

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС

ISSN 2587-6031



Периодическое издание

Выпуск № 1

Казань, 2023

**МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ
РЕЦЕНЗИРУЕМЫЙ ЖУРНАЛ**

"ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС"

**Выпущено под редакцией
Научного объединения
«Вертикаль Знаний»**



РОССИЯ, КАЗАНЬ

2023 год

Основное заглавие: Образовательный процесс

Параллельное заглавие: The educational process

Языки издания: русский (основной), английский (дополнительный)

Учредитель периодического издания и издатель: Научное объединение «Вертикаль Знаний»

Место издания: г. Казань

Формат издания: электронный журнал в формате pdf

Периодичность выхода: 1 раз в месяц

ISSN: 2587-6031

Редколлегия выпуска:

1. Понарина Наталья Николаевна – д-р филос. наук, доцент, Армавирский государственный педагогический университет, г. Армавир.

2. Молчанова Елена Владимировна – канд. пед. наук, доцент, Кубанский государственный университет, филиал в г. Тихорецке.

3. Холина Ольга Ивановна – канд. социол. наук, доцент, Армавирский государственный педагогический университет, г. Армавир.

4. Сальников Алексей Викторович – канд. ист. наук, доцент, Армавирский социально-психологический институт.

5. Мишечкин Геннадий Валерьевич – канд. ист. наук, доцент, Донецкий национальный университет экономики и торговли имени Михаила Туган-Барановского, г. Донецк.

ISSN 2587-6031



9 772587 603004 >

ВЫХОДНЫЕ ДАННЫЕ ВЫПУСКА:

Образовательный процесс. – 2023. – № 1 (28).

Оглавление выпуска

**МЕЖДУНАРОДНОГО
НАУЧНОГО ЖУРНАЛА
«ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС»**

2023 год

Выпуск № 1

ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА

Стр. 5 Козинец П.А.

Психолого-педагогическое сопровождение детей из многодетных семей в образовательной организации

Стр. 10 Кулагина К.А.

Социально-педагогическая профилактика гаджет-зависимости у младших школьников

Стр. 16 Синельников В.М.

Воспитание толерантности у студентов к людям с ограниченными физическими возможностями

Стр. 23 Сперанская Н.С.

Предупреждение развития виртуальной аддикции у старших школьников

Стр. 28 Храпко А.М.

Психологическое и субъективное благополучие как предмет научного анализа в психологической науке

Стр. 33 Чабелец Е.Н., Новикова Д.В., Ткач М.И.

Социально-психологические факторы зависти

УДК-37:018

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ ИЗ МНОГОДЕТНЫХ СЕМЕЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

*Козинец Полина Алексеевна,
Научный руководитель: Зябрева Светлана Эдуардовна,
Горловский институт иностранных языков, г. Горловка*

Аннотация. В данной статье раскрыта актуальность комплексного сопровождения детей из многодетных семей, направленного на воспитание и социализации личности в социуме. Через реализацию предложенной нами программы мероприятий нам удалось создать благоприятные условия в учреждении образования для формирования у детей из многодетной семьи адекватного образа «Я», уверенности в себе, навыков социального поведения.

Abstract. This article reveals the relevance of comprehensive support for children from large families, aimed at the upbringing and socialization of the individual in society. Through the implementation of our proposed program of events, we managed to create favorable conditions in an educational institution for the formation of an adequate self-image, self-confidence, and social behavior skills in children from a large family.

Ключевые слова: многодетная семья, психолого-педагогическое сопровождение, программа воспитания и социализации.

Key words: large family, psychological and pedagogical support, education and socialization program.

Введение. Школа и семья – это общественные институты, которые стоят у истоков нашего будущего. По мнению педагога-классика В.А. Сухомлинского, в семье закладываются корни, «из которых вырастают потом и ветви, и цветы, и плоды. На моральном здоровье семье строится педагогическая мудрость школы» [1, с. 212].

Работа с семьей – одна из главных задач школы [2, с. 46], направленных на организацию психолого-педагогического, социального сопровождения ребенка, с целью оказания ему помощи и поддержки в образовании и развитии; создания психологически комфортных условий в семье. Только при условии взаимодействия семьи и школы возможно успешное решение задач воспитания личности.

Актуальность. Для того чтобы оказывать существенную и эффективную помощь и поддержку многодетной семье, направленную на формирование педагогической культуры родителей, предотвращение возникновения семейных проблем, выявление детей, находящихся в социальном опасном положении, необходимо организовать многогранную, планомерную психолого-педагогическую, социальную работу. Школа владеет значительным арсеналом средств, которые могут способствовать развитию отношений в семье, формированию в ней благоприятной атмосферы, нравственному обогащению опыта взаимодействия родителей и детей.

Теоретическая часть. В условиях реализации Государственных образовательных стандартов в Донецкой Народной Республике активно

внедряется в социально-психолого-педагогическую практику поддержка или сопровождение, предметом которых становится процесс совместного с ребенком определения его собственных интересов, целей, возможностей и путей преодоления препятствий (проблем), мешающих ему сохранить свое человеческое достоинство и самостоятельно достичь желаемых результатов в обучении, самовоспитании, общении, здоровом образе жизни и др. [3].

Отправной точкой в организации комплексной работы по психолого-педагогическому сопровождению ребенка являются аналитико-диагностические мероприятия, которые проводятся классным руководителем, социальным педагогом, педагогом-психологом, учителем-дефектологом и др. [4, с. 244].

В ходе реализации мероприятий диагностического этапа для изучения ребенка и семьи используются различные методы психолого-педагогической диагностики: наблюдение, беседа, тестирование, анкетирование, деловые игры, тренинги, материалы детского творчества, документы личного дела и др. Изучение уклада семьи позволяет ближе познакомиться с ребенком, понять стиль жизни семьи, взаимоотношения между домочадцами, их семейные ценности.

Основная часть. В Государственном общеобразовательном учреждении «Донецкая специальная школа-интернат № 19» (далее – Донецкая СШИ № 19) согласно социальному паспорту в образовательной организации обучается 91 ребенок с депривацией слуха, из них семь детей из многодетных семей – один глухой ребенок из семьи слышащих родителей, шестеро из семей глухих родителей. Это дети разного возраста от семи лет до пятнадцати, в основном из благополучных семей. Однако двое из них находятся в социально опасном положении. Это дети из многодетной неполной семьи, состоящей из матери и трех детей, двое из которых учатся в данном образовательном учреждении.

Семья находится в тяжелой жизненной ситуации, мать характеризуется асоциальным поведением (алкоголизм, моральная безответственность, жестокость по отношению к своим детям, приобщение к воровству, в основном дочери). Благодаря тесному сотрудничеству с Отделом по делам семьи и детства Куйбышевского района г. Донецка мать Ч.И.И. была в 2021 г. лишена родительских прав, в принудительном порядке направлена на лечение в психоневрологический диспансер, дети определены под опеку в школу-интернат.

В начале 2021-2022 учебного года с целью проектирования мероприятий Программы воспитания и социализации [5] в образовательной организации прошла диагностика, как личностных характеристик детей, так и воспитательного потенциала семьи (личностных характеристик родителей (социальный статус, уровень, образования, общая и психолого-педагогическая культура), психологического климата в семье (система и характеристика взаимоотношений между членами семьи, их совместной деятельности)), в частности многодетной.

Благодаря исследовательской работе педагогов выявлено следующее:

– родители одного ребенка из семьи слышащих (20% от общего числа детей из многодетных семей), зная о дефекте своего ребенка, глубоко переживают его неполноценность, проникаются к нему жалостью, но не могут установить коммуникацию с ним; ребенок чувствует постоянный дефицит в

удовлетворении потребности в общении со всеми членами семьи, что приводит к преобладанию отрицательных эмоций, раздражительности;

– глухие родители четырех детей (80% от общего числа детей из многодетных семей) адекватно приняли факт рождения глухого ребенка, ими установлен коммуникативный контакт с ребенком, обеспечены эмоциональная близость с ним и условия социализации;

– в 3-х семьях наблюдается чрезмерная опека со стороны родителей к самому младшему ребенку в семье (60% от общего числа детей из многодетных семей);

– двое глухих детей с нормой интеллекта из семей глухих родителей (40% от общего числа детей из многодетных семей) занимают более высокие позиции в межличностных отношениях со сверстниками в классе, обнаруживают высокий показатель стремления к лидерству;

– двое глухих детей с усложненной структурой дефекта (глухота и нарушение интеллекта) из семей глухих родителей, имеющих сходный диагноз (40% от общего числа детей из многодетных семей) занимают нейтральную позицию в классе;

– один глухой ребенок 1-го класса из семьи слышащих (20% от общего числа детей из многодетных семей) склонен к уединению, стеснителен, характеризуется крайне низким уровнем сформированности коммуникативного компонента, т.е. способности к межличностному общению; до поступления в школу нигде не обучался;

– двое глухих детей с усложненной структурой дефекта (глухота и нарушение интеллекта) (40% от общего числа детей из многодетных семей), в силу особенностей развития психических процессов, характеризуются недостаточностью эмоциональной чувствительности к психическим состояниям других лиц, недоразвитием эмпатии и, следовательно, беспомощностью в межличностных отношениях, неспособностью почувствовать душевное состояние другого человека, понять свое место в системе человеческих взаимоотношений.

Для выявления неблагоприятных психологических ситуаций в семье, скрытых семейных нарушений, влияющих на развитие ребенка, специалистами Донецкой СШИ № 19 отобраны диагностические методики, тестовые задания [6], которые были адаптированы, дифференцированы с учетом личностных характеристик ребенка, максимально визуализированы с учетом психофизических особенностей, возможностей глухих детей, их образовательных потребностей. Задания предлагались для обследуемых в письменной, схематичной форме с минимальным объяснением со стороны педагога в устно-дактильной и жестовой формах речи на слухо-зрительной основе.

Анализ полученных результатов позволил сделать следующие выводы:

1. Во всех многодетных семьях Донецкой СШИ № 19 в основном благоприятная семейная обстановка.

2. Один ребенок (20% от общего числа детей из многодетных семей) испытывает чувство неполноценности, одиночества и тревожность, как в семье, так и в школе. Родители не до конца принимают и понимают ребенка, его индивидуальность и интересы в силу отсутствия знаний основ сурдопедагогики и специальной психологии глухого ребенка и методов общения с ним.

3. Для одного ребенка (20% от общего числа детей из многодетных семей) характерны негативно окрашенные проявления, таких как агрессивность, властность.

4. Для двух детей (40% от общего числа детей из многодетных семей) характерен эгоцентризм.

5. Для всех испытуемых (100%) характерно чувство семейного благополучия и защищенности.

На основе результатов аналитико-диагностических исследований педагоги образовательной организации стала искать эффективные методы и приемы снижения уровня тревожности, агрессивности и других негативных эмоциональных состояний у детей, воспитывающихся в многодетных семьях, а также направленные на оптимизацию детско-родительских отношений в семье для гармоничного развития эмоционально-волевой и личностной сферы ребенка, для укрепления его эмоциональной связи с родителями.

Одной из эффективных форм психолого-педагогической работы с семьей является реализация Программы воспитания и социализации личности (далее – Программа), которая представляет собой систему мероприятий, направленных на коррекцию индивидуальных личностных качеств ребенка, его психических процессов и эмоционально-волевой сферы и поведения, а также на развитие его интересов и склонностей средствами психолого-педагогического воздействия. В разработке Программы принимали активное участие все педагоги школы-интерната – классные руководители, практический психолог, социальный педагог, учителя-дефектологи, учителя-предметники, воспитатели и администрация. Программа составлена с учетом умственных, слухо-речевых, эмоциональных, сенсорных, эстетических и социально-личностных особенностей глухих детей и их родителей.

На основании промежуточной диагностики, проведенной в декабре 2021 г., можно констатировать положительную динамику развития личности детей, воспитывающихся в многодетных семьях.

На начало учебного года в Донецкой СШИ № 19 было пять детей разного возраста из многодетных семей, на момент проведения промежуточной диагностики – пять, из них:

- у одного обучающегося 1-го класса отмечается снижение уровня тревожности, повышение самооценки, коммуникативная активность;
- у двух обучающихся происходит незначительное нивелирование агрессивных и эгоистических проявлений;
- все обучающиеся из многодетных семей активно участвуют в общественной жизни класса и школы;
- все обучающиеся посещают кружки по интересам.

Положительная динамика отмечается во взаимоотношениях родителей с детьми, в сплочении членов семьи, в гармонизации внутрисемейных отношений.

Отдельным разделом в Программе зафиксированы мероприятия с детьми, находящимися под опекой образовательной организации. Это дети из одной многодетной семьи: девочка 5-го класса и мальчик 9-го класса. В ходе реализации мероприятий Программы у этих детей наблюдается снижение уровня тревожности, повышение их познавательных интересов и успеваемости, развитие творческих способностей и навыков социально приемлемого

поведения, расширение ролевого репертуара, круга общения. Отмечен стабильный и высокий уровень эмоционального комфорта, позитивного отношения к образовательной организации, ее педагогам и другим работникам школы.

Выводы. Краткое обобщение педагогического опыта работы Донецкой специальной школы-интерната №19 по проблеме организации психолого-педагогического сопровождения детей из многодетных семей позволило сделать следующий вывод: семья и школа – партнеры и соратники в деле воспитания ребенка; ни школа без семьи, ни семья без школы не способны справиться со сложными задачами формирования личности ребенка; формирование личности ребенка, его социального поведения целиком и полностью зависит от детско-родительских отношений, стиля общения родителей и детей, типа семейного воспитания; методически грамотно организованное взаимодействие участников образовательного процесса (педагогов, обучающихся и их родителей) через реализацию мероприятий Программы воспитания и социализации личности позволило создать благоприятные условия в учреждении образования для формирования у детей из многодетной семьи адекватного образа «Я», уверенности в себе, навыков социального поведения.

Список использованных источников:

1. Слезкова Т.И. Извечная проблема: семья и школа / Т.И. Слезкова, О.И. Домашенко, Е.И. Щукина // Теория и практика образования в современном мире: Материалы II Международной научной конференции, Санкт-Петербург, 20–23 ноября 2012 года. – Санкт-Петербург: Реноме, 2012. – С. 210-212. – EDN VMRHGV.
2. Коноплева Е.А. Взаимодействие семьи и школы в современных условиях / Е.А. Коноплева // Образование в Кировской области. – 2014. – № 1 (29). – С. 46-48. – EDN VVUCGT.
3. Государственные образовательные стандарты начального общего образования обучающихся с ОВЗ, основного общего образования [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://vsoippo.at.ua/index/gosudarstvennye_obrazovatelnye_standarty/0-39
4. Бокова О.А. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся в образовательной среде: современные теоретические предпосылки исследования / О.А. Бокова, С.И. Тарахов // Мир науки, культуры, образования. – 2019. – № 5 (78). – С. 243-247. – DOI 10.24411/1991-5497-2019-00101. – EDN DPMUHF.
5. Программа воспитания и социализации ГОУ «Донецкая СШИ №19» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://pedlib.ru/Books/1/0221/1_0221-351.shtml
6. Варга А.Я. Методика диагностики родительского отношения (ОРО) / А.Я. Варга, В.В. Столин [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psylist.net/praktikum/>

УДК316.624:004-053.5

**СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА
ГАДЖЕТ-ЗАВИСИМОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

*Кулагина Карина Анатольевна,
Научный руководитель: Шабашёва Инна Викторовна,
Витебский государственный университет имени П.М. Машера, г. Витебск*

***Аннотация.** В данной статье рассмотрены определения и основные причины возникновения виртуальной аддикции у старшеклассников. Представлено исследование проявления виртуальной аддикции среди старших школьников. Исследование проявления виртуальной аддикции показало, что большинство старшеклассников находится на стадии увлеченности гаджетами и имеет склонность к ее возникновению.*

Автором дано описание четырех блоков программы «Реальность» по профилактике виртуальной аддикции для старших школьников в условиях УО «Полоцкая государственная гимназия №1 имени Ф. Скорины».

***Abstract.** This article discusses the definitions and main causes of virtual addiction in high school students. A study of the manifestation of virtual addiction among older students is presented. A study of the manifestation of virtual addiction showed that the majority of high school students are at the stage of enthusiasm for gadgets and have a tendency to develop it.*

The author gives a description of the four blocks of the «Reality» program for the prevention of virtual addiction for older students in the conditions of the educational institution «Polotsk State Gymnasium No. 1 named after F. Skorina».

***Ключевые слова:** гаджеты, гаджет-зависимость, зависимость от гаджетов, аддикция, мобильная зависимость, младшие школьники, профилактика, социально-педагогическая профилактика.*

***Key words:** gadgets, gadget addiction, gadget addiction, addiction, mobile addiction, younger students, prevention, socio-pedagogical prevention*

Введение. В настоящее время актуальность проблематики интернет-зависимости и зависимости от гаджетов не вызывает сомнения у специалистов самого разного профиля.

Зависимость от гаджетов (зависимость от смартфона, зависимость от мобильного телефона, проблемное использование мобильного телефона, компульсивное использование мобильного телефона и чрезмерное использование мобильного телефона) – это дезадаптивное поведение при использовании медиа, характеризующееся чрезмерным пристрастием к гаджетам, слабым контролем и нарушением повседневной деятельности [1, с. 67].

Современные дети и подростки в значительной степени зависят от гаджетов, таких как смартфоны, планшеты и мобильные телефоны. Эта технологическая зависимость может перерасти в чрезмерное увлечение, которое занимает много времени и отвлекает от важных занятий и обязательств [2, с. 276].

Актуальность. На мобильные телефоны в руках детей никто должного внимания не обращает, и мобильная зависимость, как угроза для здоровья, не

осознается обществом, только в редких случаях ее представителями. Мобильная зависимость – это боязнь живого общения и отсутствие в реальном мире того, что вызывает положительные эмоции. И ребенок пытается возместить такое отсутствие. Подростку может не хватать внимания в семье, или же, наоборот он пытается сбежать от чрезмерной опеки близких и родителей, скрыться от проблем, которых все больше и больше обрушивается на него в период его вступления во взрослую жизнь. Для детей и подростков звонки и SMS-сообщения по «мобильнику» являются показателем востребованности среди сверстников. В целом, эта зависимость – результат социальных перемен, произошедших в последнее время.

Теоретическая часть. Зависимость детей от гаджетов приобретает небывалые размеры и формы. По результатам практических исследований, психологи констатируют, что дети и подростки разучились жить без гаджетов [3, с. 35]. Привычка заполнять свое время мобильным телефоном, компьютером в любой форме, телевидением и др. повлияли на то, что подростки разучились быть с собой, общаться с собой. Необъятный поток информации, поступающий из самых разных совершенствующихся гаджетов, просто не оставляет времени и не дает выиграть в «конкурентной борьбе» самопознанию, самоанализу. Производители гаджетов всё больше изучают интересы детей и подростков, особенности их психологии, применяя самые разные способы, чтобы завлечь их своими устройствами и сервисами.

Гаджет-зависимость – это вид нехимической зависимости, связанной с чрезмерным увлечением электронными устройствами (планшет, смартфон и т.д.). Проблема гаджет-аддикции становится еще более актуальной из-за того, что в зависимость от электронных устройств очень часто попадают дети и подростки. Ведь раннее знакомство с технологиями и их чрезмерное использование связаны с поведенческими проблемами уже в детском и подростковом возрасте [4, с. 15].

«Аддикты имеют проблемы в эмоциональной сфере, понимании и принятии себя, самоактуализации, не умеют строить социальные отношения. Всеми перечисленными особенностями аддиктов обладают и индивиды, страдающие зависимостью от гаджетов» (цит. по [5, с. 78]).

Неумеренное, бесконтрольное пользование портативными электронными устройствами в детском возрасте приводит к негативным последствиям в психическом и физическом здоровье развивающейся личности.

Самое эффективное средство – это профилактика негативных явлений и зависимостей среди учащихся младшего школьного возраста. Профилактика будет тем более эффективной, чем раньше ее начать.

«Социально-педагогическая профилактика гаджет-зависимости – это система мер социального воспитания, направленных на создание оптимальной социальной ситуации развития детей и подростков и способствующих проявлению различных видов его активности» (цит. по [6, с. 34]).

Работа по профилактике гаджет-зависимости должна быть ориентирована на развитие здоровых, адекватных форм поведения, способствующих решению задач возраста, на помощь подростку в развитии коммуникативной компетентности, в выработке продуктивных моделей поведения, навыков уверенного поведения, бесконфликтного общения, культуры медиапотребления,

а также на повышение психолого-педагогической компетентности взрослых, расширение их знаний об опасностях и мерах по предупреждению аддиктивного поведения детей [7, с. 973].

Основная часть. Для определения наличия у учащихся младшего школьного возраста зависимости от гаджетов нами было проведено исследование на базе ГУО «Средняя школа № 46 г. Витебска имени И.Х. Баграмяна», которое проводилось с применением метода анкетирования. В нем принимали участие учащиеся в возрасте 9-10 лет в количестве 50 человек, и их родители в количестве 50 человек.

В ходе анкетирования было выявлено, что все учащиеся младшего школьного возраста знают, что такое «гаджет». В процессе заполнения анкет они называли гаджетами мобильные телефоны, планшеты, компьютеры. При этом 50% учащихся относятся к данному явлению положительно, 40% – нейтрально и 10% отрицательно (рисунок 1). Таким образом, мы можем сделать вывод, что гаджеты на сегодняшний день являются актуальным явлением среди учащихся младшего школьного возраста.

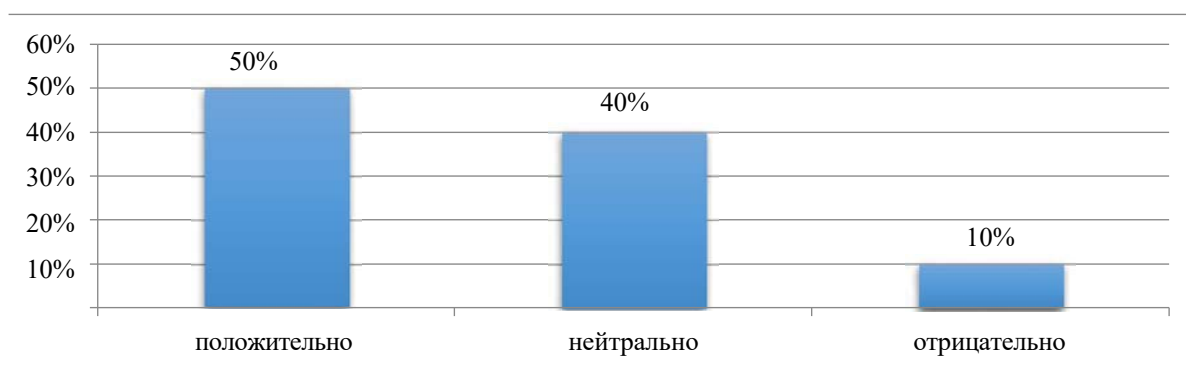


Рис. 1 Отношение учащихся к гаджетам

Далее 25% учащихся указали, что используют гаджеты (чаще всего смартфон) чаще 7 раз в день, 30% – не менее 3-6 раз в день, 30% учащихся используют гаджеты не реже 1-2 раза в день и лишь 15% отметили, что пользуются гаджетами не часто (несколько раз в неделю). При этом, в нашей выборке не выявлен ни один учащийся, который не пользовался бы гаджетами хотя бы изредка. Отсюда мы можем сделать вывод, что использование гаджетов (чаще всего смартфона) весьма распространено среди младших школьников.

При этом 40% учащихся чаще всего используют гаджеты для игр, 20% – для посещения социальных сетей, 20% учащихся при помощи электронных устройств снимают видео, еще 20% отметили, что гаджеты им нужны и для игр, и для селфи, и для посещения социальных сетей.

Все без исключения учащиеся нашей выборки отметили, что испытывают удовольствие в процессе использования гаджетов. Также 80% учащихся ответили, что слышали о печальных последствиях и потерях в жизни людей при использовании гаджетов (например, о гибели детей при попытке сделать селфи).

Далее мы выяснили, что учащиеся младшего школьного возраста легкомысленно относятся к проблеме влияния гаджетов на их отношения с окружающими людьми, так как 75% над этим вопросом никогда не задумывались. Также ни один из опрошенных учащихся не считает, что его

склонность к частому пользованию гаджетами является болезнью и не видит у себя каких-либо проблем, связанных с данным явлением современного цифрового мира. При этом, 50% учащихся отметили, что, наверное, используют электронные устройства слишком часто.

Характеризуя свое отношение к гаджетам 40% учащихся младшего школьного возраста назвали это «развлечением», 45% – «способом самовыражения», 15% – затруднились с ответом на данный вопрос. Из этого следует, что учащиеся нашей выборки не видят больших проблем в том, что они слишком часто проводят свое время, используя гаджеты.

При этом, все учащиеся ответили, что не одобряют замену реального общения на виртуальное, и совершенно не нервничают по причине невозможности пользоваться гаджетами.

Также 80% опрошенных учащихся младшего школьного возраста не считают «гаджет-зависимость» проблемой. Вызывает тревогу то, что 20% учащихся определили свою ценность в обществе количеством «лайков» на фото в социальных сетях. Данное явление является достаточно негативной тенденцией среди современных детей и подростков.

Мнения учащихся о причинах популярности гаджетов разделились следующим образом: 50% считают, что гаджеты популярны из-за появления социальных сетей; 30% из-за возможности поиграть в электронные игры в любое время; 20% считают, что это просто модно.

По мнению большинства учащихся (60%) гаджетами больше увлекаются мальчики. При этом 80% учащихся утверждают, что в школе они никогда гаджеты не используют.

Таким образом, по результатам анкетирования учащихся младшего школьного возраста мы можем сделать вывод, что достаточно значительная их часть достаточно часто используют электронные устройства для различных целей. При этом большой проблемы в данном занятии они не видят, а считают увлеченность гаджетами способом самовыражения и модным развлечением. Однако, они не хотели бы, чтобы виртуальное общение полностью вытеснило реальное и утверждают, что не стали бы рисковать своей жизнью, например, ради интересного фото. Также учащиеся не считают «гаджет-зависимость» болезнью, которой подвержено современное молодое поколение. Из всего этого мы можем судить, что использование гаджетов в целом занимает у младших школьников нашей выборки довольно большой сегмент жизни, на него тратится значительное количество времени.

Далее нами было проведено анкетирование родителей учащихся. Всего было опрошено 50 родителей. Анкета включала 15 вопросов, которые предполагали, как выбор варианта ответа из предложенных, так и возможность написать свой вариант.

Анкетирование показало, что родители знают о таком явлении, как гаджеты и считают его достаточно острой проблемой современной молодежи. Большинство родителей (90%) разрешают своему ребенку пользоваться гаджетами (от часа в день, до бесконтрольного использования). При этом, 70% родителей не довольны сложившейся ситуацией, так как считают, что чрезмерное использование гаджетов отрицательно влияет на психику их детей. При этом не все родители категорично относятся к электронным устройствам, как к современному социальному явлению. Так, 60% родителей отметили, что

относятся к использованию гаджетов достаточно нейтрально, 35% родителей относятся к данному явлению положительно, резко отрицательно к использованию гаджетов детьми младшего школьного возраста относятся лишь 10% родителей (рисунок 2). «Гаджет-зависимость» болезнью и проблемой считают лишь 40% родителей.

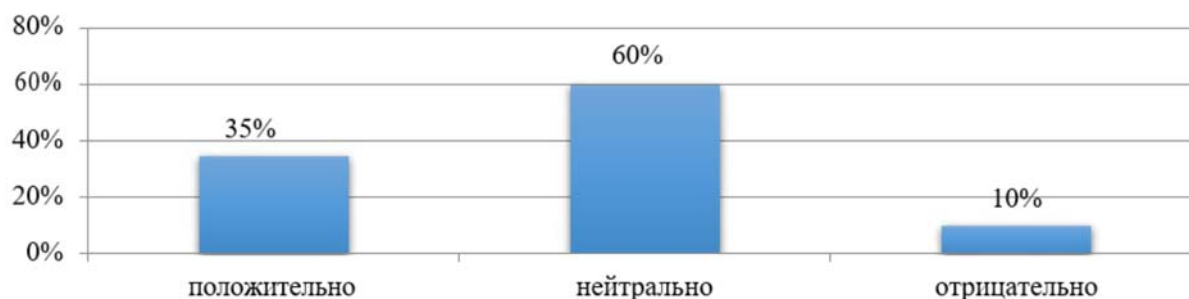


Рис. 2 Отношение родителей к использованию гаджетов детьми младшего школьного возраста

По мнению 80% родителей их дети слишком часто пользуются гаджетами (в частности, смартфонами).

Опрошенные родители считают, что нужно отгородить своих детей от «гаджет-зависимости» и хотели бы найти какое-то «универсальное лекарство» от данного явления. Респонденты считают, что девочки чаще страдают «селфи-манией», чем мальчики.

Также 50% родителей выразили обеспокоенность тем, что их дети больше времени отдают виртуальному, а не реальному общению. Время от времени у 90% опрошенных родителей случаются конфликты с детьми, касающиеся его времяпрепровождению в социальных сетях.

Таким образом, по результатам анкетирования родителей мы можем сделать вывод, что родители видят определенную проблему в увлеченности младших школьников гаджетами, у них периодически возникают конфликты с детьми на этой почве. Однако, родители, порой, сами поощряют нежелательное увлечение: покупают необходимые девайсы, не контролируют время нахождения ребенка в социальных сетях.

Выводы. В ходе проведенного исследования нами был выявлен ряд проблем, имеющих у младших школьников в связи с чрезмерным увлечением гаджетов:

- учащиеся слишком часто используют гаджеты в свое свободное время;
- учащиеся не видят проблемы в своем чрезмерном увлечении гаджетами и всеобщей моде на данное явление в молодежной среде;
- слишком много времени тратят на гаджеты, электронные игры, социальные сети;
- родители невольно поощряют «гаджет-манию» у своих детей.

Поэтому нами была разработана программа социально-педагогической профилактики гаджет-зависимости среди подростков «Дети и гаджеты».

Данная программа профилактики у учащихся «гаджет-зависимости» представляет собой целостную педагогическую систему, включающую цель,

задачи, принципы, содержание, методы и приемы образовательного процесса и органично вписывается в систему воспитательной работы школы. За счет выделения совокупности специальных педагогических условий, лежащих в основе содержания, форм, методов образовательного процесса, организации деятельности программа способствовала успешной профилактике «гаджет-зависимости» и формированию социально желательного поведения.

Список использованных источников:

1. Белоусова А.В. Профилактика гаджет - зависимости у детей / А.В. Белоусова // Социально-педагогическая деятельность в социуме: теория, практика, перспективы: Сборник научных трудов VI Международных социально-педагогических чтений им. Б.И. Лившица: в 2-х частях, Екатеринбург, 14 ноября 2014 года / Уральский государственный педагогический университет. Том Часть 2. – Екатеринбург: Уральский государственный педагогический университет, 2014. – С. 67-71. – EDN UKUKYZ.
2. Дудина Н.В. Гаджет-зависимость у детей младшего школьного возраста / Н.В. Дудина // Молодость. Интеллект. Инициатива: Материалы IV международной научно-практической конференции студентов и магистрантов, Витебск, 29 апреля 2016 года / И.М. Прищепа (главный редактор). – Витебск: Витебский государственный университет им. П.М. Машерова, 2016. – С. 275-276. – EDN VYGTTP.
3. Гаврилова Н.Л. Гаджет-зависимости у подростков как социально-педагогическая проблема / Н.Л. Гаврилова // Повышение качества профессиональной подготовки специалистов социальной и образовательной сфер: сборник научных статей. – Витебск: Витебский государственный университет им. П.М. Машерова, 2016. – С. 34-37. – EDN YOLHGR.
4. Бозаджиев В.Л. Гаджет-аддикции, их виды и психологические характеристики / В.Л. Бозаджиев // Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение. – 2021. – № 2-3(14-15). – С. 9-21. – DOI 10.24411/2409-4102-2021-102-302. – EDN OFVZVL.
5. Дубровина Л.А. Психолого-педагогический подход к пониманию селфимании отечественных и зарубежных учёных / Л.А. Дубровина, Л.И. Колесникова // Мир науки, культуры, образования. – 2016. – № 5(60). – С. 76-78. – EDN WXGUWV.
6. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодежи: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / З. В. Коробкина, В. А. Попов. – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 192 с.
7. Коптелова Н.И. Социально-педагогическая профилактика компьютерной зависимости у подростков в общеобразовательных учреждениях / Н.И. Коптелова, В.А. Попов // Молодой ученый. – 2015. – № 24(104). – С. 970-973. – EDN VDFTDN.

УДК 159.07

**ВОСПИТАНИЕ ТОЛЕРАНТНОСТИ У СТУДЕНТОВ К ЛЮДЯМ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ФИЗИЧЕСКИМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ**

*Синельников Виктор Максимович,
Научный руководитель: Москаленко Алина Сергеевна,
Донбасская аграрная академия, г. Макеевка*

***Аннотация.** В статье проанализированы понятия толерантность, выделены виды, уровни толерантности, обоснована потребность воспитания у будущего специалиста общей системы ценностей и толерантности в частности. Отмечено, что в учебно-воспитательном процессе следует уделять внимание толерантности как качеству личности, что предполагает переход от состояния терпимости другой позиции, мысли к ее пониманию и уважению. Предложено при проведении аудиторных занятий создавать проблемные ситуации и активнее привлекать студентов для обсуждения того или иного вопроса, проводить круглые столы, кураторские часы, формировать общее толерантное отношение во время проведения общеуниверситетских праздников в течение года, привлекать к волонтерской деятельности.*

***Abstract.** The article analyzes the concepts of tolerance, identifies types, levels of tolerance, substantiates the need to educate a future specialist in a general system of values and tolerance in particular. It is noted that in the educational process, attention should be paid to tolerance as a quality of the individual, which implies a transition from the state of tolerance of another position, thought to its understanding and respect. It is proposed to create problem situations during classroom sessions and more actively involve students in discussing a particular issue, hold round tables, curatorial hours, form a general tolerant attitude during university-wide holidays throughout the year, and involve them in volunteer activities.*

***Ключевые слова:** терпимость, толерантность, виды толерантности, уровни толерантность, воспитание толерантности, дискуссия, студент, специалист.*

***Key words:** tolerance, tolerance, types of tolerance, tolerance levels, education of tolerance, discussion, student, specialist.*

Введение. На современном этапе развития общества важной задачей высшего образования является воспитание специалиста, отличающегося толерантностью и терпимостью к разным мнениям, взглядам, убеждениям, беспристрастностью в отношении коллег, партнеров и событий, способного самостоятельно строить и собственную жизнь, и жизнь своей страны.

Актуальность. Воспитание толерантной личности – одна из важнейших общественных проблем. Как утверждает А.Г. Асмолов, мир стал столь

разнообразным и противоречивым, что конфликты становятся повседневными явлениями жизни, получают распространение миграционные процессы, связанные с получением образования, поиском лучшей жизни, а, следовательно, возросла взаимосвязь и взаимозависимость людей, социальных групп и обществ [1, с. 2]. Неблагоприятные социально-экономические и политические события порождают трудности взаимопонимания, на их почве происходит разрыв семейных отношений. Родители и дети, братья и сестры, соседи и знакомые очень часто становятся врагами.

Теоретическая часть. По словам С.А. Арефьева, проблема толерантности – одна из главных проблем и национального, и глобального порядка [2, с. 17]. Проблема настолько значима, что 16 ноября 1995 г. на XXVIII сессии Генеральной конференции государств-членов ЮНЕСКО была принята «Декларация принципов толерантности». В ней указано, что взаимотерпимость, толерантное отношение друг к другу, солидарность, диалог и взаимопонимание должны стать нормой поведения и действий всех людей без исключения, групп людей, политических партий, общественных организаций и движений, ведь толерантность является не только важным принципом, но и необходимым условием мира и социально-экономического развития людей [3, с. 215].

Зачастую толерантность трактуют как терпимость. Однако в отличие от «терпимости» (терпеть – не противодействовать, не жаловаться, безропотно переносить что-то неприятное), «толерантность» в современном понимании – готовность принимать поведение и убеждения, отличающиеся от собственных, даже если вы не согласны или не одобряете их [3, с. 215].

Нехватка опыта, культуры общения, незнание человеческих разногласий порождают интолерантность. Единственный способ противостоять этому – повышать культурно-образовательный уровень подрастающего поколения. Современное студенчество как будущая интеллектуальная элита страны может и должна стать активным проводником идей толерантности, гарантируя тем самым стабильное развитие общества.

Учитывая вышесказанное, важной задачей высшего образования является воспитание специалиста, который отличается, прежде всего, толерантностью и терпимостью к разным мнениям, взглядам и убеждениям, беспристрастностью в отношении коллег, партнеров и событий.

Анализ научной психолого-педагогической литературы позволяет утверждать, что, учитывая общественные процессы в государстве перспективными направлениями подготовки специалистов образовательной, социальной и других сфер, должно быть гармоничное сочетание профессионализма, научного мировоззрения и личностных свойств. Воспитание же толерантности в человеческих отношениях – стратегическая задача образования в XXI ст.

Прежде всего, рассмотрим трактовку понятия «толерантность». Толерантность как явление само по себе сложное и может анализироваться с многих позиций – социологической, философской, культурологической,

этнологической, политологической, психолого-педагогической и т.д. [3, с. 215]. В «Философском энциклопедическом словаре» отмечено, что толерантность – это доброжелательное, или, по крайней мере, сдержанное отношение к индивидуальным и групповым различиям (религиозных, этнических, культурных, цивилизационных).

В «Великом толковом словаре современного русского языка» толерантность трактуется как способность организма переносить неблагоприятное влияние каких-либо факторов; снисходительность, терпимость к чьим-то мнениям, взглядам, верованиям и т.д.

В «Большом энциклопедическом словаре» толерантность определена как терпимость к чужой мысли, верованиям, поведению. Терпимость означает уважение, принятие и правильное понимание богатого разнообразия культур нашего мира, форм самовыражения и способов проявлений человеческой индивидуальности.

Многие ученые утверждают, что толерантность можно трактовать в контексте таких понятий, таких, как: восприятие, понимание, признание, предполагающее способность видеть мир одновременно с двух взглядов – собственного и иного человека; видеть человека как носителя альтернативных ценностей, другой логики мышления, отличных форм поведения, а также осознания своего права отличаться от других людей.

Г. Оллпорт [4, с. 630] дал обобщенную и, по нашему мнению, более подробную характеристику толерантной личности: ориентация на себя (толерантный человек больше ориентирован на личностную независимость чем на принадлежность к внешним институтам и авторитетам); потребность в определенности (готов выслушать любой взгляд); способность к эмпатии; превосходство свободы, демократии; сформированные представления о самом себе (толерантный человек хорошо осведомлен о своих положительных и отрицательных качествах, не склонен во всех бедах обвинять других лиц); ответственность (не переводит ответственность на других); защищенность (ощущение безопасности и убежденность в возможности преодоления имеющихся проблем).

В то же время ученые выделяют следующие виды толерантности по социальным сферам: 1) гендерная (беспристрастное отношение к представителям другого пола); 2) возрастная (беспристрастность к «недостаткам» человека, связанным с его возрастом); 3) образовательная (имеет отношение к бытовой сфере и не связана с обсуждаемым вопросом, где уровень образования субъектов права – решающий фактор); 4) межнациональная (отношение к представителям разных наций, способность не переносить недостатки и действия отдельных представителей национальности на других людей); 5) расовая (отсутствие предубеждений к представителям другой расы); 6) религиозная (отношение к догматам разных конфессий, религиозности со стороны верующих и неверующих, представителей разных конфессиональных групп); 7) географическая (беспристрастность к жителям небольших или

провинциальных городов, сел и других регионов со стороны столичных жителей и наоборот); 8) межклассовая (терпимое отношение к представителям разных имущественных слоев); 9) физиологическая толерантность (отношение к больным, инвалидам, физически неполноценным, лиц с внешними недостатками и т. д.); 10) политическое (отношение к деятельности разных партий и объединений, высказываниям их членов и т.д.; 11) сексуально ориентированная (беспристрастность по отношению к лицам с нетрадиционной половой ориентацией); 12) маргинальная (отношение к людям без определенного места жительства, нищим, наркоманам, алкоголикам, заключенным и т. д.).

Одним из ответственных социальных институтов, способствующих формированию толерантной личности в современном обществе, есть высшие учебные заведения. Будущий специалист должен формировать и распространять общую систему ценностей и установок в любой общественной сфере, обеспечивающие единство всех членов общества и способствующие взаимному приспособлению людей друг к другу для построения гражданского общества.

Толерантность как особенность сознания, личностная черта не свойственна человеку генетически и может проявиться, если ее не воспитывать. Учитывая остроту этой проблемы, нужно формировать у будущего специалиста чувства уважения, принятия и правильного понимания многообразия культур нашего мира, форм самовыражения и способов проявления человеческой индивидуальности, которое предполагает терпимое отношение к другим национальностям, расам, цветам кожи, полу, возрасту, языку, религии, национальному происхождению и т.д.

Этический смысл проблемы толерантности сегодня заключается в том, что в ее основе лежит не просто терпимость как некая черта характера, а уважение к свободе другого. Такое понимание толерантности, по нашему мнению, позволит воспитать гуманного человека и специалиста, успешно интегрированного в систему общественно политических отношений.

Ценными для нашего исследования являются научные работы С.Л. Братченко, который выделяет четыре модели терпимости [5, с. 105]:

– безразличие к существованию разных взглядов (различные системы взглядов допускаются при условиях, которые не противоречат общечеловеческим нормам);

– уважение к другому, которого не понимаю и с которым не взаимодействую (равноправие культур и отсутствие привилегированных систем взглядов и убеждений);

– терпимость к взглядам и убеждениям других (выделение привилегий в системах взглядов и ценностей);

– расширение собственного опыта и критический диалог.

Опираясь на особенности толерантности как профессионального качества, С.Л. Братченко разработал модель толерантности социального педагога, состоящей из семи уровней, а именно [5, с. 110]:

- самопознание, содержащее идентификацию и рефлекссию, являющиеся нужным условием коррекции собственного поведения;
- терпение – отсутствие негативной реакции в конкретной ситуации;
- терпимость – способность подавлять в себе негативные проявления поведения, мысли, привычки;
- уважение – принятие другого, каким бы он ни был, его мыслей, образа жизни для выполнения профессиональных задач;
- эмпатия – наряду с уважением попытки стать на место другого человека;
- конструктивный диалог – способность взаимодействовать с любой личностью на основе толерантности к достижению определенной цели;
- экстернизация – способность сформировать у ребенка толерантное отношение к окружающему миру.

На основе вышеописанного, выделим следующие уровни проявления толерантности: безразличие к чужим взглядам и мнениям; терпимость как способность подавлять в себе негативные проявления относительно поведения, мнений, привычек других; уважение, то есть принятие другого, каким бы он ни был, его мнений, образа жизни; эмпатия и конструктивный диалог во взаимодействии с любой личностью на основе толерантности к достижению определенной цели. Самопознание, по нашему мнению, – нужное условие коррекции собственного поведения для проявления терпимости.

Основная часть. Нами было проведено эмпирическое исследование, целью которого было выяснение у студентов высшего образовательного учреждения, что такое толерантность и каковы ее черты.

На вопрос «Что такое толерантность?», 25% студентов ответили, что это терпимость; 56 % – вежливое и тактичное поведение; 19% – понимание и терпимость. Результаты исследования дают возможность утверждать, что целостной сущности понятия «толерантность» студентами не сформулировано. Следовательно, нужно донести до студентов, что толерантность предполагает переход от состояния терпимости к проявлению другой позиции, мысли, культуры к ее пониманию и уважению. Полноценная толерантность обязательно осознана, осмыслена и ответственна. Она не сводится к навыкам, стереотипным действиям, является ценностью, жизненной позицией, реализация которой в каждой конкретной ситуации имеет свой смысл и требует от субъекта поиска этого смысла и ответственного решения.

Следует также отметить, что 21% опрошенных ответили, что не могут терпеливо переносить трудности; 35,7% опрошенных не могут оставаться спокойными в тяжелых ситуациях.

На вопрос «Как вы реагируете, если приходится выслушивать критику в свой адрес?» 28,6% опрошенных ответили – не нравится; 14% – респондентов ответили, что воспринимают ее или нет, в зависимости от кого идет критика или от ситуации. На вопрос «Если друг Вас подвел, что вы будете делать?» 19% опрошенных ответили, что оплатят ему по случаю. На вопрос «Как вы считаете,

распространена ли у студентов нетерпимость по отношению к другим студентам», 25% ответили утвердительно.

Следовательно, результаты исследования свидетельствуют, что уровень сформированности толерантности у студентов имеет недостаточный уровень. Поскольку убеждения в наибольшей степени формируются в процессе дискуссии, следует привлекать студентов для обсуждения того или иного вопроса, во время проведения аудиторных занятий создавать проблемные ситуации, предлагая пути их решения на практических и семинарских занятиях.

При этом нужно учесть, что дискуссии нуждаются в тщательной, глубокой, продуманной подготовке и увлекательной форме проведения. Во время дискуссии нужно давать возможность самим студентам организовать дискуссию или доклад, что позволит им постепенно приобретать лидерские качества, отстаивать свою аргументированную позицию.

И.В. Гладкая предлагает «креативность как способ бытия в профессии» (цит. по [6, с. 131]). При помощи креативности можно усилить аргументацию и определяет условия ее использования:

- выразить свое мнение, прояснить, в чем состоит суть мнения выступающего («я считаю, что...»);
- привести причину появления этого мнения, то есть объяснить, на чем основываются доказательства поддержки этой позиции («потому что...»);
- привести факты, подтверждающие позицию;
- обобщить свое мнение, сделать вывод о необходимости предложенных Вами действий («следовательно (поэтому), я считаю...»).

Выстаивая аргументированную позицию, необходимо использовать мнение экспертов, статистические и научные данные, законы, другие вспомогательные материалы (вещественные доказательства, газетные статьи, мнения других учащихся, граждан и т.д.).

На основе работы С.А. Арефьевой [2, с. 15] выделим, на наш взгляд, актуальные критерии эффективной дискуссии:

- глубина обсуждения вопросов;
- высказывания разных, в том числе противоположных, мнений;
- культура дискутирования;
- подавляющее большинство участников принимает участие в обсуждении вопроса или проблемы (не менее 50%);
- важно преодолеть проблемы восприятия (см. подробнее: [7]).

Во внеаудиторной воспитательной работе целесообразно проводить круглые столы, кураторские часы, формировать общее толерантное отношение во время проведения общеуниверситетских праздников в течение года привлекать к волонтерской деятельности.

В процессе формирования толерантности у студенческой молодежи следует учитывать социальные, демографические и этнические процессы, а именно:

- появление студентов – вынужденных переселенцев;
- изменения социальной структуры общества, соотношение разных этнических и возрастных групп, продолжающееся социальное расслоение населения, маргинальное состояние студенческих слоев;
- рост этноцентрических настроений в студенческой среде, выражающихся в реальном функционировании многочисленных национальных студенческих обществ, в выдвижении требований от разных национальных групп, предъявление взаимных претензий представителями этнических групп.

Выводы. Таким образом, современное состояние развития человека и общества требует от специалиста не только определенных теоретических знаний, специальных умений, навыков и техник, но и системы ценностей, среди которых весомое место занимает толерантность. Поэтому следует добиваться того, чтобы всюду – в семье, учебной аудитории, там, где идет обмен идеями, мнениями, где происходит обучение и общение – толерантность стала нормой поведения и взаимоуважения.

Список использованных источников:

1. Асмолов А. Идеология толерантности: школа жизни с непохожими людьми / А. Асмолов // Образовательная политика. – 2011. – № 2(52). – С. 2-4. – EDN VZZJNL.
2. Арефьева С.А. Культура речи как показатель речевого развития личности / С.А. Арефьева, О.В. Арефьева // Альманах современной науки и образования. – 2013. – № 11(78). – С. 15-17. – EDN RFKJCL.
3. Кривцова Е.В. Теоретические подходы к анализу проблемы толерантности личности / Е.В. Кривцова, Л.М. Булдыгина // Новый взгляд. Международный научный вестник. – 2013. – № 2. – С. 213-222. – EDN RZGMYF.
4. Пономарев П.А. Формирование толерантной личности в условиях вуза / П.А. Пономарев, М.В. Летун, А. П. Пономарева // Молодой ученый. – 2016. – № 29(133). – С. 629-633. – EDN XIFFRB.
5. Братченко С.Л. Психологические основания исследования толерантности в образовании / С.Л. Братченко // Педагогика развития: ключевые компетентности и их становление: Материалы 9-й науч.-практ. конф., Красноярск, апр. 2002 г. – Красноярск: Краснояр. гос. ун-т, 2003. – С. 104-117.
6. Гладкая И.В. Становление понятия "профессиональная компетентность" в теории профессионального образования / И.В. Гладкая // Человек и образование. – 2011. – № 2(27). – С. 130-134. – EDN NWFFOZ.
7. Белинская Е.П. Проблема точности межличностного восприятия: современные концептуальные модели и эмпирические исследования / Е.П. Белинская, И.Д. Бронин // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2015. – № 1-1(61). – С. 109-113. – EDN TNKLUL.

УДК316.624:004.946-057.87

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ РАЗВИТИЯ ВИРТУАЛЬНОЙ
АДДИКЦИИ У СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

*Сперанская Надежда Сергеевна,
Научный руководитель: Шабашёва Инна Викторовна,
Витебский государственный университет имени П.М. Машерова, г. Витебск*

Аннотация. В данной статье рассмотрены определения и основные причины возникновения виртуальной аддикции у старшеклассников. Представлено исследование проявления виртуальной аддикции среди старших школьников. Исследование проявления виртуальной аддикции показало, что большинство старшеклассников находится на стадии увлеченности гаджетами и имеет склонность к ее возникновению. Автором дано описание четырех блоков программы «Реальность» по профилактике виртуальной аддикции для старших школьников в условиях УО «Полоцкая государственная гимназия №1 имени Ф. Скорины».

Abstract. This article discusses the definitions and main causes of virtual addiction in high school students. A study of the manifestation of virtual addiction among older students is presented. A study of the manifestation of virtual addiction showed that the majority of high school students are at the stage of enthusiasm for gadgets and have a tendency to develop it. The author gives a description of the four blocks of the «Reality» program for the prevention of virtual addiction for older students in the conditions of the educational institution «Polotsk State Gymnasium No. 1 named after F. Skorina».

Ключевые слова: аддикция, виртуальная аддикция, социально-педагогическая профилактика, старшие школьники, зависимость, профилактическая программа.

Key words: addiction, virtual addiction, socio-pedagogical prevention, older students, addiction, prevention program.

Введение. Интернет становится неотъемлемой частью жизни современного человека. Количество интернет-пользователей в мире за последние 10 лет увеличилось более чем вдвое – с 2,18 млрд на начало 2012 года до 4,95 млрд в начале 2022 года. Согласно данным статистики интернет-платформ, более 82,8% жителей Беларуси являются пользователями интернета. Около 50% трафика белорусов приходится на мессенджеры, более 40% – на социальные сети. Основная активность приходится на пользователей возрастной группы 15-35 лет [1].

Актуальность. Актуальность темы исследования состоит в том, что последние два десятилетия ознаменовались повсеместным распространением Интернета как в профессиональной, так и обыденной жизни десятков миллионов людей. Через Интернет делаются покупки, происходит общение, берется информация обо всех аспектах жизни, реализуются различные пристрастия и многое другое.

Теоретическая часть. Аддикция (англ. addiction – зависимость, пагубная привычка), в широком смысле, – ощущаемая человеком навязчивая потребность в определённой деятельности. В более узком смысле, это патологическое влечение к чему-либо, что увеличивает риск развития психических заболеваний или связано с персональными или социальными проблемами [2].

Виртуальная аддикция – нарушение поведения, заключающееся в стремлении к уходу от действительности посредством изменения психического состояния, осуществляемое с помощью создаваемой компьютером реальности. Предметом виртуальной зависимости являются не компьютеры и сеть, а сама виртуальная реальность, результат смещения цели в виртуальную реальность, ее полного слияния с жизнью и паразитического, пассивного в ней существования [3, с. 28].

Е.В. Васильева выделяет следующие основные причины возникновения виртуальной аддикции у молодых людей [4, с. 35]:

- отсутствие или недостаток общения и теплых эмоциональных отношений в семье: родители (или иные близкие родственники) не уделяют ребенку времени, необходимого для ежедневного выражения искреннего участия в его жизни, не интересуются состоянием душевного мира, мало спрашивают о его мыслях и чувствах, о том, что действительно волнует и тревожит, не слышат его;

- наличие в анамнезе ребенка различных проявлений резидуально-органического поражения ЦНС;

- отсутствие у ребенка серьезных увлечений, интересов, хобби, привязанностей, не связанных с компьютером;

- неумение школьника налаживать контакты с окружающими, отсутствие друзей;

- экзистенциальная пустота, духовный вакуум;

- «усредненность» школьника. В данном случае имеется в виду, что подросток не проявляет себя ни в учебе, ни в общении со сверстниками, не развивает свои сильные стороны. Если такое положение вещей не устраивает ребенка, он вполне может впасть в зависимость от использования компьютера, где он успешен, у него много друзей и т. д. Другими словами, в виртуальной реальности он может создать себе образ, противоположный реальному [4, с. 35].

Стремительное развитие социальных сетей, появление новых игр способствует тому, что среди школьников повышается количество людей, склонных к виртуальной аддикции. Это в свою очередь неблагоприятно сказывается как на физическом (нарушение зрения, осанки) и психологическом здоровье (снижается степень развития коммуникативных навыков, уровень притязаний и самооценки, способность к саморегуляции, нарушаются адаптационные и когнитивные способности и др.). Поэтому, остро встает вопрос, касающихся предупреждения формирования данной зависимости среди старших школьников.

В современной науке уделяется достаточно много внимания поиску оптимальных форм и методов социально-педагогической работы по

профилактике виртуальной аддикции [5, с. 43-44]. Особенно важно проводить данную работу со старшеклассниками, когда учащиеся уже способны отвечать за свои поступки и самостоятельно принимать решения, ориентируясь в т.ч. и на мнение педагога.

Работа по социально-педагогической профилактике виртуальной аддикции старшеклассников может вестись в следующих направлениях: своевременное выявление аддикции посредством проведения тестирования; информирование о последствиях, разработка групповых и индивидуальных программ, социокультурная адаптация; формирование жизненно необходимых коммуникативных навыков. Выделяют индивидуальные, подгрупповые и групповые формы работы. В качестве методов используют тренинги, ролевые игры, упражнения, дискуссии, обсуждения и др.

Основная часть. Для анализа опыта работы по социально-педагогической профилактике виртуальной аддикции старших школьников было проведено анкетирование педагогического персонала УО «Полоцкая государственная гимназия №1 имени Ф. Скорины». Нами была разработана анкета «Профилактика виртуальной аддикции», которая содержала 15 вопросов. Часть из них была направлена на определение отношения к данной проблеме со стороны участников исследования, оценку частоты пользования Интернетом самостоятельно, осведомленность в причинах виртуальной аддикции и способах ее профилактики; готовность к работе со школьниками в данном направлении.

В анкетировании приняло участие 46 педагогических работников, взаимодействующих со старшеклассниками. Из них: педагог-организатор – 1 человек; педагог-психолог – 2 человека; социальный педагог – 1 человек; учитель-предметник – 41 человек; заместитель директора по воспитательной работе 1 человек.

Проведенное исследование показало, что со стороны педагогов имеется заинтересованность в профилактике виртуальной аддикции. Они понимают, какие причины ее вызывают и как она проявляется. Имеют представления о том, какие методы и приемы являются эффективными в работе со старшеклассниками. При этом отмечается отсутствие готовности по работе в данном направлении из-за сомнений в своей компетенции. В целом, анализ деятельности УО «Полоцкая государственная гимназия №1 имени Ф. Скорины» позволяет сделать вывод о том, что данная проблема решается силами социально-педагогической и психологической службы учреждения. Проводятся различного рода мероприятия (тренинги, лекции, беседы, тематические классные часы). Много внимания уделяется задействию старших школьников в активной досуговой и спортивной деятельности, повышению уровня их коммуникативной компетенции.

С целью исследования проявления виртуальной аддикции среди старших школьников была проведена диагностика. В ней приняло участие 74 старшеклассника в возрасте 16-17 лет. Среди них: 30 девушек и 44 юноши. Было использовано 2 методики: «Способ скрининговой диагностики компьютерной зависимости (Юрьевой Л.Н., Больбот Т.Ю.)» и «Шкала Интернет-зависимости Чена» (шкала CIAS) в адаптации В.Л. Малыгина, К.А. Феклисова.

В первой методике респондентам предлагается 11 вопросов, которые необходимо оценить по шкале: никогда (1 балл), редко (2 балла), часто (3 балла), очень часто (4 балла). На основании полученных данных определяется степень виртуальной аддикции: нет риска развития виртуальной аддикции; стадия увлечения; первая стадия зависимости; вторая стадия зависимости.

Исследование проявления виртуальной аддикции показало, что большинство старшеклассников находится на стадии увлеченности гаджетами – 52%, при этом у 26% имеется риск компьютерной зависимости и у 9% зависимость уже сформирована. Только у 13% отмечается отсутствие риска зависимости.

Далее были обработаны данные по шкале Интернет-зависимости Чена. При диагностике испытуемым предлагалось 26 утверждений, которые нужно было оценить по следующей шкале: 1 балл – совсем не подходит; 2 балла – слабо подходит; 3 балла – частично подходит; 4 балла – полностью подходит.

Исследование по шкале Интернет-зависимости Чена показало примерно такие же результаты: минимальный риск виртуальной аддикции присущ 7%, склонность к ее возникновению характерна для 79% старшеклассников и выраженный риск имеется у 7%.

На основании проведенного исследования с учётом полученных результатов диагностики была разработана программа «Реальность» по профилактике виртуальной аддикции для старших школьников в условиях УО «Полоцкая государственная гимназия №1 имени Ф. Скорины» сроком реализации на 1 учебный год. Цель программы профилактики виртуальной аддикции: осуществление профилактической деятельности Интернет-зависимости посредством формирования коммуникативных навыков, умений контактного социального взаимодействия, повышения уровня самооценки и саморефлексии старших школьников.

Работа ведется по следующим направлениям: со старшими школьниками, с их законными представителями. Программа содержит четыре блока. Первый был нацелен на расширение представлений о влиянии интернет-зависимости на физическое и психическое состояние старших школьников. С этой целью применялись такие формы работы как лекции, тематические классные часы, диспуты, и информационные часы, памятки, сочинения-рассуждения.

Цель второго блока заключается в развитии коммуникативных умений и навыков, невербальных способов общения. С этой целью будет использоваться социально-психологический тренинг, содержащий 7 занятий, тематический классный час. Будет организована «территория свободного общения». Это мероприятие, на которое смогут приходиться старшеклассники и обсуждать под руководством социального педагога интересные для них темы. Так же на этом этапе планируется организация досугового мероприятия «Конкурс талантов».

Третий блок нацелен на формирование умения контролировать импульсивность, вспыльчивость и свое настроение, развитие навыков саморегуляции. Осуществляться это будет посредством социально-психологического тренинга (3 занятия), дискуссий на классных часах. На протяжении всего учебного года были организованы индивидуальные консультации для старшеклассников со стороны педагога-психолога.

Четвертый блок нацелен на повышение уровня осведомленности законных представителей старших школьников о виртуальной аддикции. С этой целью будут использованы такие формы работы как родительское собрание, размещение памяток на информационном сайте школы, проведение индивидуальных бесед и консультаций с законными представителями, дети которых имеют высокий риск интернет-зависимости.

Оценка эффективности программы ведется посредством анкетирования старших школьников, а также их законных представителей. В результате этого будут отслеживаться изменения, которые произойдут в поведении и ценностной сфере.

Завершится разработанная профилактическая программа «Реальность» выступлением с итоговым отчетом на педагогическом совете, в процессе которого будет представлена эффективность данного плана работы.

Таким образом, разработанная и внедрённая профилактическая программа показывает, что активное использование разнообразных форм и методов работы социально-психологической службы с семьей и старшеклассниками позволяет добиваться понимания и интереса у большинства родителей и детей к обсуждаемому материалу. При организации систематической и комплексной социально-педагогической поддержки семьи, дети становятся намного общительнее, эмоциональнее, их отношения со сверстниками и взрослыми улучшаются. За счет коллективных форм происходит сплочение коллектива старших школьников. Все это будет, в свою очередь, способствовать снижению риска развития виртуальной аддикции.

Список использованных источников:

1. Интернет-статистика и аудитория социальных сетей в Республике Беларусь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://iso.minsk.edu.by/main.aspx?guid=41163>
2. Свенцицкий А.Л. Краткий психологический словарь / А.Л. Свенцицкий. – Москва: Проспект, 2013. – 512 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785392086955.html>
3. Бердин Р.Д. Обзор актуальных научно-исследовательских направлений в вопросе изучения интернет-зависимого поведения / Р.Д. Бердин // СМАЛЬТА. – 2014. – № 6. – С. 27-29. – EDN TEDQEN.
4. Васильева Е.В. Компьютерная зависимость подростка как социально-педагогическая проблема / Е.В. Васильева // Психолого-педагогический журнал Гаудеамус. – 2016. – Т. 15, № 2. – С. 32-39. – EDN WFBIF.
5. Филатова Т.П. Особенности организации и проведения первичной психолого-педагогической профилактики компьютерной игровой аддикции среди подростков / Т.П. Филатова // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2015. – № 47. – С. 37-45. – EDN VBIREB.

УДК 159.9

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ И СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ КАК ПРЕДМЕТ НАУЧНОГО АНАЛИЗА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКЕ

*Храпко Анастасия Марковна,
Научный руководитель: Боязитова Ирина Валерьевна,
Горловский институт иностранных языков, г. Горловка*

Аннотация. В статье представлен обзор основных исследований благополучия личности, проведенных в рамках эвдемонистической и гедонистической парадигм. Подчеркивается, что в эвдемонистической парадигме предметом исследования является психологическое благополучие, в гедонистической парадигме – субъективное благополучие; дифференциация субъективного и психологического благополучия является достаточно условным, поскольку концепции благополучия имеют интегративный характер.

Abstract. The article presents an overview of the main studies of personal well-being conducted within the framework of the eudemonistic and hedonistic paradigms. It is emphasized that in the eudemonistic paradigm, the subject of research is psychological well-being, in the hedonistic paradigm – subjective well-being; differentiation of subjective and psychological well-being is rather conditional, since the concepts of well-being have an integrative character.

Ключевые слова: психологическое благополучие, субъективное благополучие, эвдемонистическая и гедонистическая парадигмы.

Key words: psychological well-being, subjective well-being, eudemonistic and hedonistic paradigms.

Введение. Стремление к благополучию является одной из основных движущих сил человека. Это стремление заставляет нас ставить цели и предпринимать действия для их достижения. Благополучие может быть определено различными способами и может включать в себя физическое здоровье, эмоциональное равновесие, финансовую стабильность, личные отношения и другие аспекты жизни. Достижение этих целей может привести к чувству удовлетворения и счастья, которое является важным компонентом благополучия.

Актуальность. Принимая во внимание сложность и многогранность психологического благополучия, а также полисемии терминологии, необходимо проанализировать различные взгляды на понимание этого феномена и его конструкторов. Изучением благополучия занимается большое количество исследователей в основных двух парадигмах: эвдемонистической и гедонистической.

Основная часть. В эвдемонистической парадигме понимания психологического благополучия можно выделить две группы. В первой группе теорий (Селигман М., Рифф К., Леонтьев Д.А., Ширяева А.С. и др.) психологическое благополучие рассматривается как совокупность психологических черт, которые обеспечивают личности высокий уровень качества взаимодействия с окружающим миром, благодаря чему возникает чувство удовлетворения собой и своей жизнью. Во второй группе теорий (Воронина А.В., Гранкина-Сазонова Н.В., Гуляева А.В., Идобаева А.А., Кряж И.В., Сердюк Л.С.) психологическое благополучие понимается как интегративная система качества личности, которая достигается за счет полноценного функционирования на всех уровнях жизнедеятельности: биологическом, индивидуально-психологическом, социальном, духовном.

В основе гедонистического подхода лежит идея того, что движущей силой человека является стремление к наслаждению. Близко по содержанию к понятию «психологическое благополучие» личности стоит понятие «удовлетворенность жизнью», которое в отдельных психологических исследованиях рассматривается как составляющая счастья, удовлетворенность трудом, удовлетворенность жизнью (см, например, [1]; [2]). Через понятия удовлетворенности жизнью подчеркивается близость понятий счастья, психологического и субъективного благополучия. Для осознания термина необходимо обратиться к таким понятиям: «субъективное» и «благополучие». В соответствии с семантическим анализом, под субъективным благополучием следует понимать состояние удовольствия, который определяется человеком как субъектом и связан с достижением необходимых благ и счастья, но не всегда совпадает с объективными условиями. К теории гедонистической направленности относят представление о благополучии Бредберна Н. и Динера Е. Бредберн Н. определил благополучия как субъективное ощущение общей удовлетворенности жизнью и счастья (по сути это является современным пониманием субъективного благополучия) [3, с. 122]. Ученый разработал структуру благополучия, которая состоит из двух видов аффекта – негативного и позитивного. Разница между позитивным и негативным аффектами является показателем благополучия, который отражает общее восприятие удовлетворенности или неудовлетворенности жизнью [3, с. 123]. На сегодня почти общепринятой является модель субъективного благополучия Динера Е. [4, с. 556]. Динер Е. ввел понятие субъективного благополучия и описал трехкомпонентную структуру субъективного благополучия, в которой все три компоненты являются относительно независимыми друг от друга: удовлетворенность жизнью, позитивные и негативные эмоции. В понятии «субъективное благополучие» подчеркивается, что внешние факторы действуют на переживание благополучия через субъективное восприятие, субъективную интерпретацию и субъективную оценку и обусловленные особенностями личности. Поскольку субъективное благополучие – бинарное понятие, то его смысл может быть понят только с учетом содержания каждой из составляющих,

то есть когнитивной и эмоциональной сторон самопринятия. Динер Е. рассматривает субъективное благополучие как часть психологического благополучия и отмечает, что для описания психологического благополучия является необходимостью вводить дополнительные характеристики, как это сделала Рифф К. [4, с. 556].

Понятие удовлетворенности и благополучия личности основываются на субъективном эмоционально окрашенном отношении к событиям. Внутренний комфорт, равновесие, удовлетворенность качеством жизни позволяют почувствовать себя счастливым, а это, в свою очередь, делает субъективное благополучие эмоционально-положительным. Коваленко А.Б. рассматривает психологическое благополучие как феномен, который выражает отношение человека к себе, а также процессов собственной жизни, которые являются значимыми для него и сопровождается субъективным ощущением удовлетворенности и счастья. Следует отметить, что вследствие неопределенности термина «счастье» некоторые психологи отказывались от его использования и заменяли термином «субъективное благополучие». Понятие субъективного благополучия выступает достаточно точным научным эквивалентом понятия «счастье», рассматриваемого в парадигме субъективного переживания [5, с. 45]. Бонивелл И. отмечает, что понятие «субъективное благополучие» используется в научной литературе как заменитель термина «счастье» [6, с. 88].

У большинства авторов нет согласия относительно операционализации понятий «субъективное благополучие» и «психологическое благополучие». Так, много ученых, среди которых Бахарева Н.К., Куликов Л.В., Пучкова Г.Л., Санько К.А., Соколова Н.В., Шамионов Г.М., рассматривают психологическое благополучие как часть субъективного благополучия. Согласно с утверждениями Созонтова А. Есть., Лебедевой А.А., субъективное благополучие является индикатором психологического благополучия [7, с. 108].

Фундаментальными исследованиями субъективного благополучия является работы исследователя Шамионова Г.М. Он описал собственную структурно-функциональную модель субъективного благополучия, где субъективное благополучие – это интегральное социально-психологическое образование, которое отражает определенный уровень внутренней экологии личности: представление о себе, свою жизнь, свои взаимоотношения. Уникальная система смысловых образований личности играет важную роль в формировании субъективного благополучия. Например, значимые события, наличие смыслов и ценностей обеспечивают чувство удовлетворенности жизнью и создают зону субъективного благополучия. Автор считает, что субъективное благополучие – это не переживание абсолютного счастья или удовлетворенности всего и всем, а состояние динамического равновесия, что достигается различными переживаниями удовлетворенности в различных сферах жизнедеятельности [8, с. 99].

Субъективное благополучие часто употребляется наряду с родственными понятиями, которыми являются понятия «счастье», «удовлетворенность жизнью». Однако Капрара Дж. и Сервон Д. отмечают, что отождествление благополучия и счастья является не столь универсальным, как кажется, поскольку для некоторых людей характерно выдвижение на первый план наличия цели, осмысление жизни, а не высокой самооценки или частого переживания счастья [9, с. 313]. Считаем, что наиболее полное определение субъективного благополучия сформулировано Шамионовым Г.М.. В его трактовке, субъективное благополучие отражает собственное отношение человека к себе и жизни, которое имеет значимость для личности с точки зрения усвоенных нормативных представлений о внешнее и внутреннее среду и которое характеризуется чувством удовлетворенности [8, с. 99]. В структуре субъективного благополучия традиционно выделяют два основных компонента: когнитивный и эмоциональный. К тому же субъективное благополучие человека отражает не столько удовлетворенность обстоятельствами жизни, сколько стабильные личностные характеристики.

В современной науке психологическое благополучие рассматривается не как стремление к всеобъемлющему счастью и удовлетворенности жизнью, а как «переживание определенных чувств по отношению к себе и своей жизни в конкретный период времени». Итак, психологическое благополучие является целостным субъективным переживанием, в основе которого лежит анализ собственного жизненного пути.

Выводы. Таким образом, в эвдемонистическом подходе психологическое благополучие рассматривается в зависимости от полноты реализации личностью собственного потенциала и связано со смысловой наполненностью жизни и процессом его проживания. В гедонистическом подходе психологическое благополучие рассматривается с позиции удовлетворенности – неудовлетворенности личности собственной жизнью и отражает преобладание положительной эмоциональной окраски над отрицательной. Нужно отметить, что в современной психологической науке разграничение понятий «субъективное благополучие» и «психологическое благополучие» является дискуссионным. Одни исследователи рассматривают субъективное благополучие как составляющую психологического благополучия, другие – психологическое благополучие как часть субъективного благополучия. В отдельных работах указанные понятия трактуются как синонимичные, но чаще эти понятия рассматриваются как взаимодополняющие показатели позитивного функционирования человека (см., например, [10]). Классификация подходов к проблеме благополучия позволяет выделить два его вида: психологическое благополучие, которое понимается через понятие «личностный потенциал», «положительные черты», «психологические ресурсы» (Райан Г., Рифф К., Леонтьев Д.А., Селигман М., Олефир В.А.), и субъективное благополучие, которое рассматривается в рамках понятий «счастье», «удовлетворенность жизнью» (Бредберн Н., Динер Е., Куликов Л.В., Шамионов Г.Г.). Оно включает

психологическое функционирование, а также когнитивные и эмоциональные аспекты благополучия [11, с. 690]. На наш взгляд, психологическое благополучие является комбинацией положительных аффективных состояний, таких, как счастье (гедонистическая парадигма) и функционирования с оптимальной эффективностью в индивидуальной и социальной жизни (эвдемонистическая парадигма). Дифференциации субъективного и психологического благополучия является достаточно условным, поскольку концепции благополучия имеют интегративный характер.

Список использованных источников:

1. Аргайл М. Влияние взаимоотношений на счастье и удовлетворенность / М. Аргайл // Психология семьи: хрестоматия / Ред. Д.Я. Райгородский. – Самара: Бахрах-М, 2007. – С. 384-400.
2. Ruggeri, Kai & Maguire, Áine & García Garzón, Eduardo & Huppert, Felicia. (2016). Looking through the wellbeing kaleidoscope: Results from the European Social Survey.
3. Bradburn N. The Structure of Psychological well-being / N. Bradburn. – Chicago: Aldine Pub. Co., 1969. – 320 p.
4. Diener E. Subjective well-being / E. Diener // Psychological Bulletin. – 1984. – № 95. – pp. 542-575.
5. Леонтьев Д.А. Тест изнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.
6. Бонивелл И. Ключи к благополучию. Что может позитивная психология. Пер. с англ. Маши Бабичевой. – М.: Время, 2009. – 192 с.
7. Созонтов А.Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического / А.Е. Созонтов // Вопросы психологии. – 2006. – № 4. – С. 105-114. – EDN QCBJLF.
8. Шамянов Р.М. Личность и ее становление в процессе социализации / Р.М. Шамянов. – Саратов: СГПИ, 2000. – 240 с.
9. Капра, Джан В. Психология личности / Дж. Капра, Д. Сервон; [Пер. с англ. В. Белоусов]. – М. [и др.]: Питер, 2003. – 638 с.
10. Грубьяк О.М. Психологическое благополучие современных мужчин и женщин периода ранней взрослости / О.М. Грубьяк // Психологічний часопис. – 2017. – № 1. – С. 198-207.
11. Tennant, Ruth & Joseph, Stephen & Stewart-Brown, Sarah. (2007). The Affectometer 2: A measure of positive mental health in UK populations. Quality of life research: an international journal of quality of life aspects of treatment, care and rehabilitation. 16. 687-95. 10.1007/s11136-006-9145-5.

УДК 179.8

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ЗАВИСТИ

*Чабелец Елена Николаевна,
Донбасская аграрная академия, г. Макеевка*

*Новикова Дарья Владимировна,
Донбасская аграрная академия, г. Макеевка*

*Ткач Марина Ивановна,
Донбасская аграрная академия, г. Макеевка*

Аннотация. В статье рассматривается понятие зависти, под которым понимается неотъемлемый элемент межличностных отношений, один из их сильнейших регуляторов. Представлены ее социально-психологические факторы, к которым относятся попытки восстановления принадлежности, цельности, нарциссического всемогущества, успех и богатство других, обида на судьбу, негативное отношение к другим людям, ревность, заниженная самооценка, неумение извлекать пользу из поражений и др.

Abstract. The article discusses the concept of envy, which is understood as an integral element of interpersonal relations, one of their strongest regulators. Its socio-psychological factors are presented, which include attempts to restore belonging, integrity, narcissistic omnipotence, success and wealth of others, resentment of fate, negative attitude towards other people, jealousy, low self-esteem, inability to benefit from defeats, etc.

Ключевые слова: зависть, межличностные отношения, ревность, заниженная самооценка.

Key words: envy, interpersonal relationships, jealousy, low self-esteem.

Введение. Зависть – неотъемлемый элемент межличностных отношений, один из их сильнейших регуляторов. В социально-психологической литературе имеется достаточно большое число исследований, как теоретических, так и эмпирических, посвящённых изучению детерминант зависти.

Актуальность. Зависть является одной из самых распространенных эмоций, которую испытывают люди. Она может иметь негативное влияние на наше психологическое и физическое здоровье, а также на наши отношения с окружающими. Изучение зависти может помочь нам понять ее причины, последствия и способы борьбы с ней. Это может привести к созданию более эффективных методов профилактики и лечения зависти, что в свою очередь может улучшить качество жизни людей.

Основная часть. При формировании зависти задействован ряд совместно действующих, усиливающих друг друга и взаимопроникающих психологических механизмов, среди которых Т.В. Бесковой выделяются генетически исходный механизм интериоризации; центральный (базовый)

механизм социального сравнения и встраиваемые в него механизмы категоризации и каузального заблуждения. Данные психологические механизмы, «накладываясь» на соответствующие разнопорядковые детерминанты, могут играть определяющую роль в формировании завистливого отношения субъекта к другим людям, превосходящим в чем-то субъекта зависти. Т.В. Бескова отмечает, что связи и отношения между психологическими механизмами формирования зависти и ее детерминантами характеризуются подвижной взаимосогласованностью и взаимообусловливанием. Как соответствующие условия и факторы могут запускать психологические механизмы, приводить к их разворачиванию, так и само действие психологических механизмов может выступать в качестве первопричины формирования благоприятных условий для взращивания зависти (см. источник целиком: [1]).

В некоторых случаях возникновение чувства зависти объясняют с помощью теории равновесия Ф. Хайдера, который считает, что человек может завидовать из-за вещи, принадлежащей другому, хотя прежде он сам никогда не испытывал потребности в ней и даже не думал о ней. То есть можно желать чего-то только потому, что оно есть у другого. Ф. Хайдер предположил, что существует так называемый мотив, желание одинаковой судьбы и равных результатов [2, с. 268].

Справедливость этой точки зрения подтвердили С. Френкиль и И. Шерик. Они вели наблюдение за детьми от 1 до 5 лет, обращая внимание на игру с другими детьми. Двое детей помещались в специально организованный манеж, где лежала интересная вещь. Авторы предполагали, что зависть выражается в желании ребенка испытать замеченную у соседа положительную эмоцию, вызванную обладанием определенным предметом. По результатам наблюдения, эта реакция появлялась в возрасте 1,5 лет, и проявлялась наиболее часто в 3 года. Годовалые дети проявляли интерес к предметам и забирали их, но, судя по всему, сосед при этом не играл никакой роли, так как агрессии не было и, следовательно, зависти тоже. Авторы предположили, что для возникновения чувства зависти необходимы следующие условия: должна существовать способность противопоставления «Я» и объекта; должно существовать представление о собственности; должна существовать способность представлять себе и предвидеть желаемое конечное состояние [2, с. 268].

Г.Х. Зайдлер разработал свою концепцию объяснения реакций зависти, согласно которой зависть возникает вместе с попыткой восстановления принадлежности, цельности, нарциссического всемогущества [3, с. 57].

Предмет зависти, прежде всего, переживается как существенный элемент индивидуальности, как особое аффективное качество или выражение самоопределенности объекта зависти. При этом объект зависти оказывается не просто примером для подражания, а обладателем того, чего не хватает самому завистнику, что якобы должно принадлежать ему по праву и позволит восстановить потерянное всемогущество. Таким образом, существенные элементы обязательных для себя ценностей и целей, необходимых для идеального отношения к себе, видятся завистником в качествах другого лица или приписываются ему, но при этом переживаются как часть себя и должны быть присвоены путем интроекции.

Другими словами, завидующий разрывается от субъективных противоречий. Он мог бы сказать, что он немного не в себе и отчасти вне себя, ведь то, что для него важнее всего – его индивидуальность, – находится у другого человека. Но он имеет полное право претендовать на индивидуальность и убрать со своего пути все – объект зависти, того, кому он завидует, – что отделяет его от его предмета зависти. Когда он снова сможет им, обладать, он снова будет хозяином в собственном доме и восстановит свой (всесильный) мир [2, с. 269].

Существуют теории, связывающие зависть с самооценкой и представляющие зависть как способ защиты самооценки и способ ее регуляции.

Первая гипотеза предполагает взаимосвязь зависти и самооценки. Однако причинно-следственная связь между самооценкой и завистью представляется puzzling и из-за этого остается не совсем ясной. Одни представляют зависть как причину трудностей с самооценкой, видят в зависти способ защиты самооценки. Наконец, зависть представляется как часть механизма регуляции самооценки или сопутствующее ему явление, в особенности как защита от занижения самооценки.

Вместе с тем ни один из этих подходов не затрагивает очевидное соотношение между переживанием зависти и самооценкой, которое заключается в том, что чувство зависти возникает в результате неудавшихся попыток регуляции самооценки. Защита от снижения самооценки постулируется исследователями как сама собой разумеющаяся функция зависти, поскольку понятие защиты используется в очень широком значении. Но зависть кажется скорее показателем бесполезности предпринятых усилий.

Неэффективность механизмов саморегуляции и как следствие возникновению чувства зависти более подвержены люди с незрелым, фрагментированным «Я», которые поддаются желанию найти его недостающие частички. Из-за недостаточно развитого «Я», их регулятивные механизмы также развиты слабо.

Таким образом, мы получаем ответ на поставленный ранее вопрос о том, почему не все завидуют всем и по каждому поводу. Зависть возникает только тогда, когда с помощью механизмов регуляции – путем установления ценности предмета зависти, дистанции от объекта зависти и значения предмета зависти для себя – не удается создать достаточное внутреннее равновесие. «Зависть – это чувство, возникающее при неудавшейся защите самооценки» (цит. по [2, с. 270]).

Детерминантами зависти, по мнению Ю.В. Щербатых, являются (перечисление выполнено на основе: [4, с. 122-124]):

1. Равенство. В основе зависти может быть стремление к равенству. Тогда человек считает (осознанно или подсознательно), что все люди равны и должны получать от жизни одинаково. Такие люди раздражаются и выказывают недовольство в случае успеха близкого человека, из своего окружения.

2. Справедливость. Зависть можно рассматривать как обостренное чувство справедливости. Девиз справедливых: «Все должно быть по заслугам!» или «Все в этой жизни должно быть честно!». Многие люди убеждены, что успех и почести должны приходиться именно справедливым путем. Они согласны принять

тот факт, что человек заработал большую сумму денег честным путем, работая без выходных и вкладывая много сил в работу. Волна возмущения поднимается, когда ту же самую крупную сумму выигрывает бомж в лотерею. С возрастом люди, взрастившие свою зависть из этого корня, часто выбирают себе амплу мучеников. Они страдают от чувства несправедливости, пытаются свалить вину на более успешного. Заставляя других ощущать себя виноватыми, они в своем воображении словно восстанавливают справедливость в мире.

3. Успех и богатство других. Некоторые люди могут перетерпеть умеренный успех окружающих, но излишнее (с их точки зрения) богатство – аморально. В этом случае мы имеем дело не столько с завистью, сколько с определенными этическими установками.

4. Обида на судьбу. Причиной зависти в этом случае выступает сильная вера во всемогущество судьбы и слабая вера в самого себя, в свои силы и возможности. Таких людей огорчает, что им везет меньше, чем другим людям. Вся вина перекладывается на внешние обстоятельства, из-за которых их жизнь не складывается так, как они хотели бы. А сами они не могут ничего сделать для улучшения своей жизни.

5. Негативное отношение к другим людям. Этот корень зависти произрастает из недоверия к людям. Можно предположить, что это итог воспитания, или последствие произошедших событий, травмирующего жизненного опыта, после чего человек затаил обиду на этот мир. Можно сказать, что от ненависти до зависти – один шаг.

6. Ревность. Ревность и зависть – родные сестры. Чувство зависти и ревности очень схожи между собой. Оба этих чувства вынуждают личность считать, что желаемое должно принадлежать только ей и больше никому. Единственным небольшим отличием друг от друга является предмет желаемого.

7. Заниженная самооценка. У таких людей зависть появляется из неверия в себя и свои силы. К тому же, они не оценивают себя по достоинству, считают себя хуже других. Хотя объективно может быть совсем наоборот. Можно сказать, что зависть таких людей – один из компонентов их комплекса неполноценности.

8. Неумение извлекать пользу из поражений. В этом случае люди не умеют выносить уроки, которые преподносит им жизнь. Все происходящие неудачи воспринимаются как трагедия. Их излишне серьезное и ответственное отношение к жизни играет с ними плохую шутку, и они в душе завидуют тем, кто живет легко и непринужденно.

Достаточно много написано о причинах, условиях, факторах зависти. Попытка обобщения и систематизации детерминант зависти была предпринята М.И. Розеновой [5, с. 965-967]. Она выделяет следующие факторы:

1. Ноль – фактор. Сегодня нельзя быть уверенным на 100%, что имеется материальное подтверждение зависти, какая – либо ее генная структура («ген зависти»). Но данная теория не исключается в силу не имеющих подтверждающих или опровергающих данных.

2. Первичный фактор. Сюда относится пренатальный и родовой опыт переживаний ребенка, и его взаимодействие с близкими и заботящимися людьми (мама, папа, бабушка). Важно учитывать в этот период наличие братьев и сестер,

так как внимание родителей (близких людей) будет уделяться всем детям и кому-то его достанется больше, а кому – то меньше. К примеру, известно, что матери интенсивнее заботятся о мальчиках, поэтому в случае рождения разнополых близнецов или двойняшек мальчику, возможно (хотя и не 100%-но гарантировано) будет доставаться чуть «больше мамы».

3. Вторичный фактор. Появляется в ходе развития и взросления ребенка, по мере увеличения его опыта взаимодействия с вещами и людьми. Важную роль играет приобретение опыта различных деприваций (например, не дали или отобрали желанную игрушку), соперничества (за внимание взрослого), соревновательности в процессе игры, отстаивание своих вещей или игрушек

4. Третичный фактор. Он проявляется в зоне паттернов поведения, наблюдаемых ребенком в его окружении и более масштабном контексте – наблюдаемой культуре. Этот фактор включает наблюдение и «впитывание» личности родителя и опыт взаимодействия с разными людьми. Если родитель по своим личностным особенностям не является завистливым человеком (не сравнивает себя с другими, не подчеркивает что у кого-то чего-то больше или лучше, не испытывает досады от благополучия или успеха других), обладает высокой стрессоустойчивостью, активностью и оптимизмом, не замкнут, доступен для общения, имеет положительные отношения с широким кругом окружающих (соседи, коллеги, знакомые, друзья), то опыт взаимодействия и наблюдения такого образца выступает для личности ребенка серьезным блокиратором потенциалов зависти [5, с. 967].

Если же, наоборот, человек находится в поле повышенной конкуренции (наличие в детстве сиблингов или просто недостатка внимания со стороны заботящихся о ребенке людей), и к этому плюсуется некоторые личностные особенности родителей (завистливость, доминирование сравнительных характеристик в оценке себя и других, частые разговоры про зависть и завистников, некоторая закрытость, недоверчивость, эгоцентризм внутреннего мира), то при такой атмосфере потенциалы зависти запускаются «в рост», хотя внешне могут маскироваться довольно удачно, поскольку ребенок усваивает социальное неодобрение зависти [5, с. 968].

Исследование личностных коррелятов завистливости, предпринятое К. Муздыбаевым, показало, что завистливые личности обладают следующими характеристиками: низким уровнем надежды на будущее; обостренным чувством неадекватности; низкой степенью самоуважения. Представленные характеристики определяются недостаточным контролем человека над обстоятельствами жизни. Также присутствует достаточно тесная связь завистливости с эгоистичностью и мстительностью личности. В соответствии с данными опроса, который был осуществлен К. Муздыбаевым, в объяснении причин завистливости респонденты часто ссылаются на неконтролируемые факторы, а именно: природа человека – 34,7 %; жизненные трудности – 22,8 %. На плохое воспитание сослались 18,3 % респондентов, на низкий уровень образования – 3,8 %, на особенности культуры – 1,2 % (рекомендуем ознакомиться с источником целиком: [6]).

Выводы. В современном обществе принято считать, что быть успешным, значит быть материально обеспеченным человеком. И желание в достижении успеха обычно бывает связано с возникновением чувства зависти к человеку либо к группе людей, которые имеют большие материальные блага. Выделяют такую категорию людей, которая, вне зависимости от величины своего материального достатка, испытывают зависть. Следовательно, эта категория людей неизменно испытывает чувство завистливости. То есть этими людьми руководит не конкретное желание обладать чем-либо, они руководствуются своим чувством неполноценности [7, с. 31]. Человек, который испытывает чувство завистливости, находится в постоянном поиске преимуществ, которых, как ему кажется, не хватает в его жизни. Чувство завистливости может подтолкнуть человека на то, чтобы причинить себе урон, если он не в состоянии причинить ущерб объекту зависти. Социальное неравенство на сегодняшний день является наиболее значимой причиной формирования зависти у людей. Многие специалисты отмечают, что сравнительно-оценочная деятельность во многом способствует формированию завистливого отношения человека. Современный человек осуществляет активное стремление к тому, чтобы быть успешным во всем.

Нами были рассмотрены различные факторы, которые могут быть основой для возникновения чувства зависти. К ним можно отнести: попытки восстановления принадлежности, цельности, нарциссического всемогущества (Г.Х. Зайдлер), успех и богатство других, обида на судьбу, негативное отношение к другим людям, ревность, заниженная самооценка, неумение извлекать пользу из поражений (Ю.В. Щербатых) и пр.

Список использованных источников:

1. Бескова Т.В. Особенности проявления зависти в межличностном взаимодействии субъектов / Т.В. Бескова // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. – 2010. – Т. 12, № 5-1. – С. 103-109. – EDN MSPTJB.
2. Бондаренко О.Р. Психологическое консультирование: зависть и психическое здоровье / О.Р. Бондаренко, У. Лукан // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. – 2008. – № 2. – С. 265-273. – EDN OGYGZJ.
3. Seidler G.H. Phänomenologische und psychodynamische Aspekte von Scham- und Neidaffekten / G.H. Seidler // Psyche. – 2001. – № 1. – S. 55-59.
4. Щербатых Ю.В. Семь смертных грехов или психология порока / Ю.В. Щербатых. – М.: АСТ, 2011. – 480 с.
5. Розенова М.И. Феноменология зависти / М.И. Розенова // Психология и психотехника. – 2013. – № 10(61). – С. 961-972. – EDN RIUPER.
6. Муздыбаев К. Психология зависти / К. Муздыбаев // Психологический журнал. – 1997. – № 6. – С. 93-110.
7. Розенова М.И. Проективные механизмы зависти / М.И. Розенова // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. – 2014. – № 1. – С. 30-40. – EDN QEFJOD.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС

Международный научный рецензируемый журнал

Выпуск № 1 / 2023

Подписано в печать 15.10.2023

Рабочая группа по выпуску журнала

Главный редактор: Барышов Д.А.

Верстка: Гольшева А.В.

Корректор: Хворостова О.Е.

Издано при поддержке

Научного объединения

«Вертикаль Знаний»

Россия, г. Казань

Научное объединение «Вертикаль Знаний» приглашает к сотрудничеству студентов, магистрантов, аспирантов, докторантов, а также других лиц, занимающихся научными исследованиями, опубликовать рукописи в электронном журнале **«Образовательный процесс»**.

Контакты:

Телефон: +7 965 585-93-56

E-mail: nauka@znanie-kzn.ru

Сайт: <https://znanie-kazan.ru/>

