

нем стрессоустойчивости. Это свидетельствует о том, что у таких людей трудные ситуации влияют на их жизнь, но они не особо сопротивляются им. Далее отметим, что 20 (27,70%) респондентов обладают уровнем выше среднего, это значит, что они уверены в себе, а трудные и неожиданные ситуации ими воспринимаются как урок в жизни. К сожалению, только 2 (2,77%) испытуемых показали высокий уровень стрессоустойчивости. Это говорит о том, что данные респонденты умеют рационально распределять время, могут долго работать в напряжении с большими нагрузками. Неожиданности не выбивают их из колеи, они спокойно относятся к новым ситуациям и изменениям.

Для выявления взаимосвязи между уровнем переживания одиночества и уровнем стрессоустойчивости был проведен анализ при помощи коэффициента Спирмена. Была выявлена обратная слабая корреляция между шкалой «общее переживание одиночества» и «уровень стрессоустойчивости» ($r = -0,254$, $p \leq 0,05$). Обратная корреляция указывает на то, что при увеличении переживания одиночества наблюдается уменьшение уровня стрессоустойчивости. То есть, можно сказать, что чем больше человек одинок, тем ниже будет уровень его стрессоустойчивости.

Заключение. Таким образом, нами было выявлено, что проблема одиночества в юношеском возрасте неактуальна, данные студенты не испытывают болезненного переживания одиночества, связанного с нехваткой близости или общения, и не считают себя одинокими. А также, большинство из них характеризуются средним и выше среднего уровнях, что свидетельствует о том, что они уверены в себе, а трудные и неожиданные ситуации ими воспринимаются как урок в жизни, такие люди достаточно легко справляются со стрессом и не поддаются влиянию стрессогенных факторов.

Список использованной литературы:

1. Корчагина, С.Г. Психология одиночества: учебное пособие / С.Г. Корчагина. – СПб.: МПСИ, 2008. – 228 с.
2. Хамитов, Н.В. Философия одиночества / Н.В. Хамитов. – Киев: Наукова думка, 1995. – 60 с.
3. Секач, М.Ф. Психическая устойчивость человека / М.Ф. Секач. – М.: АПКИППРО, 2013. – 143 с.
4. Рудаков, А.Л. Стресс, стрессоустойчивость и саногенная рефлексия в спорте / А.Л. Рудаков. – Красноярск, 2011. – 190 с.

Пуцыло Т.С.

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
Научный руководитель – Косаревская Т.Е., канд. психол. наук, доцент

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ЛИЦ С ТРЕВОЖНО-ДЕПРЕССИВНЫМИ СОСТОЯНИЯМИ

Тревога и депрессия – самые распространённые реакции человека на стресс. Это состояние в большей степени является продуктом когнитивных процессов, образа мыслей и оценки ситуации, знания собственных возможностей (ресурсов), степени обученности способам управления и стратегии поведения в экстремальных условиях, их адекватному выбору [1]. Стрессовая реакция на перемены может вызвать затяжное состояние, известное как расстройство адаптации. Социально-психологическая адаптация – это сложное явление, связанное с индивидуальными особенностями человека и с позицией личности в обществе. В зарубежной и отечественной психологии данную проблему изучали Г. Айзенк, Л. Филипс, Г. Гартман, А.А. Налчаджян, Д.А. Андреева, А.В. Петровский, И.К. Кряжева. Изучение данного феномена помогает увидеть про-

блемы негативной адаптации, что может стать перспективой развития психокоррекционных программ для оптимизации процесса адаптации личности. Актуальность данной темы обусловлена еще и тем, что в наше время наиболее частой проблемой является проблема тревожно-депрессивных расстройств. Это состояние, при котором у человека одновременно в равной степени присутствуют симптомы и тревоги, и депрессии, но по отдельности они выражены не так ярко, чтобы чётко определить расстройство. Его опасность заключается в том, что оно может закончиться суицидом. Исследования во всех странах мира показывают: депрессия, подобно сердечно-сосудистым заболеваниям, становится наиболее распространенным недугом нашего времени [2]. Тревожность приводит к снижению работоспособности, продуктивности деятельности, трудностям в общении. Человек с повышенной тревожностью впоследствии может столкнуться с различными соматическими заболеваниями. Тревожно-депрессивные состояния и склонность к ним у человека в рамках именно ранней зрелости изучена мало.

Цель статьи – описание особенностей социально-психологической адаптации лиц с проявлением тревожно-депрессивных состояний.

Материал и методы. Системный анализ психологической литературы по проблеме исследования. В исследовании участвовали пациенты УЗ «Витебский областной клинический центр психиатрии и наркологии» в возрасте от 20 до 35 лет.

Результаты и обсуждение. Социально-психологическая адаптация – это вид взаимодействия личности с социальной средой, в течение которого гармонизируются требования, ожидания, реакции, возможности участников и реальная действительность. По мнению А.А. Налчаджяна психологическая адаптация осуществляется путем усвоения норм и ценностей данного общества. Основные проявления психологической адаптации – взаимодействие (в том числе и общение) человека с окружающими людьми и его активная деятельность [3]. Данный процесс представляет собой синтез аккомодации (приспособление личности к внешним условиям) и ассимиляции (процесс «интеграции» личности во внешнюю среду, отождествление себя) [4]. Адаптация выражает приспособление человека к новой для него предметной деятельности, являясь условием социализации. Неэффективная адаптация приводит к возникновению у человека отрицательных психических состояний, напряженности отношений внутри коллектива и др.

Депрессия – это аффективное состояние, которое характеризуется негативным эмоциональным фоном, изменениями в мотивационной сфере, когнитивных представлениях и общей сенситивностью поведения. Различаются функциональные состояния депрессии, возможные у здоровых людей в рамках нормального психического функционирования, и депрессия патологическая – один из основных психиатрических синдромов [2].

Тревожность как черта или личностная тревожность, не проявляется непосредственно в поведении. Личность с выраженной тревожностью, например, невротическая личность, склонна воспринимать окружающий мир как заключающий в себе опасность в большей степени, чем личность с низким уровнем тревожности. «Полезная тревожность» обеспечивает человеку достаточную подготовку к действиям в новой или кризисной ситуации. Иногда ранее компенсируемая тревожность может усилиться в связи с возникновением депрессии. И наоборот, повышенная тревожность и сопутствующая ей низкая самооценка, тревожная мнительность, неверие в успех могут привести к развитию депрессивного состояния. Навязчивая тревожность является главной причиной депрессий, исчезновения радости и желаний. Потеря контроля над своим поведением делает взрослого человека психологически незащищённым, выражается приступами панических атак. Ч. Спилберг оценивал тревогу как черту личности, которая может выступать как мотив, или приобретенную, поведенческую диспозицию, которая предрасполагает индивида к восприятию широкого круга объективно безопасных обстоятельств, как содержащих угрозу, побуждая реагировать на них состоянием тревоги, интенсивность которой не соответствует объективной опасности.

Проведено исследование с использованием следующих диагностических методик: «Шкала для самооценки депрессии» (Цунг), позволяющая оценить уровень депрессии пациентов и определить степень депрессивного расстройства; «Шкала тревоги» (Бек), предназначенная для скрининга тревоги и оценки степени её выраженности; Тест «Нервно-психическая адаптация» предназначен для интегральной экспресс-оценки психического состояния в ходе массовых психопрофилактических (скрининговых) и индивидуальных обследований.

Заключение. Проанализированы особенности социально-психологической адаптации лиц с проявлением тревожно-депрессивных состояний. Теоретический анализ проблемы подтвердил, что социально-психологическая адаптация – это сложное явление, связанное с индивидуальными особенностями человека и с позицией личности в обществе, имеющее практическое значение для клинической практики и психологической помощи лицам с тревожно-депрессивными состояниями.

Список использованной литературы:

1. Богомаз, С.Л. Копинг-поведение личности с травмой опорно-двигательного аппарата: теория, практика, диагностика : монография / С.Л. Богомаз, С.Ф. Пашкович. – Витебск : ВГУ имени П.М. Машерова, 2023 – 267 с.
2. Пак, В.А. Депрессия, ее распространенность и связь с ИБС и другими психосоциальными факторами [Текст] / В.А. Пак, В.В. Гафаров, И.В. Гагулин // Мир науки, культуры, образования. – № 3 (22). – 2010. – С. 174-177.
3. Налчаджян, А.А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии / А.А. Налчаджян. – М.: Эксмо, 2010. – 368 с.
4. Дениско, Л.С. Формирование понятия «социально-психологическая адаптация» на основе теоретического анализа психолого-педагогической литературы в современной психологии / Л.С. Дениско // Молодой ученый. – 2021. – № 9 (351). – С. 171–173. – URL: <https://moluch.ru/archive/351/78842/> (дата обращения: 24.01.2024).

Пчеловодова М.Е.

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
Научный руководитель – Кутыкина Р.Р., старший преподаватель

ВЛИЯНИЕ РОДИТЕЛЕЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Младший школьный возраст представляет собой период активного становления характера и самосознания, что связано с включением ребенка в новую социальную среду, значимую и оцениваемую другими людьми деятельностью. Именно в этом возрасте происходит активное личностное развитие ребенка. Вопросами личностного развития учащихся младших классов занимались такие известные ученые как Т.В. Архиреева, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, И.В. Дубровина, Е.Н. Каменская, В.С. Мухина, Д.Ф. Обухова, Д.И. Фельштейн, Д.Б. Эльконин и др. Важнейшим фактором становления личности выступает семья, ведь именно она является основой нравственного, психического, духовного развития индивидов. От отношений внутри семьи зависит успешность прохождения ребёнком процесса социализации, уровня его личностного развития, развития способностей, творческого потенциала [1].

В современной литературе не существует единой точки зрения на определение родительского отношения. В словаре психологических терминов родительское отношение определяется в качестве системы различных чувств по отношению к ребенку, поведенче-