

функциональные заболевания нервной системы, вызванные ошибкой основных нервных процессов – возбуждения и торможения. Причиной неврозов может являться тревожность, которая при определенном уровне может переходить в пограничное состояние и затем в невроз. Внимание, как и тревожность, имеет непосредственное отношение к деятельности человека. Чтобы оценить взаимосвязь внимания и тревожности, необходимо рассмотреть влияние уровня тревожности на свойства внимания.

После анализа результатов всех методик испытуемые были разделены на три группы: 1 группа – учащиеся с мобилизующим уровнем тревожности (35% – 10 учащихся); 2 группа – учащиеся с пограничным уровнем тревожности (46% – 13 учащихся); 3 группа – учащиеся с неврозом (19% – 5 учащихся). Изучив особенности внимания всех трех групп учащихся, мы выявили, что учащиеся с неврозом имеют низкий уровень концентрации и устойчивости зрительного внимания, а также продуктивности внимания.

Было установлено, что существует корреляция между неврозом и низким уровнем развития концентрации, устойчивости и продуктивности внимания, а также между низким уровнем тревожности и высоким уровнем концентрации, устойчивости и продуктивности внимания.

#### **Список использованной литературы:**

1. Воскресенская, Е.В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика): метод. рекомендации / Е.В. Воскресенская, Е.В. Мельник, Н.В. Кухтова. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2015. – 53 с.
2. Прихожан, А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст / А.М. Прихожан. – СПб.: Питер, 2009. – 192 с.
3. Шевченко, Л.Р. Влияние уровня тревожности на самооценку старших подростков / Л.Р. Шевченко // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 10. – С. 51-55.

**Понкратенко В.С.** (Научный руководитель – Кухтова Н.В.,  
канд. психол. наук, доцент)  
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

## **ОСОБЕННОСТИ ЗАЩИТНО-СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ**

**Введение.** Для представителей «студенчества», объединенных схожими возрастными и деятельностными характеристиками, свойственны такие особенности как индивидуализация, формирование мировоззрения, высокая рефлексивность, переоценка ценностей, стремление к самопознанию и саморазвитию [1].

Студенты первого курса сталкиваются с большими изменениями в своей привычной жизни: освоение новой социальной роли, смены учебно-профессиональной деятельности и социального окружения. Всё это может привести к состоянию тревоги, эмоциональному дискомфорту, внешним и внутренним конфликтам личности. Поэтому важным моментом является успешность адаптации личности к стрессам, которая зависит от использования психологических защит (специальных систем стабилизации личности, направленных на ограждение сознания личности от неприятных, травмирующих переживаний, сопряженных с

внутренними и внешними конфликтами) и выбора совладающего поведения (копинг-поведение, которое осуществляется осознанно, требует определенных усилий и контроля со стороны человека и направлено на активное изменение ситуации) [4].

Впервые термин «психологическая защита» был предложен З. Фрейдом, в дальнейшем исследованием этой проблемы занимались как отечественные, так и зарубежные исследователи (З. Фрейд, А. Фрейд, Ф.В. Басин, Р. Плутчик, И.М. Никольская, Р.М. Грановская).

Цель исследования: изучить особенности проявления психологических защит и совладающего поведения студентов-психологов 1 курса.

**Материал и методы.** В исследовании приняло участие 30 студентов первого курса факультета социальной педагогики и психологии. Был использован следующий комплекс методик: «Индекс жизненного стиля» Плутчика-Келлермана-Конте, «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса [2].

**Результаты и их обсуждение.** По результатам методики «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса среди студентов первого курса были получены следующие результаты: 15 студентов-первокурсников (50%) используют копинг-стратегию для преодоления стресса – положительная переоценка, т.е. они справляются с негативными переживаниями за счет их положительного переосмысления, рассмотрения как стимула для личностного роста. 14 первокурсников (46,6%) используют копинг планирования решения проблемы: прилагают произвольные проблемно-фокусированные усилия к изменению ситуации, включающие аналитический подход к проблеме. Эти два копинга направлены на переработку проблем и их целенаправленного решения. Однако, так же студентами-первокурсниками используются такие копинг стратегии как: поиск социальной поддержки (33,3%) и бегство-избегание (30%) (таблица 1).

Таблица 1 – Копинг-стратегии студентов первого курса

№	Копинги-стратегии	Высокий		Средний		Низкий	
		Кол-во студентов	%	Кол-во студентов	%	Кол-во студентов	%
1	Конфронтационный копинг	0	-	28	<b>93,3</b>	2	<b>6,7</b>
2	Дистанцирование	0	-	29	<b>96,6</b>	1	<b>3,33</b>
3	Самоконтроль	5	<b>16,6</b>	23	<b>76,6</b>	2	<b>6,7</b>
4	Поиск социальной поддержки	10	<b>33,3</b>	18	<b>60</b>	2	<b>6,7</b>
5	Принятие ответственности	1	<b>3,33</b>	17	<b>56,6</b>	12	<b>40</b>
6	Бегство-избегание	9	<b>30</b>	18	<b>60</b>	3	<b>10</b>
7	Планирование решения проблемы	14	<b>46,6</b>	13	<b>43,3</b>	3	<b>10</b>
8	Положительная переоценка	15	<b>50</b>	15	<b>50</b>	0	-

Из-за кардинально изменившегося социального окружения, а также учебно-профессиональной деятельности, студенты-первокурсники для решения своих

проблем часто обращаются за советом, поддержкой и сочувствием к преподавателям или более старшим и опытным студентам. Благодаря копингу «поиск социальной поддержки» личность учится использовать внешние ресурсы для разрешения проблемной ситуации, однако в последствие она может сформировать зависимую позицию от других людей. Копинг «бегство-избегание» предполагает возможность быстрого снижения эмоционального напряжения в ситуации стресса, однако это может привести к невозможности разрешения проблемы в будущем и накоплении трудностей.

По результатам тестирования студентов первого курса по методике «Индекс жизненного стиля» были получены следующие результаты: студенты первого курса чаще используют проекцию (36,66%) в качестве механизма защиты. На основании различных исследований, данный механизм более характерен для подростков, а не юношей. Но, несмотря на то, что проекция часто рассматривается как одна из наиболее "злокачественных" психологических защит, тормозящих развитие личности, частое ее использование в данной возрастной группе, с учетом ещё недостаточной социальной зрелости юношей, согласно представлениям Ф. Крамер, можно считать вполне адекватным [3] (рисунок 1).



Рисунок 1 – Доминирующие защитные механизмы студентов-первокурсников

Интеллектуализация (26,6%) проявляется в «умственном» способе преодоления конфликтной или фрустрирующей ситуации без переживаний. Её использование у студентов считается естественным, это говорит об относительно зрелой личности. С помощью отрицания (26,6%) личность может отрицать какие-либо нежелательные качества социального окружения, свои внутренне неприемлемые черты, а также свойства или негативные чувства к субъекту переживания. Этот механизм защиты относится к примитивному, но его использование студентами-первокурсниками может быть объяснено нестабильной психологической и социальной ситуацией.

**Заключение.** Проведенное исследование позволяет сделать вывод о том, что для студентов первого курса характерно использование примитивных механизмов защиты (проекция и отрицание), так как они только адаптируются к новым социальным ролям и вузовской системе обучения. Успешность или неуспеш-

ность прохождения данных процессов отражается на способах борьбы со стрессом и разрешения личных проблем. Преобладающих копинг-стратегий было выявлено несколько, и они оказались противоположными. Студенты, которым удалось в начале обучения наладить межличностные отношения, усвоить новые требования, предъявляемые к ним вузом, чаще используют «положительную переоценку», «планирования решения проблемы», поиск социальной поддержки». Студенты, столкнувшиеся с трудностями в процессе адаптации, используют менее эффективные копинг-стратегии, например «бегство-избегание».

#### **Список использованной литературы:**

1. Власов, Б.С. Психология юности и молодости / Б.С. Власов. – М.: Академический Проект. Триеста, 2006. – 256 с.
2. Гребень, Н.Ф. Психологические тесты для профессионалов / Н.Ф. Гребень. – Минск: Современ. шк., 2007. – 496 с.
3. Каменская, В.Г. Возрастные и тендерные особенности системы психологических защит (на примере подростково-юношеской выборки) / В.Г. Каменская, С.В. Зверева // Психологический журнал. – 2005. – №4. – С. 77–88.
4. Ледовская, Т.В. Динамика защитного и совладающего поведения студентов на разных курсах обучения / Т.В. Ледовская, О.А. Резчикова // Ярославский педагогический вестник. – 2015. – №4. – С. 194–200.

**Пономарева А.А.** (Научный руководитель – Каратерзи В.А.,  
старший преподаватель)  
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

### **ВЗАИМОСВЯЗЬ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА И СТИЛЯ ВОСПИТАНИЯ**

**Введение.** Изучение вопроса тревожности у детей дошкольного возраста имеет большое значение в сложившихся реалиях на фоне существующей проблемы эмоционально-личностного развития детей и возникшей в связи с этим необходимостью сохранения их здоровья. Поскольку именно в периоде дошкольного возраста формируются основные свойства и личностные качества ребенка, которые в дальнейшем определяют его развитие, то определяющим периодом в становлении его личности является именно период дошкольного возраста. Изучением детско-родительских отношений и стилей воспитания занимались представители различных психологических школ: Л.С. Выготский, В.Н. Мясищев, М.И. Лисина, С.Л. Рубинштейн, Р.В. Овчарова, Л.И. Божович [2].

Среди наиболее актуальных проблем современной психологии одно из главных мест занимает состояние тревоги и связанное с ним понятие тревожности. Тревожность определяется как индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также в низком пороге ее возникновения. Не влияя в целом на интеллектуальное развитие, высокая степень тревожности может отрицательно сказаться на формировании личности ребенка.

Проблема влияния стиля воспитания на формирование личности ребенка широко обсуждается в психологической литературе. Согласно работам представителей динамического подхода и отечественных психологов, истоки тревожно-