



Рисунок 2 – Показатель детей-инвалидов на 1000 чел. населения по территории Республики Беларусь в 2023 гг.

**Заключение.** В ходе исследования мы определили, что, инвалидность представляет собой социальное явление, избежать которого не может ни одна страна в мире. К сожалению, количество людей с инвалидностью в Беларуси во всех возрастных группах растет.

1. Здоровоохранение в Республике Беларусь: стат. сборник за 2019 г. – Минск: ГУ РНПЦ МТ, 2019. – 257 с.
2. Национальный статистический комитет Республики Беларусь. Демографическая и социальная статистика / Статистика социальной защиты Интерактивная информационно-аналитическая система распространения официальной статистической информации <https://dataportal.belstat.gov.by/osids/indicator-info/10106000044>

## ВЗАИМОСВЯЗЬ ДЕЗАДАПТИВНЫХ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СХЕМ С УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ

**Овсянникова Ю.В.,**

*студентка 5 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь*

*Научный руководитель – Каратерзи В.А., ст. преподаватель*

Ключевые слова. Самооценка, эмоциональная грамотность, эмоции, обесценивание эмоций, эмоциональные схемы.

Keywords. Self-counseling, emotional grammation, emotions, emotional observation, emotional changes.

Интерес к теме эмоций и их месте в структуре психики наблюдается в сложности распознавания своих и чужих эмоций, что способствовало появлению многих исследований в психологии, в результате которых была обнародована модель А. Эллиса (рационально-эмотивно-поведенческая терапия), модель А. Бека (трёхуровневая иерархия когнитивных структур) и терапия эмоциональных схем Р. Лихи, который пришел к выводу, что часто проблемы людей кроются не в объективных жизненных сложностях и даже не в реакциях на них, а в отношении к этим самым реакциям, а, точнее, к эмоциям и переживаниям [1, с. 97].

Исследования показывают, что дезадаптивные эмоциональные схемы тесно связаны с депрессией, тревогой, посттравматическим стрессовым расстройством, разногласиями в семейном функционировании и расстройствами личности [2; с 309], что может негативно сказаться на функционировании личности в обществе и негативно влиять на самооценку.

Согласно исследованиям И.И. Чесноковой (1978), В.В. Столина (1983), С.Р. Пантилеева (1993) и ряда других авторов, самооценка является ключевым звеном в области самосознания личности и выполняет регуляторные функции в поведении. Этот аспект включает эмоциональный компонент.

Тема исследования в теоретическом плане позволяет расширить представления о механизмах формирования и функционирования центральных конструктов личности, таких как эмоциональная сфера и самооценка. Понимание взаимного влияния между

эмоциональными паттернами и самооценкой может способствовать развитию целостной модели психологического функционирования личности.

В практическом плане исследование имеет важное значение для разработки эффективных психотерапевтических стратегий. Деадаптивные эмоциональные схемы и низкая самооценка часто выступают в качестве факторов риска развития различных психологических проблем, включая тревожные и депрессивные расстройства, нарушения в межличностных отношениях и др. Выявление особенностей их взаимосвязи позволит оптимизировать подходы к психокоррекции.

Цель работы – определить взаимосвязь деадаптивных эмоциональных схем с уровнем самооценки.

**Материал и методы.** Теоретический анализ психологической литературы, эмпирические методы: тест эмоционального интеллекта (Бачард) Адаптация: Г.Г. Князев, Л.Г. Митрофанова, О.М. Разумникова (2012); Шкала эмоциональных схем Лихи (Leahy Emotional Schema Scale II, LESS II), Опросник самооценки Уайнхолд (Self-esteem Matrix) Автор: Б. Уайнхолд (B. Weinhold, 1983), статистические методы: критерий Колмогорова-Смирнова, коэффициент корреляции Спирмена.

**Результаты и их обсуждение.** Тема эмоций вызывает большой интерес в психологии, особенно влияние эмоций на повседневную жизнь человека и их место в общей структуре психической жизни.

Эмоциональные компетенции оказывают положительное влияние на самовосприятие. Это в свою очередь, способствует целеустремленным мотивированным действиям в ситуациях, которые могут возникнуть. Самооценка связана с потребностью человека самоутвердиться, но при этом является не только оценкой самого себя, но и оценкой своего места среди других людей, в связи с чем возникает потребность в исследовании взаимосвязи эмоциональных схем с уровнем самооценки.

В отечественной психологии тема взаимосвязи самооценки с эмоциональным компонентом и эмоциональным интеллектом слабо изучена, и в основном сосредоточена на темах эмоционального выгорания или его связи с деадаптивными эмоциональными схемами. Однако сейчас понимание своих эмоций и чувств, адекватное воспроизведение их, влияет на восприятие себя и окружающих, и связана непосредственно с эмоциональным благополучием личности.

Выборку для проведения исследования составили 30 человек от 18 лет в компаниях ООО “Телесистемы” и ООО “Убер Системс Бел”.

В ходе эмпирического исследования было проведено исследование взаимосвязи деадаптивных эмоциональных схем с уровнем самооценки у респондентов. Исследование по шкале эмоциональных схем показало, что высокая выраженность инвалидации – у 3(3%) респондентов, непонятность у 7 (7%), высокая выраженность вины и стыда у трех (3%) респондентов, упрощенный взгляд у 24 (23%), обесценивание у 7 (7%) участников, высокая выраженность потери контроля у 9 (9%) респондентов, бесчувственность у 4 (4%), чрезмерная рациональность ярко выражена у 12 (11%), длительность – у 5 (5%), низкий консенсус у 5 (5%), высокая выраженность руминаций у 2 (2%) респондентов, непринятие чувств у 6 (6%), низкая выраженность чувств у 6 (6%) респондентов, обвинение у 9 (9%) респондентов.

Больше всего у респондентов выражен упрощенный взгляд на эмоцию 23%, свидетельствующее о непереносимости смешанных чувств или эмоциональной амбивалентности (амбивалентность обычно определяется как смешанные чувства, когда нужно выбрать одну из альтернатив; менее выражена чрезмерная рациональность – 11% (свидетельствующая о вере в то, что человек должен быть рациональным, а не эмоциональным).

После обработки теста эмоционального интеллекта по значимым для исследования шкалам были получены следующие результаты: принятие решений на основе эмоций у 9 (30%) респондентов – выраженность по шкале ниже установленных среднестатистических значений, у 21(70%) – в норме. По шкале внимание к эмоциям у 19 (63%) респондентов результаты ниже установленных среднестатистических значений, у 11 (37%) в норме.

Согласно полученным результатам по опроснику самооценки Уйанхолда, можно сделать следующие выводы: низкая самооценка в нескольких областях жизни выражена у 19 (63%) респондентов, высокая в большинстве областей жизни у 11 (37%).

С помощью статистического метода коэффициент корреляции Спирмена изучили взаимосвязь дезадаптивных эмоциональных схем с уровнем самооценки. Выяснили, что существует статистически значимая положительная связь между сильно выраженными эмоциональными схемами у респондентов с уровнем самооценки. По результатам эмпирического исследования были разработаны рекомендации.

**Закключение.** Таким образом, были получены результаты, согласно которым, выявлена взаимосвязь между наиболее выраженными дезадаптивными эмоциональными схемами с уровнем самооценки.

Само исследование не дифференцирует респондентов по половому признаку, возрастному или зависящему от направленности трудовой деятельности участников исследования, сильно влияющих на результаты. Изучение литературы дополнительно показало малоизученность сравнения эмоциональных схем и моделей, существующих сегодня, поэтому данная работа охватывает лишь один из подходов к изучению темы и нуждается в дальнейших глубоких исследованиях.

1. Точки соприкосновения в моделях А.Эллиса и А.Бека. / О.М. Радюк [и др.] // Когнитивно-поведенческий подход в консультировании и психотерапии : материалы Междунар. науч.-практ. конф., г.Минск, 5-7 октября 2018 г. – Минск: БГПУ, 2018. – С. 94–104

2. Leahy, R.L. Overcoming Resistance in Cognitive Therapy. New York: The Guilford Press. – 2003. – 309 p.

## **СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ПРОТЯНИ РУКУ ЛАПАМ» КАК МОТИВАЦИЯ ТВОРЧЕСКОГО УЧАСТИЯ ШКОЛЬНИКОВ К ПРОБЛЕМЕ БЕЗДОМНЫХ ЖИВОТНЫХ**

***Пустельникова Ю.С.,***

*магистрант ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь*

*Научный руководитель – Бобрович Г.А., доцент*

Ключевые слова. Социальный проект, бездомные животные, вязание.

Keywords. Social project, homeless animals, knitting.

*«Тот, кто ничего не делает для других,  
ничего не делает для себя» (В.И. Гёте)*

Проблема бездомных животных существует в каждом городе. Большинство горожан не радуется виду бродячих, брошенных без попечения животных. Многие относятся к ним равнодушно. Некоторые - с сочувствием, подкармливая несчастных животных, но, к сожалению, встречаются и случаи неоправданной жестокости.

Причинами возникновения данной проблемы можно назвать: безответственное владение животными; отсутствие обучения настоящих и будущих владельцев правилам содержания животных; отсутствие приютов (мест сбора животных для передачи их новым владельцам).

И наша задача, как педагогов, создать все возможные условия для реализации чувства личной гражданской ответственности за происходящее, воспитания полноценной, сопереживающей личности, способной творить добро, проявлять гуманность не только к людям, но и к животным. Здесь следует отметить, что в Беларуси, как и во всем мире, проходит много акций в поддержку бездомных животных, создаются проекты и программы, позволяющие, так или иначе, решать возникающие проблемы. Так практикуются: временная передержка, финансовая помощь (благотворительность), авто помощь, поиск потенциальных хозяев, помощь кормом и лекарствами. Также созданы несколько государственных и частных приютов для бездомных животных, люди оказывают волонтерскую и прочую посильную помощь. Например, Витебский