

Анализ результатов показывает, что у большинства детей рисунки были преимущественно холодных мрачных тонов: серые, черные, коричневые, темно-синие цвета. У некоторых детей в рисунках прослеживается симптомокомплекс тревожности: сильная штриховка, прерывистые линии, обведенный несколько раз контур, сильный нажим, стирания. Беседа с детьми из неблагополучных семей позволила выявить основные причины во взаимоотношениях в семье, вызывающие тревогу у ребёнка: конкретный случай; фантазия ребёнка; высокая тревожность; нестабильная атмосфера в семье.

Заключение. Дети дошкольного возраста из неблагополучных семей, которые принимали участие в данном исследовании, преимущественно находятся в состоянии тревожности. Необходима работа с неблагополучными семьями, направленная на гармонизацию эмоциональной сферы детей и детско-родительских отношений на создании некоторых психолого-педагогических условий. Работа по внедрению психолого-педагогических условий сопровождения детей дошкольного возраста из неблагополучных семей включает два этапа: работа с детьми дошкольного возраста в форме игрового комплекса занятий; работа с родителями в форме родительских лекториев [4].

Работа с детьми дошкольного возраста была направлена на гармонизацию эмоциональной сферы: снижение тревожности и агрессивности; повышение самооценки и уверенности в себе; развитие коммуникативных навыков; формирование положительного эмоционального отношения к сверстникам и взрослым. Работа с родителями осуществлялась в следующих направлениях: формирование установки на преодоление неблагополучия в собственной семье; повышение психолого-педагогической компетентности в области семейного воспитания ребенка; формирование положительного эмоционального отношения к ребенку.

Список использованной литературы:

1. Гиппенрейтер, Ю.Б. Психология индивидуальных различий / Ю.Б. Гиппенрейтер / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. – 3-е изд., перераб. и доп. М.: АСТ: Астрель, 2008. – 720 с.
2. Овчарова, Р.В. Психологическое сопровождение родительства / Р.В. Овчарова. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. – 319 с.
3. Склюева, Т.А. Социальные технологии: работа с семьей, находящейся в социально опасном положении / Т.А. Склюева / под ред. Федоровой Н.П., Малаховой Н.М. – Тюмень: ГУСО «Областной центр социальной помощи семье и детям», 2004. – 143 с.
4. Шнейдер, Л.Б. Основы семейной психологии. Учебное пособие / Л.Б. Шнейдер. – М.: Московский психолого-социальный университет (МПСУ), 2014. – 329 с.

Хребтова А.Ю.

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машиерова
Научный руководитель – Каратерзи В.А., старший преподаватель

ВЗАИМОСВЯЗЬ ИРРАЦИОНАЛЬНЫХ УСТАНОВОК И ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ У СТУДЕНТОВ

Сталкиваясь с разными событиями в повседневной жизни, каждый человек объясняет их разными способами. Либо он оценивает реальную ситуацию, либо опирается на различные иррациональные установки, воспринятые и усвоенные в течение жизни. При этом большое количество установок, которые накапливаются у человека, начиная с детства, носит непродуктивный характер.

Дело в том, что окружающие воспринимают реальность опосредованно, т.е. любую информацию которую видят, они интерпретируют через призму своего субъективного опыта, иными словами специфика восприятия личностью окружающей действительности, своей жизни является не объективной. Восприятие внешнего проходит сквозь многочисленные фильтры внутреннего восприятия, многочисленных рациональных и иррациональных убеждений.

Одно и то же событие вызывает у людей разные эмоциональные реакции, потому что человек интерпретирует эти события на основе своего прошлого опыта, суждений и эмоций. Поэтому степень адекватности реакции на ситуацию и адаптацию в жизни, будет обусловлена как раз-таки установками, которые сформировались у людей в картине его внутреннего мира.

Хотелось бы заметить, что взаимосвязь иррациональных установок и временной перспективы в теоретическом контексте имеет общую перспективу, то есть это как раз-таки формирование этих переменных в юношеском возрасте. Формирование может быть на основе субъективного опыта, ценностей, приобретение знаний от семьи, сверстников и от окружающих в целом, идет динамичное формирование личности, создание образа мира, поиск своего места в этом мире.

Человек прикладывает много сил в настоящем, чтобы хорошо жить в будущем. Такое восприятие мира у студентов зачастую вызывает внутренний конфликт. Он предстает в виде выбора между чем-то хорошим и наиболее комфортным [1].

Основатель Рационально-эмотивной терапии (РЭТ, 1955г.) Альберт Эллис – американский когнитивный терапевт, утверждал, что все люди склонны к построению нелогичных, иррациональных мыслительных комбинаций. Фактически все проблемы человека – это результат мышления, подчинения многочисленным "следует", "нужно" и "должен" [2]. Поэтому, условием возникновением иррациональной установки личности выступает ее оценочное отношение и конкретное психическое состояние (настроение), представляющее позиции разного эмоционального оттенка.

Таким образом можно сделать вывод о том, что для каждой личности характерен свой определенный уровень переживания и страха, который вызывает негативные эмоции и является предпосылкой к возникновению иррациональных установок.

Материал и методы. Изучение теоретических основ иррациональных установок и временной перспективы, опрос, анализ, синтез, методика диагностики иррациональных установок А.Эллиса, опросник временной перспективы Ф. Зимбардо, коэффициент корреляции Пирсона.

Результаты и их обсуждение. В результате проведенного опроса среди студентов было установлено, что большинство студентов 35 человек или 70% имеют наличие иррациональной установки по шкале катастрофизации, т.е. восприятие неблагоприятных событий как неизбежных, которые невозможно предотвратить, драматизируя исход событий, а также студенты имеют среднюю вероятность развития стресса. У 13 человек или 26% выявлено, ярко-выраженное и отчетливое наличие иррациональной установки, что свидетельствует о том, что студенты оценивают каждое неблагоприятное событие как ужасное и невыносимое. Эта установка характеризуется резким преувеличением негативного характера явления или ситуации и отражает иррациональное убеждение в том, что в мире есть катастрофические события, которые лежат вне любой системы оценки. У 2 человек или 4 % иррациональная установка по этой шкале отсутствует, т.е. в любой неблагоприятной ситуации человек сосредотачивается на путях решения проблемы и контролирует собственные эмоции.

По шкале долженствование в отношении других выявлено, что большинство студентов 43 человека или 86% имеют наличие иррациональной установки, т.е. характеризующейся словами-маркерами: «должен», «обязательно». Респонденты могут отмечать,

что другие люди должны придерживаться законов, правильно вести себя в общественных местах, друзья должны выполнять свои обещания и откликаться на просьбы. У 6 человек или 12% отсутствует иррациональная установка. Такие люди не предъявляют к другим завышенных, абсолютных требований, адекватно реагируют на чувства и поступки других людей.

Также хотелось бы привести результаты исследования временной перспективы. По шкале фаталистического настоящего большинство студентов, а именно 36 человек или 72% имеют средний уровень фаталистического настоящего. Раскрывает беспомощное и безнадежное отношение к будущему и к жизни. У 10 человек или 20% выявлен высокий уровень, демонстрирующий безнадежное отношение субъекта к жизни. У 4 человек или 8% обнаружен низкий показатель, соответственно означающий что студенты считают, что они могут влиять своими действиями на свою жизнь.

По шкале негативного прошлого выявлено, что 36 человек или 72% имеют средний уровень негативного прошлого. Оно предполагает общее пессимистическое, негативное отношение к прошлому. У 4 человек или 8% выявлен низкий уровень, свидетельствующий о том, что негативные события не оказывают влияние на чувства и поведение в настоящем. У 10 человек или 20% обнаружен высокий показатель, означающий в целом пессимистичный взгляд на прошлое. В силу реконструктивного характера прошлого негативные установки могут быть связаны как с действительным переживанием травматичных событий в прошлом, так и с негативной реконструкцией событий.

Для выявления взаимосвязи между временной перспективой и иррациональными установками был применён метод корреляции Пирсона.

1. Выявлена обратная, средняя корреляционная связь между иррациональными установками и временной перспективой ($r = -0,462$, $p \leq 0,01$), то есть чем выше иррациональные установки, которые касаются негативного опыта в жизни человека, тем ниже он может соотносить это с временными рамками в окружающей среде и в отношении с людьми.

2. Выявлена обратно-пропорциональная, средняя корреляционная связь между шкалой «Катастрофизация» и временной перспективой ($r = -0,316$, $p \leq 0,05$).

3. Выявлена обратно-пропорциональная, средняя корреляционная взаимосвязь между шкалой «Долженствование в отношении других» и временной перспективой ($r = -0,362$, $p \leq 0,01$). Результаты свидетельствуют о средней взаимосвязи выраженности данных качеств у испытуемых.

Таким образом, с помощью корреляции Пирсона была установлена взаимосвязь временной перспективы с различными аспектами иррациональных установок.

Заключение. Иррациональные установки формируются из наших субъективных интерпретаций внешнего мира и то какой мы личностный смысл в эти события вкладываем. По результатам проведенного исследования можно сделать вывод о том, что наблюдается существенная взаимосвязь между временной перспективой и различными аспектами иррациональных установок.

Список использованной литературы:

1. Лизунова, Г.Ю. Опыт формирования временной перспективы у современных студентов / Г.Ю. Лизунова, А.С. Березовская // Молодой ученый. – 2021. – № 52 (394). – С. 307–310.

2. Эллис, А. Гуманистическая психотерапия: рационально-эмоциональный подход / А. Эллис; под ред. В.А. Чулкова. – Санкт-Петербург: Сова, 2002. – 272 с.