

yshabysheva@mail.ru

Аннотация. В статье раскрываются особенности девиантного поведения подростков, причины его возникновения. Акцентируется внимание на импульсивности как характерологической черте личности, способствующей возникновению девиантности. Приводятся данные эмпирического исследования на начальном и итоговом этапе исследования.

В заключении отмечается, что профилактическая работа с использованием изотерапии побуждает подростков-девиантов к изменению своего поведения, снижению импульсивности, гармонизации отношений со сверстниками и взрослыми, и позволяет в меньшей степени прибегать к деструктивным действиям и поступкам.

Ключевые слова: девиантное поведение, девиантные подростки, импульсивность, саморегуляция, изотерапия.

Девиантное поведение подростков является предметом изучения специалистов разных отраслей знаний. Не снижающийся интерес к данной проблематике объясняется тем, что в современной школе число правонарушений разного рода не сокращается. Растет оно и в том числе в виртуальной среде. Отсюда различные специалисты в этой области: юристы, социологи, психологи, педагоги и др. стремятся изучить причины этого явления, а также предложить меры его профилактики. Одну из причин данного явления ученые связывают с особенностями подросткового возраста, отличающегося бурным развитием всех структур личности, когда выстраивается общая направленность поведения. Специфика развития психики подростка в этот период может являться источником формирования склонности к девиантному поведению. Одним из «пусковых крючков» девиантности подростков является высокий уровень импульсивности в сочетании с низким уровнем самоконтроля. В одной из работ зарубежных авторов R.F. Baumeister, D.M. Tice, M. Muraven подчеркивается, что люди, обладающие высоким самоконтролем, имеют больше хороших привычек, чем люди с низким самоконтролем. Они лучше противостоят импульсивным побуждениям и имеют более высокие академические успехи (Baumeister, 1998). Отдельные отечественные психологи также в ходе своих исследований приходят к этим выводам, трактуя импульсивность как неспособность личности контролировать свои порывы и желания. Импульсивность (лат. *impulses* – толчок, побуждение) является особенностью личности, проявляющейся в поведенческих реакциях человека. Кроме этого, импульсивность можно рассматривать и как характерологическую черту. В этом случае она «заключается в устойчивой склонности действовать по первому побуждению, под влиянием внешних обстоятельств или эмоций» (Ильин, 2012, с. 89).

Зарубежные ученые изучают импульсивность с позиций когнитивного подхода. Характеризуя данную черту личности, они отмечают такие ее особенности, как неспособность человеком обдумывать, планировать свои действия, поступки и предвидеть их последствия. Так, согласно J.L. Evenden, импульсивность охватывает обширный спектр действий, как правило, плохо спланированных, преждевременно выраженных, неоправданно рискованных или неприемлемых для конкретной ситуации и часто приводящих к нежелательным последствиям (Evenden, 1999).

В отечественной психологии к особенностям импульсивного поведения добавляется высокая скорость реагирования на внешнее воздействие, непосредственность реакций.

Е.П. Ильин выделяет такие виды импульсивности, как когнитивная (поспешность мышления при решении возникающих ситуаций) и поведенческая (поспешные действия без учета последствий). Последняя форма импульсивности часто предшествует формированию асоциального поведения, повышает риск агрессивного, суицидального и зависимого поведения (Ильин, 2009).

Осуществляя эмпирическое исследование, мы предположили, что подростки с разной склонностью к девиантному поведению, различаются по уровню импульсивности. В исследовании приняли участие 60 подростков-мальчиков, обучающихся в общеобразовательных школах города Омска, в возрасте от 14 до 16 лет. Проведению исследования предшествовало разделение выборки на две группы на основе экспертных оценок. В первую группу вошли подростки с нормативным поведением, во вторую – подростки с девиантным поведением (по 30 человек в каждой группе). Отнесение подростков к той или иной группе осуществлялась экспертами на основе следующих показателей: участие в конфликтах и драках со сверстниками, сквернословие, грубость, эмоциональная несдержанность, срывы уроков, высокий уровень отвлекаемости на уроках, совершение краж, вымогательство.

Для определения уровня импульсивности использовалась методика (BIS) С. Барратта в адаптации С.Н. Ениколопова и Т.И. Медведевой (Ениколопов, Медведева, 2015). Методика состоит из трех шкал: 1) «непланируемая импульсивность» (отражает ориентацию на настоящее и отсутствие представления о будущем), 2) «двигательная импульсивность» (характеризует действия человека под влиянием текущего момента), 3) «импульсивность внимания» (характеризует отвлекаемость, неустойчивость внимания). В целом эта методика дает возможность оценить уровень импульсивности человека относительно его когнитивной и поведенческой сфер.

Обратимся к результатам исследования, которые продемонстрировали следующую тенденцию: импульсивность возрастает от группы подростков с нормативным поведением к группе подростков со склонностью к девиантному поведению, что прослеживается по всем шкалам.

Проведенный статистический анализ на основе критерия t-Стьюдента показал достоверные различия в выраженности импульсивности. Так, по шкале «непланируемая импульсивность» были выявлены различия между первой (нормотипичные подростки) и второй (подростки-девианты) группами: $t = 2,563$

при $p \leq 0,01$. По шкале «двигательная импульсивность» обнаружены также различия между группами ($t = 4,623$ при $p \leq 0,001$). Схожая тенденция прослеживается и по шкалам «импульсивность невнимания» и «общий уровень импульсивности». Отметим при этом, что наибольшие различия обнаружены между группами по шкалам двигательной импульсивности и общей импульсивности поведения, то есть, подростки со склонностью к девиантному поведению демонстрируют и высокий уровень импульсивности, которая мешает самоконтролю поведения и выступает побудителем различного рода девиаций.

С целью профилактики как комплекса упреждающих мер социально-психологического характера, нейтрализующих воздействия негативных факторов социальной среды на личность, мы использовали метод изотерапии. Данный метод был также направлен на снижение импульсивности, эмоциональной возбудимости, несдержанности подростков. Последним предлагалось выражать различные свои состояния на листе бумаги, создавая рисунки. Пользовалось успехом у подростков групповое исполнение рисунков, когда один начинал, а другие продолжали. Данная работа способствовала развитию взаимодействия подростков, снятию у них напряжения, скованности, преодолению боязни, что у них ничего не получится. В ходе совместной работы складывались доверительные отношения с другими участниками, что усиливало терапевтический эффект.

Систематическое погружение в подобную работу с использованием средств изобразительного искусства позволяло проработать такие негативные состояния подростков, как агрессивность, враждебность, импульсивность, способствовало изменению их отношения к окружающим, преодолению каких-то болезненных проблем. Значительное место в профилактической программе занимали занятия, направленные на коррекцию эмоциональной сферы несовершеннолетних. Подросткам предлагалось нарисовать, например, свой самый счастливый день, где можно было выразить свои переживания и чувства. На групповых занятиях были использованы положительные моменты коммуникации подростков, позволяющие формировать у них позитивные социальные навыки.

Кроме этого, в процессе занятий исполнение рисунков сочеталось с прослушиванием музыки, которая, как известно, включает в себе мощный релаксирующий эффект. Ставились короткие музыкальные произведения из классического репертуара, при прослушивании которых у подростков возникали различные образы, чувства, которые затем отражались в рисунках.

Цель таких занятий – через ощущение музыки выразить и отобразить в рисунке возникающую гамму эмоций и переживаний, а также обрести душевное равновесие.

Завершение занятий сопровождалось беседой с подростками, где они делились своими впечатлениями и говорили о своем внутреннем состоянии. Проведение серии таких занятий с девиантными подростками в течение полугода позволило скорректировать некоторые их негативные склонности, а также снизить импульсивность. Число подростков-девиантов с высоким уровнем импульсивности снизилось и составило 15 человек (на начало эмпирического исследования – 20), а со средним уровнем увеличилось до 10 (вначале было 6), с низким уровнем практически осталось неизменным (было 4, стало 5). Незначительные изменения можно объяснить непродолжительностью реализации коррекционной программы, а также особенностью подросткового возраста, отличающегося эмоциональной возбудимостью, импульсивностью, непредсказуемостью действий и поступков. И все-таки произошедшие, хотя и незначительные изменения в уровне импульсивности подростков со склонностью к девиантному поведению является очень важным моментом, поскольку импульсивность, неуправляемость, отсутствие самоконтроля побуждают подростка совершать противоправные поступки и деструктивные действия. И в нашем случае снижение данного показателя можно рассматривать как эффективность профилактической программы с включением изотерапии.

Благодарность. Работа выполнена в рамках государственного задания на выполнение прикладной научно-исследовательской работы по теме «Арт-терапевтические средства профилактики девиантного поведения подростков» (Дополнительное соглашение Минпросвещения России и ФГБОУ ВО «ОмГПУ» №073-03-2023-018/5).

Литература

Ениколопов С.Н. Апробация русскоязычной версии методики «шкала импульсивности Барратта» (BIS-11). / С.Н. Ениколопов, Т.И. Медведева // Психология и право. – 2015. – Т. 5. – № 3. – С. 75–89.

Ильин Е.П. Психология воли. 2-е изд. / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 368 с.

Ильин Е.П. Психология риска. / Ильин Е.П. – СПб.: Питер, 2012. – 267 с.

Baumeister R.F. Self-Control as Limited Resource: Regulatory Depletion Patterns / R.F. Baumeister, D.M. Tice, M. Muraven // Journal of Personality and Social Psychology. – 1998. – Vol. 74. – № 3. – Pp. 774–789.

Evenden J.L. Varieties of impulsivity / J.L. Evenden // Psychopharmacology. – 1999. – Т. 146. – № 4. – P. 348–361.

ISOTHERAPY IN THE PREVENTION OF IMPULSIVITY OF DEVIANT ADOLESCENTS

Antilogova L.N., Rassudova L.A., Shabysheva Yu.E.

Omsk State Pedagogical University (Omsk)

Abstract. The article reveals the features of deviant behavior of adolescents, the causes of its occurrence. Attention is focused on impulsivity as a characterological trait of a person contributing to the emergence of deviance. The data of empirical research at the initial and final stages of the study are presented. In conclusion, it is noted that preventive work using isotherapy encourages deviant adolescents to change their behavior, reduce impulsivity, harmonize relationships with peers and adults, and to a lesser extent resort to destructive actions and deeds.

Keywords: deviant behavior, deviant adolescents, impulsivity, self-regulation, isotherapy.

ИЗУЧЕНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ КОПИНГ ЮМОРОМ И ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ СТУДЕНТОВ

Артемьева Т.В.

Казанский (Приволжский) федеральный университет (г. Казань)

Tatyana.Artemeva@kpfu.ru

Аннотация. В статье представлен анализ российских и зарубежных исследований, рассматривающих копинг юмором как эффективную стратегию преодоления стрессовых ситуаций в жизни человека. Предпринято эмпирическое исследование взаимосвязи копинг юмором и личностных особенностей студентов. Используются такие методы как 16-ти факторный личностный опросник Кеттелла (форма С) и Шкала совладания (копинга) юмором (разработана Р. Мартином и Лефкортом, адаптация Артемьевой Т.В.). В исследовании приняли участие 201 студент Казанского (Приволжского) федерального университета и «Новосибирского государственного педагогического университета» в возрасте 19–25 лет. Выявлено, что юноши чаще прибегали к юмору в стрессовых ситуациях, чем девушки. Использовать юмор в качестве эффективной стратегии в стрессовой ситуации более склонны активные, неординарные студенты, обладающие лидерскими качествами, уверенные в своих силах, с адекватной самооценкой, успешно реализующие межличностную коммуникацию. Проведенное исследование подтверждает необходимость дальнейшего изучения юмора в качестве эффективной стратегии совладания с трудностями в жизни, в критических жизненных ситуациях.