

ПСИХОЛОГИЯ
XXI
СТОЛЕТИЯ
(Новиковские чтения)

Ярославль, 2022

Печатается по решению

Президиума Международной Академии Психологических Наук

Психология XXI столетия // Сб. по материалам ежегодного Конгресса «Психология XXI столетия» (Новиковские чтения) (Диостан, 6 – 8 мая 2022)/ Под ред. Козлова В.В. –Ярославль, ЯрГУ, ЯГПУ, МАПН, 2022 – с.

Состав организационного комитета Конгресса:

Председатель: Козлов В.В.

Члены Оргкомитета: Акопов А.В., Базаров Т.Ю., Берберян А.С., Журавлев А.Л., Знаков В.В., Карпов А.А., Кашапов С.М., Конева Е.В., Лазарянц О.В., Поваренков Ю.П., Семенов В.Е., Субботина Л.Ю., Турчин А.С.

Программный комитет: - Карпов А.В., Ключева Н.В., Козлов В.В., Мазилев В.А., Петренко В.Ф., Шадриков В.Д., Янчук В.А.

Ответственный редактор: Козлов В.В.

Редколлегия:

Мазилев В.А., Слепко Ю.Н., Субботина Л.Ю.

Техническая редакция: Галимова Р.

© Козлов В.В., 2022 г.

Оглавление

ПРЕДИСЛОВИЕ	6
ДАОССКАЯ ПАРАДИГМА В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ	9
<i>Аверьянова А.В.</i>	9
ФЕНОМЕН ДОВЕРИЯ, КАК ИРРАЦИОНАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКТОР В СТРУКТУРЕ МОДЕЛЕЙ СОВРЕМЕННОЙ МАКРОЭКОНОМИКИ	22
<i>Бевзенко И.А.</i>	22
ВЛИЯНИЕ СТИЛЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ НА ТРЕВОЖНОСТЬ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	28
<i>Белоглазова Т.С., Камакина О.Ю.</i>	28
ЛОГОС И ЛОТОС: МУЖСКОЙ И ЖЕНСКИЙ АСПЕКТЫ ТВОРЧЕСТВА	32
<i>Вагнер Е.Н.</i>	32
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СКУЛШУТИНГА	39
<i>Воронова Ю.В.</i>	39
ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ СТРАТЕГИЧЕСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ	41
<i>Власов Н.А.</i>	41
АКТУАЛЬНОСТЬ РАЗВИТИЯ ТЕЛЕСНОГО ИНТЕЛЕКТА	44
<i>Грац О. Ю.</i>	44
ОНЛАЙН ТРЕНИНГ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ СПОРТСМЕНОВ «ЗДОРОВЫЙ ЧЕМПИОН» КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ РОДИТЕЛЬСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ	51
<i>Зинова У.А., Бевзенко С.В.</i>	51
ПАРАДИГМАЛЬНЫЙ ПОДХОД В ИССЛЕДОВАНИИ ФЕНОМЕНА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ПЕДАГОГОВ	56
<i>Кириллова А. И.</i>	56
ПРОБЛЕМА КАРЬЕРНОГО ПОТЕНЦИАЛА МЕНЕДЖЕРА ПО ПРОДАЖАМ	66
<i>Козлов В.В., Теляковская И.Л.</i>	66
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УГРОЗЫ, РИСКИ, РЕСУРСЫ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ПЕДАГОГА	70
<i>Кольчугина Н.И., Шмелева Е.А., Кисляков П.А.</i>	70
ПСИХОЛОГИЯ ВНЕШНЕЙ И ВНУТРЕННЕЙ ЛИЧНОСТЕЙ КАК ЕДИНОГО ЦЕЛОГО	77
<i>Корнеевков С.С.</i>	77
МЕТОДЫ САМОРЕГУЛЯЦИИ В РАЗРЕШЕНИИ КОНФЛИКТОВ В ВОЛЕЙБОЛЬНОЙ КОМАНДЕ	81
<i>Латаева А.А., Веселкова Е.А.</i>	81
К ВОПРОСУ ИЗУЧЕНИЯ ОТНОШЕНИЯ К ЖИЗНИ И СКЛОННОСТИ К РИСКУ У ЖЕНЩИН, ЖЕРТ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ	87
<i>Матвеева Е. В., Пинегина Н. М.</i>	87
ПРЕДПОСЫЛКИ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ТРЕВОГИ И ЕЕ РАСПРОСТРАНЕНИЕ В ДЕТСКО- РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЯХ	91
<i>Махаева В.Ю.</i>	91

СУБЪЕКТНО-ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЙ ПОДХОД К ФОРМИРОВАНИЮ ИНФОРМАЦИОННО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ЛИЧНОСТИ	101
<i>Меерсон А.-Л. С.</i>	101
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ У СПОРТСМЕНОВ	108
<i>Назаров А.М.</i>	108
МЕТОД ПРОСТРАНСТВЕННОГО РАСШИРЕНИЯ И МЕДИТАТИВНЫЕ ПРАКТИКИ	115
<i>Наркевич А.В.</i>	115
ИСТОКИ МЕДИТАТИВНЫХ ПРАКТИК В ВОСТОЧНЫХ ТРАДИЦИЯХ ДАОСИЗМА	122
<i>Наркевич А.В.</i>	122
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНИК АРТ-ТЕРАПИИ В ПЕДАГОГИКЕ И ПСИХОКОРРЕЦИИ	127
<i>Останов Ш.Ш.</i>	127
ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ЛИЧНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ НА СОЦИАЛЬНЫЙ УСПЕХ	133
<i>Пономарь О.А.</i>	133
ФОРМИРОВАНИИ МАТЕМАТИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩИЕ ПРАКТИЧЕСКИЕ ПСИХОЛОГОВ	146
<i>Рустамов Ш.Ш.</i>	146
ВЛИЯНИЕ СТИЛЯ РОДИТЕЛЬСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА ФОРМИРОВАНИЕ СУИЦИДАЛЬНОЙ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ.....	153
<i>Сальцына А.М.</i>	153
ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ ЛИЦ БОМЖ, ПРЕПЯТСТВУЮЩИЕ ВЫСТРАИВАНИЮ КОНСТРУКТИВНЫХ ТИПОВ ПОВЕДЕНИЯ В ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ	165
<i>Санина М.В.</i>	165
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВОЛОНТЕРСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В «СЕРЕБРЯНОМ» ВОЗРАСТЕ	169
<i>Серова Е. А.</i>	169
ОНТОАРТ А. МЕНЕГЕТТИ КАК МЕТОД ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ	172
<i>Силанов О. А.</i>	172
ВЫРАЖЕНИЕ БЛАГОДАРНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ: ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ	180
<i>Синельникова Е. С.</i>	180
ВЗАИМОСВЯЗЬ «ПСИХИКА-МОЗГ» В ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ	184
<i>Смирнова И.Д.</i>	184
ПРОЯВЛЕНИЕ И РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ КОМПЕТЕНТНОСТИ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ	194
<i>Собирова Д. А.</i>	194
ЭМПАТИЯ КАК ФАКТОР СЕКСУАЛЬНОЙ ДЕВИАЦИИ СТУДЕНТОВ.....	199
<i>Соловьева Е. В.</i>	199
ПРОБЛЕМА МОТИВАЦИИ МЕНЕДЖЕРОВ И ФОРМЫ СОБСТВЕННОСТИ	203

<i>Теляковская И.Л.</i>	203
ОДИНОЧЕСТВО КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА	208
<i>Усманова М.Н.</i>	208
РЕФЛЕКСИЯ – ИНСТРУМЕНТ ДЛЯ ИНТЕГРАЦИИ РЕЗУЛЬТАТОВ ДЫХАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА	215
<i>Уткина Н.В.</i>	215
ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЖИЗНЕННЫХ СТРАТЕГИЙ ВЕРУЮЩИХ МУСУЛЬМАН	218
<i>Шадиярова Г.Б.</i>	218
ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ФЕНОМЕНОЛОГИИ ПСИХИЧЕСКОГО ОБРАЗА	223
<i>Шипицын Е.Ю.</i>	223
ПРИВЛЕЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В ПРОЦЕССЕ СОЗДАНИЯ СЕМЬИ.....	228
<i>Югай К.</i>	228
ТРАНСФОРМАЦИЯ МАЛЫХ ГРУПП	238
<i>Якимчук Д. Ю.</i>	238
КУЛЬТУРА ИНСТАГРАМА КАК ЗЕРКАЛО НАРЦИССИЗМА СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА	246
<i>Янсон Д.В.</i>	246

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ У СПОРТСМЕНОВ

*Назаров А.М.
г.Бухара, Узбекистан*

Аннотация: Данная статья дает представление о социально-психологических особенностях развития психологических защит у спортсменов.

Ключевые слова: психика, копинг, защитных механизмов психики, психологическая защита, конфликт, стресс, эмоционального напряжения.

Abstract: This article gives an idea of the socio-psychological features of the development of psychological defenses in athletes.

Key words: psyche, coping, defense mechanisms of the psyche, psychological defense, conflict, stress, emotional tension.

Совладающее поведение в его широком понимании является понятием, которое объединяет в себе все процессы психики, нацеленные на сохранение целостности человека в травмирующей психику ситуации. Известно, что совладание может быть неосознанным и осознанным. Неосознанное совладание осуществляется за счет защитных механизмов психики, а осознанное совладание – это копинг. Важно разделить два понятия, механизмы психологической защиты и копинг-стратегии. Для дальнейшей работы необходимо разграничить понятия защитных механизмов психики и копинг-стратегий.

Луева пишет о том, что большинство отечественных авторов наделяют основной функцией защиту – установление барьера между личностью и проблемой. В то время как термин «психологическая защита» относится именно к системе защитных механизмов, в которую входят конкретные способы и механизмы преодоления трудностей.

Очевидно что, в определениях отечественных авторов есть одинаковые элементы, благодаря которым можно составить определенную специфику. Так А.В. Котенева выделила следующие особенности психологических защит:

- 1) Всегда связаны с ситуацией конфликта.
- 2) Оказание помощи в разнообразных конфликтах при защите личности.
- 3) Предотвращение дезорганизации личности и сохранение ее изначальных представлений о мире (Котенева, 2013).

В науке мировой психологии постоянно привлекают внимание исследования по содержательной организации досуга молодежи, укреплению ее физического и психологического здоровья, подготовке к будущей жизни, достижению этого в средствах физического воспитания и спорта. В частности, определение факторов, влияющих на формирование механизмов психологической защиты у спортсменов. В психологии проводятся исследования по выявлению связи психологической защиты с индивидуальными особенностями, определению ее социально-психологических компонентов. В связи с этим особое внимание уделяется разработке научно обоснованных концепций по изучению проблем, связанных с развитием механизмов психологической защиты у спортсменов и их влиянием на социально-психологические особенности и эмоциональные состояния спортсменов.

Большое внимание уделяется исследованиям роли спорта в развитии, популяризации и преобразовании физической культуры и спорта в нашей стране, укреплению здоровья человека в условиях интенсификации окружающей среды, умственном и физическом развитии подрастающего поколения. Ведь “сегодняшняя мировая молодежь — это самое большое поколение в истории человечества по численности, потому что на их долю приходится 2 миллиарда человек. Завтра процветание нашей планеты зависит от того, каким человеком вырастут наши дети”. В связи с этим возникает необходимость дальнейшего углубления научных исследований по разработке тренировочных программ по адаптации к ситуации, Автопортрету,

вытеснению, мощным особенностям головы, разрешению конфликтных ситуаций, снятию эмоционального напряжения, выявлению особенностей, присущих типам экстравертной, интровертной личности, обеспечению устойчивости психологической защиты спортсменов.

Хотя зарубежными учеными было проведено несколько исследований по психологической защите, но прямое применение полученных ими результатов в местных условиях может не дать положительного эффекта. Существуют мнения зарубежных ученых о решении этой проблемы в научных исследованиях. З. Фрейд, А. Фрейд, А.Адлер, Э. Фромм, Г. Хорни, Г. Селе, Э. Берн, Ф. Перлз, Р. Плутчик, А. Лазарус, Г. Роджерс, А. Луэн, Д.Майерс, проведенных были сделаны в научных исследованиях замечания по психологической защите.

С учеными стран Содружества независимых государств С.Л.Рубинштейн, А.Ц.Пуни, Л.Р.Правдина, В.Л.Марищук, Е.П.Ильин, М.А.Котик, П.А.Рудик, Ю.Л.Ханин, И.П.Волков, Н.Б.Стамбулова, А.В.Алексеев, В.Ф.Сопов, Л.С.Выгоцкий, Д.А.Леонтьев, А.В.Петровский, Р.М.Загайнов, В.Н.Лебедев, А.М.Столяренко, В.Н.Томалинцев, В.И.Медведев, В.В.Андреев проблемы психологической защиты изучаются в современных исследованиях, проводимых по психологии спорта.

В нашей стране совершенствование молодежи в физической и психической гармонии, изучение эмоциональных состояний и разработка современных решений этой проблемы являются одним из актуальных вопросов психологии. Из узбекских ученых Е.Г. Газиева, Г.Б. Шоумарова, Ш. Р. Баратова, В.М. Каримова, А.М. Джаббарова, З.Т. Нишанова, Н.С. Сафоева, Д.Г. Мухамедова, Р.С. Самарова, З.Г. Гаппарова, М.Маматова, Р.А. Абдурасулова, Ф.Е. Газиева, Ю. Машарипова, З. Файзиева проведены исследования по изучению проявления психологической защиты у спортсменов.

Эмпирические основы изучения возможностей психологической защиты у спортсменов посвящена эмпирическому анализу исследуемой

проблемы, и раскрываются теоретико-методологические основы исследования, дается общее описание методик, используемых в исследовании, способ их проведения, анализ полученных результатов и корреляция, а также особое внимание уделяется вопросу выявления и коррекции факторов психологической защиты у спортсменов.

1-таблица

Проявление показателей психологической защиты по методике Р.Плутчик (n=495)

Факторы защиты		Сижиб чикариш	Регрессия	Ўрнини алмаштириш	Инкор этиш	Проекция	Компенса ция	Когнитив
Средний		37,13	55,05	53,94	49,88	28,99	50,08	39,88
Станд.ошибка		0,81	0,86	0,84	0,78	0,79	0,88	0,81
% о ости	Нижний уровень	35,54	32,81	52,29	48,35	27,45	37,70	53,94
	Высокий уровень	38,71	36,17	55,5	51,40	30,54	40,48	56,25

Из результатов, полученных по методике Плутчика, стало известно, что коэффициент "регрессии" (55,05) был самым высоким у спортсменов. На следующем месте лидируют факторы "замещение" (53,94), "компенсация" (50,08) и "отказ" (49,88). Самые низкие показатели соответствуют факторам "проекция" (28,99) и "сжатия" (37,13) (см. табл. 1).

2-таблица

Гендерные различия в проявлении факторов психологической защиты у студентов-спортсменов n=495

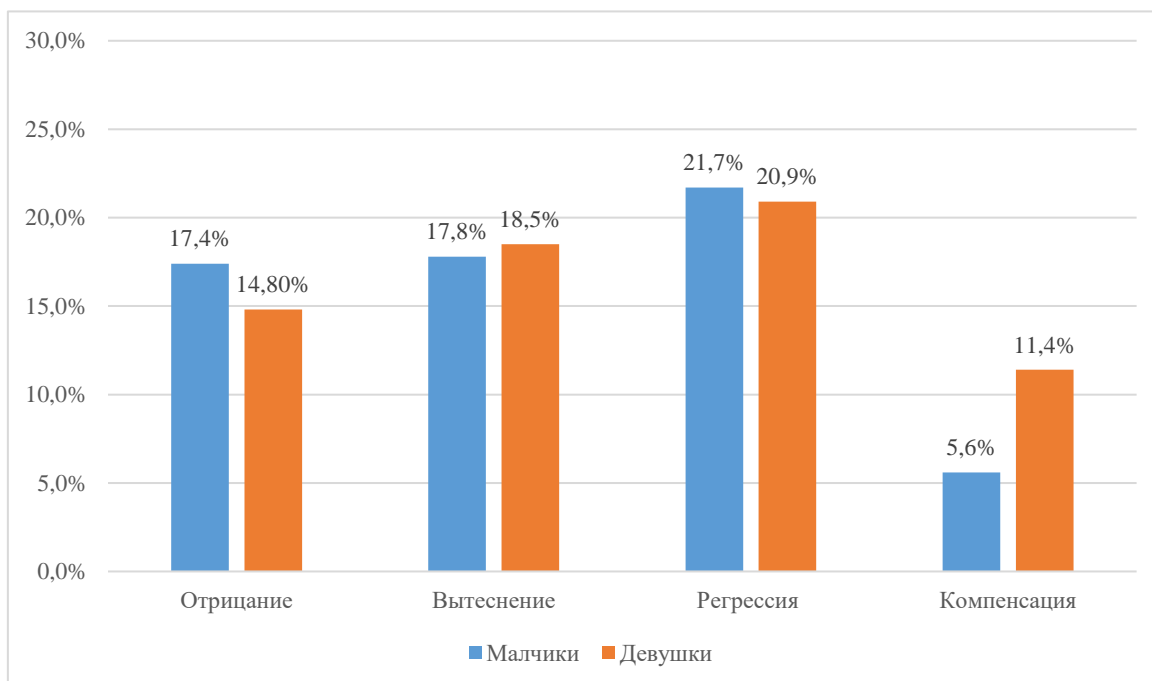
(Р.Плутчик)

	Факторы	Мальчики N=285	%	Девушки N=210	%
1	Отрицание	49	17,4	31	14,8
2	Вытеснение	51	17,8	39	18,5
3	Регрессия	62	21,7	44	20,9
4	Компенсация	16	5,6	24	11,4
5	Проекция	12	4,2	9	4,3
6	Замещение	59	20,7	35	16,6
7	Когнитивизм	16	5,6	11	5,2
8	Гиперкомпенсация	20	7	17	8,3
	Всего:	285	100	210	100

1-рисунок. Диаграмма проявления психологических защитных факторов у студентов-спортсменов по методике Р.Плутчика n=495.

Теперь перейдем к общей трактовке гендерных различий в показателях проявления психологической защиты у спортсменов. Прежде всего мы

обратились к фактору "регрессии". У ребят самый высокий показатель по этому фактору составил 62 (21,7%), то есть (см. 2 таблицу).



Выяснилось, что исследуемые спортсмены были агрессивны, эмоционально-эмоциональны, раздражительны, нетерпеливы и несколько безответственны по отношению к окружающим. Причина этого в том, что они постоянно находятся под психологическим давлением, иногда могут ошибаться с людьми в адекватной оценке их поведения в неожиданных, нетипичных ситуациях, ничего не видят в достижении поставленной цели, в реализации собственных планов. У девочек же этот показатель составил 44 (20,9%).

Следовательно, было определено, что спортсмены этой категории более гибки в плане веса и положения, чем ребята, а также ответственно подходят к каждому делу. Это, в свою очередь, свидетельствует о том, что девушки волевые, эмоционально устойчивые, толерантные по отношению к парням, а также ответственно подходят к каждому заданию (см. табл. 2). Следующим фактором является такая "Замещение", при которой 59 (20,7%) парней

испытывают депрессию, неустойчивость в отдельных случаях, неуверенность в собственной силе воли и психологически пессимистические состояния. Такое личностное отношение свидетельствует о том, что спортсмены не всегда социально активны и не всегда могут правильно и открыто выражать свои мысли. У девушек же этот показатель был несколько ниже, то есть 35 (16,6%). Так вот, такие споры обладают гораздо более активными и положительными характеристиками, чем парни. Это, в свою очередь, показывает, что они также являются важным фактором для их отношений в спорте и в личной жизни.

Следующим фактором стала "компенсация", по которой ребята составили 16 (5,6). Это показало, что они склонны к быстрому восприятию экстремальных ситуаций, анализу сложных ситуаций в отношении человека, развитию адекватных способностей и устранению недостатков. У девочек несколько более высокий результат по этому показателю был зафиксирован у 24 (11,4%). Эта категория характеризуется тем, что спортсмены склонны преодолевать недостатки, и в любом случае стремясь, они могут адекватно оценивать ситуации.

Следующим фактором, оценивающим психологическую защиту, была "проекция", 12 (4,2 %) процентов от общего числа опрошенных определили принадлежность к этому фактору. Этот психологический фактор предполагает отношения у парней со следующими психологическими характеристиками: быстро осознает неожиданные ситуации, установлено, что в отношениях человек дотошен, проницателен, влиятелен в процессе общения, правдив и справедлив. У девочек, однако, это проявилось в несколько иной внешности 9 (4,3%). Из этого видно, что у девочек иногда складывается впечатление, что они не всегда способны принять правильное решение в непсихологических ситуациях, а также признав правду и испытывая трудности с ее откровенным высказыванием.

Вывод. Установлено, что чем выше отрицательный фактор у спортсменов, тем больше компенсирующий фактор путем бессознательного устранения реальных и жизненных недостатков; установлено, что даже на

самом низком и высоком уровнях нормы тревожности относительно невысока, несмотря на сильно развитую демонстративную черту характера спортсмена; доказано, что когда у спортсменов высокий уровень психологической защиты, они имеют высокую самооценку в различных экстремальных ситуациях, благодаря способности правильно управлять своими эмоциями и поведением.

Литература

1. Назаров А.М. [Исследование отношения спортсменов к психологической защите](#). Психология илмий журнали. Выпуск №4, 2020 г. - С 51-57
2. Назаров А.М. [Спортчиларда психологик муҳофазани шакллантириш усуллари](#). Психология илмий журнали. Выпуск № 2, 2021 г. – С. 21-27.
3. Назаров А.М. [Формирование узбекского этноса](#) «Этносы развивающейся: России проблемы и перспективы» Материалы седьмой Всероссийской научно-практической конференции с международным участием.- Абакан, Выпуск № 4, 2014 г. С 94-98
4. Назаров А.М. [Kinds of temperament of human beings](#) Web of Scientist: International Scientific Research Journal. Выпуск № 1, 2022 г. С 321-324.
5. Назаров А.М. [The role of temperament in human behavior](#). Web of scientist: International scientific research journal. Выпуск № 5, 2021 г. – С. 60-74.

МЕТОД ПРОСТРАНСТВЕННОГО РАСШИРЕНИЯ И МЕДИТАТИВНЫЕ ПРАКТИКИ

Наркевич А.В.