
ВЕСТНИК
ИНТЕГРАТИВНОЙ
ПСИХОЛОГИИ

ВЕСТНИК ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Выпуск 34
часть 2 2024

ЖУРНАЛ ДЛЯ ПСИХОЛОГОВ

Основан в 2002 г.

Главный редактор
Козлов В.В.

Заместитель главного редактора
Баратов Ш.Р.
Мазилов В.А.

Редакционная коллегия
Карпов А.В. Шоумаров
Г.Б. Усманова М.Н.

Редакционный совет
Бубеев Ю.А.
Кашапов С.М. Клюева Н.В.
Поваренков Ю.П. Семенов В.Е.
Субботина Л.Ю. Собирова Д.А.
Останов Ш.Ш.

Технические редакторы
Усманова М.Н.
Останов Ш.Ш.

УЧРЕДИТЕЛИ ЖУРНАЛА:

МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ИНСТИТУТ
ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

АССОЦИАЦИЯ
ТРАНСПЕРСОНАЛЬНОЙ
ПСИХОЛОГИИ
И ПСИХОТЕРАПИИ

Вестник интегративной психологии // Журнал для психологов.
Вып. 34. Часть 2. /Под ред. В.В.Козлова, Ш.Р. Баратова, М.Н.Усмановой. –
Ярославль: МАПН, 2024. – 392 с.

Адрес редакции
150057, г. Ярославль, проезд Матросова, д.9 оф.206
тел. (4852) 218914, 478666
сот. +79159911278

E-Mail: kozlov@zi-kozlov.ru

ISBN 978-5-9527-02-16-5

Международная Академия Психологических Наук

150000, г. Ярославль, ул. Первомайская, д.9, оф..2,

ОГРН 1227600003641 ИНН 7604383422 КПП 760401001

Номер расчетного счета: 40702810777030025109 Наименование банка: ПАО Сбербанк

Корреспондентский счет: 30101810100000000612 БИК: 042908612

www.mapn.su тел. 8915991127

№ 30 от 05. 12.2023г._

Выписка из решения Президиума Международной академии психологических наук (протокол No 10 от 5 декабря 2023г.)

г. Ярославль 05.12.2023 г.

Слушали: Об организации издательских проектов в 2024 году

Постановили: В соответствии с Уставом МАПН:

1. В целях развития МАПН и интеграции психологов на Евразийском уровне организовать выпуск журнала МАПН «Вестник интегративной психологии» в марте, мае, сентябре и ноябре 2024 года в Бухаре

2. Куратором выпуска назначить члена президиума, академика МАПН, доктора психологических наук, профессора Баратова Ш.Р.

Президент МАПН,

доктор психологических наук, профессор

В. В. Козлов

ПРЕДИСЛОВИЕ

Уважаемый читатель!!!

Этот выпуск журнала «Вестник интегративной психологии» посвящен рождению Международной Академии Психологических Наук (МАПН), которая была создана в г. Кострома 29 октября 1992 г. а таже международному сотрудничеству МАПН с Узбекистанским региональным отделением.

Академия родилась на Международном конгрессе психологов из 13 независимых государств: Азербайджана, Армении, Белоруссии, Казахстана, Кыргызстана, Латвии, Литвы, Молдовы, Украины, России, Таджикистана, Туркмении и Узбекистана. На нем присутствовало 252 участника и проводился этот Конгресс в Костроме.

Изначально целью МАПН было объединение разрозненных сил психологов стран СНГ и желающих работать в содружестве специалистов дальнего зарубежья. В начале 90-ых годов в состав МАПН вступило представители 13 государств. С годами эта необычная научно-общественная организация привлекает внимание ученых более 40 стран. Появилась возможность прямых контактов с психологами всех частей света. В настоящий момент работают 20 отделений МАПН в России и за рубежом, в том числе и в Узбекистане (г. Бухара).

Основная цель сотрудничества ученых и практиков в рамках МАПН сводится к координации научных исследований, обмену информацией и поддержка психологами друг друга. МАПН устраивает встречи на разных уровнях общения. Особое внимание уделяется издательской и просветительской деятельности, подготовке современных профессиональных психологов.

В настоящее время Академия объединяет ученых- психологов из 50 стран мира и около 800 докторов наук и кандидатов наук - результат большой работы Президиума Академии и всех ее членов. Это огромный организационный, исследовательский, социальный и духовный потенциал современной психологии.

25 апреля 2013 года на заседании Президиума МАПН в целях развития психологии в регионе и интеграции психологов на межрегиональном уровне было принято решение организовать в структуре Академии Узбекистанское региональное отделение в городе Бухаре и назначить руководителем доктора психологических наук, профессора, действительного члена МАПН Шарифа Рамазановича Баратова, благодаря усилиям которого журнал «Вестник интегративной психологии» в 2015 году был включен в перечень ВАК Узбекистана (Постановление Президиума ВАК Республики Узбекистан (20.03.2015 г., № 214/2; 18.11.2015 г., №218/5; 22.12.2015 г., №219/5), в журнале результаты своих исследований представляют не только ведущие психологи, но и молодые ученые.

Хочется выразить глубокую благодарность Усмановой М.Н. - профессору кафедры психологии Бухарского государственного университета, действительному члену МАПН, а также доценту этой же кафедры Останову Ш.Ш. – член-корреспонденту МАПН - за многолетнюю и самоотверженную работу по изданию журнала «Вестник интегративной психологии».

Президент Международной Академии Психологических наук, доктор психологических наук, профессор заведующий кафедрой социальной и политической психологии ЯрГУ им. П.Г. Демидова
Владимир Васильевич Козлов

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ БРАЧНОГО ВОЗРАСТА ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ СТАБИЛЬНОСТИ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Абдуллаева А.Р.
(г.Фергана, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье освещается анализ практических результатов, свидетельствующих о том, что прочность семьи является определяющим фактором, определяющим экономическую, социальную, патполитическую, национальную безопасность общества, его процветание и развитие, а также о том, что духовная подготовка молодежи к семейной жизни является одной из важнейших задач сегодняшнего дня по подготовке молодежи к семейной жизни путем предоставления наиболее важных знаний по семейной психологии и формирования на их основе соответствующих навыков и умений.*

Ключевые слова: *семья, безопасность, социальное, духовность, квалификация, фактор, нездоровый, неблагоприятный, конфликт, группа*

Annotation*. This article covers the analysis of practical results on the fact that the strength of the family is considered a decisive factor determining the economic, social, political, national security of society, its prosperity, development, as well as providing the most important knowledge of Family Psychology in the spiritual preparation of young people for family life and, on their basis, forming the relevant*

Key words: *family, debauchery, social, spirituality, qualification, factor, unhealthy, unstable, disput, group*

Введение. В нашей стране семья рассматривается как основа общества, важное звено, и она приобрела общественное значение. Ведь гармоничный человек-во всех отношениях благополучный, пушистый, воспитывается, растет в здоровой семье. Содержание этой политики наш первый президент И.А.Каримов в своих книгах” высокая духовность-непобедимая сила“"...развитию института семьи в гармонии с другими важными социальными структурами общества, духовными преобразованиями в нашей стране, повышению ее престижа уделяется постоянное внимание как важнейшему и приоритетному направлению государственной политики”.

К типичным проблемам, связанным с жизнью молодых семей, можно отнести вопрос, связанный с рождением и воспитанием ребенка в первые годы жизни. То есть добавление нового “гостя”в подгруппу из двух человек создает массу проблем не только материальных, но и духовно-духовных. Сатир считает, что появление, рождение потомства проверяет подлинные отношения супругов, и они начинают переживать период своеобразных новых отношений. Событие, которое придает этому периоду фундаментальный смысл и смысл, – это предоставление мужу и жене новых ролей, начало родительских ролей, которые охватывают гораздо большую социальную ответственность.

Анализ литературы. Профессор В.М.Каримова выделяет такие проблемные ситуации в молодой семье, как нехватка времени, правильное распределение свободного времени, материальная недостаточность. В проблеме нехватки времени в молодой семье играет роль и тот факт, что молодые люди как раз полны сил, жаждут совершенствования знаний и навыков, вынуждены решать и вопросы, связанные с возбуждением. Необходимость решать семейные дела в этот период, наиболее благоприятный для работы над собой, обусловливает практически

полное отсутствие свободного времени, его дефицит.Вдобавок ко всему, именно в подростковом возрасте молодые люди хотят больше развлечься, больше быть в кругу друзей, а также посещать такие очаги культуры, как кинотеатр. Члены семьи, успешно решившие эту притчу, могут успеть на все дела, не нанося вреда здоровью, но это может вызвать у них душевные потрясения, молодые люди также могут поссориться из-за того, что они спят на плоту. Поэтому наличие у молодых людей определенных правильных представлений о рациональном использовании времени следует рассматривать как одно из направлений подготовки к семейной жизни.

Такая социально-психологическая ситуация создает предпосылки для возникновения различных конфликтов, конфликтов и разногласий между парнем и девушкой. Исследовательская работа ученых-психологов (G'.Шоумаров, В.Каримова, Е.Саттаров, Н.Сагинов, Ф.Акрамова, Е.Усманов, Х.Каримов, Н.Лутфуллаева и др.) показывают, что период формирования семьи, стабилизации отношений, различных конфликтов приходится на 18-34 года. Следовательно, принимая во внимание, что проблема развода возникает из-за нарушения межличностных отношений в семье, необходимо адекватное формирование представлений о семье, готовность иметь и воспитывать ребенка, умение выстраивать хорошие отношения со свекровью и другими близкими родственниками, кроме наставников-учителей, будучи студентом, культура равного восприятия ответственности подружек невесты и подружек невесты важно для любой семьи.

Проведенные исследования показали, что социальные установки студенческой молодежи по отношению к супругам ориентированы на сильные качества в личности, причем психология с обеих сторон предполагает ожидание от партнера только положительных качеств. N.Лутфуллаева считает, что на такие установки у студентов из семей, состоящих в браке, оказывают влияние и родители, поскольку к молодым людям, претендующим на получение высшего образования, стремящимся в перспективе вырасти квалифицированными специалистами, близкие относятся по-своему. Такая ситуация особенно характерна для семьи молодых школьников, построенной на мнении и желании родителей, взрослые особенно ожидают от них соответствующих положительных качеств, выражая надежду на то, что молодые люди получат высшее образование и в будущем сформируются как люди, способные самостоятельно управлять своей семьей, такое отношение отражается на ожиданиях женихов по отношению к себе и друг к другу отражения.

Теперь давайте посмотрим на эти характеристики в сегодняшнем возрасте. Они достигают половой (физиологической) зрелости в возрасте 12-13 лет, однако для того, чтобы стать профессионалом, самостоятельно работающим и иметь возможность экономно обеспечивать себя и свою семью, необходимо сначала окончить школу, либо 9 лет учиться в школе, 3 года - в колледже или средней школе.

После 12 лет обязательного для всех образования определенная часть нашей молодежи продолжает обучение в высшем учебном заведении. Из этого видно, что достижение нашими молодыми людьми экономической независимости приходится для одних на 20-21 год, для других на 23-25 лет. Кроме того, меняется повседневная жизнь людей, возрастает потребность в одежде, предметах домашнего обихода до уровня материального благополучия.

Роль семьи, прочности семьи в развитии любого общества неоценима. Потому что так же, как здоровье живого организма зависит от здоровья каждой из составляющих его клеток, семья-это клетка, из которой состоит целый организм, называемый государством, обществом.

Также немаловажен вклад семьи в возникновение сил, приводящих ее к кризису, когда неспособность прогресса общества выйти на ожидаемый уровень препятствует его прогрессу. Потому что нездоровые, неблагополучные и конфликтные семьи, рост числа разводов, в сочетании с нанесением различного экономического, социального ущерба обществу рождаются в такой нездоровой психологической обстановке, в конфликтной, без взаимной привязанности, сформировавшийся ребенок впоследствии жил не только без привязанности к родителям, братьям и сестрам, но и к окружающим, а тем более к самому себе сострадание к обществу не имеет последствий, и жестокое, тираническое, эгоистичное общество может превратиться в личность, легко поддающуюся влиянию различных внешних сил, противоречащих интересам страны, и на этой основе иметь свою семью, свой народ, это также может быть основанием для появления опасных для своей страны людей.

Следовательно, прочность семьи является определяющим фактором, определяющим экономическую, социальную, политическую, национальную безопасность общества, его процветание, прогресс.

Подготовка молодежи к семейной жизни путем предоставления важнейших знаний по семейной психологии и формирования на их основе соответствующих умений и навыков-одна из важнейших задач сегодняшнего дня.

Обсуждение и результаты. В нашем исследовании мы спросили: "считаете ли вы себя готовым к семейной жизни? ответив “Да” на вопрос «Готовы ли вы к семейной жизни?", студентка (64 процента) ответила: "готовы ли вы к семейной жизни?"мы провели тест (Тест прилагается). На каждый вопрос теста, состоящего из четырнадцати вопросов, было дано по три варианта ответа, и студентки выбирали один из вариантов, который им больше всего подходил. Полученные результаты отражены в таблице ниже.

Мысли студенток о семейной жизни.

Таблица 1

T.R.	A	B	V
1.	17 68%	5 20%	3 12%
2.	20 80%	-	5 20%
3.	5 20%	5 20%	15 60%
4.	12 24%	20 40%	18 36%
5.	15 60%	3 12%	7 28%
6.	4 16%	6 24%	15 60%
7.	2 8%	10 40%	13 52%
8.	1 4%	20 80%	4 16%
9.	16 64%	7 28%	4 8%
10.	18 72%	7 28%	-
11.	10 40%	2 8%	13 52%
12.	15 60%	4 16%	6 24%

13.	-	22 88%	3 12%
14.	-	19 76%	6 24%

Анализ чисел в таблице показывает, что подавляющее большинство студенток, то есть 68%, начинают трудовую деятельность после рождения первого ребенка, а 20% сохраняют профессию при любых обстоятельствах в семье, и только 12% наших студенток заявили, что не хотят заниматься профессиональной деятельностью после создания семьи. Девушки, выражавшие такое желание, подчеркивали важность только семьи и ее сохранения, а не профессиональной деятельности. Из числа студенческой молодежи 80% отметили, что число их детей не превышает двух, что свидетельствует о том, что у них хорошо сформированы репродуктивные установки. 20 процентов студентов, с другой стороны, отметили, что иметь детей можно только по усмотрению супруга.

Что касается интереса супруга к окружающим в кругу людей, то 60% школьниц отметили, что девушки реагируют, не выражая обиды, что свидетельствует о том, что они обладают психологическими знаниями в процессе семейных отношений. Но девушки с 20 процентами сразу же выразили желание поговорить с окружающими и поднять скандал. В результате проведенных бесед и тренировочных упражнений они поняли, что такая ситуация может привести к формированию только негативных отношений между супругами.

Мнения студенток о ревности нас вполне удовлетворили. Потому что 40 процентов из них не ревнуют, а 36 процентов доверяют своему партнеру. Но мы дали психологические советы по этому поводу 24 процентам девушек, которые могут ревновать даже без причины, и смогли пролить свет на их мысли о ревности.

В конфликтных ситуациях, которые могут возникнуть между супругами в семье, знания, заложенные в узбекском менталитете, были обнаружены у 60% наших дочерей, которые сказали, что обязательно пойдут на уступки в такой ситуации.

Одним из способов развлечь всех членов семьи в семье является то, что девочки хорошо разбираются в кулинарных секретах. Потому что даже с помощью различных сладких и красиво приготовленных блюд можно найти свой путь к их сердцу. Грамотность студенток в этом отношении дала 60-процентный показатель. Нас удивило, что среди представителей молодой семьи есть и те, кто еще не научился готовить (16 процентов). Большинство из них были маленькими детьми в семье. Но так как они хотели, чтобы семейное счастье было целым, они также заявили, что обязательно вступят в кулинарные кружки.

У каждого человека будет свой внутренний мир и секреты, которые в нем содержатся. Возвращаясь к мнению девушек о том, что они могут хранить такие секреты, 52% из них сказали, что у них есть возможность хранить секреты о некоторых вещах. Альтернативой станет собственное хобби, ставшее любимым занятием людей. Такие занятия помогают человеку плодотворно проводить свободное время. Правильно поняв это, 80% студенток положительно отнеслись к тому, что их партнерша любит какое-то занятие, и высказали мнение, что в то время, когда она занята, я тоже занимаюсь любимым делом.

Многие из наших молодых людей, особенно те, кто успешно воспитывается, в большинстве случаев идеально подходят для семейной жизни своих родителей. Так 64% наших молодых людей отлично оценили супружескую жизнь своих родителей.

При определении отношения партнера к выбранной профессии 72% девушек считали, что каждый человек должен расти в своей профессии. С другой стороны,

28 процентов девушек заявили, что их не интересуют профессиональные цели своего партнера.

Что вы будете делать, если ваш партнер отличается от вас по одежде? 52% респондентов ответили, что ожидают, что мне понравится мой вкус, 40% пошли на компромисс, потому что ему это нравится, 8% сказали, что я иду на компромисс, даже если мне это не нравится.

Реагируя на «пробный брак», 60% студенток выразили свое недовольство, 24% затруднились с реакцией, а 16% посчитали, что это хорошая возможность узнать друг друга. Другое отношение сложилось, когда девушкам объясняли этот процесс, связывая их знакомством и знанием друг друга до брака, то есть они приходили к выводу, что знание личных психологических особенностей своего супруга, безусловно, может пригодиться в различных ситуациях семейной жизни.

Связь мужчины или женщины с другими людьми до брака осудили 88% респондентов и только 12% не смогли четко выразить свое отношение.

Вы бы простили, если бы вас предали? большинство студенток на вопрос никогда (76% i) не выбирали ответ в зависимости от ситуации (24% i).

Не всегда у нашей молодежи, воспитанной в духе сказок, художественных фильмов, романов, легенд, повествований, с момента знакомства с есенином, могут формироваться правильные представления о семейной жизни. В материалах, предоставляемых через средства массовой информации, телепередачи, радиопередачи по подготовке молодежи к семейной жизни, много случаев одностороннего толкования семейной жизни только с положительной стороны. Подобные ситуации могут стать причиной неправильного формирования у молодых людей представлений о семейной жизни.

С целью координации знаний о семейных отношениях у представителей молодой семьи мы организовали с ними обучающие игры. Это игры» лесть «и» интервью", целью которых является обучение учащихся преодолению эмоциональных барьеров в процессе семейных отношений, искреннему общению с окружающими, формирование коммуникативных навыков и умений, а также культуры общения в процессе семейных отношений. В ходе тренинга» льстить " учащиеся по своему усмотрению делились на такие роли, как свекровь, невестка, жених, невестка. Затем по очереди льстили друг другу искренне, красивыми словами. Ведущий и остальные члены группы наблюдали за их поведением, общением с собеседником, мимикой, поведением. В конце игры наблюдатели анализировали, как участники выполняли роли, и давали необходимые подсказки. Роли менялись на протяжении всей игры.

Подводя итог, можно сказать, что половое созревание-явление достаточно конкретное и очевидное с точки зрения анатомии и физиологии человека. Помимо вопроса о половом созревании молодых людей для вступления в брак, как упоминалось выше, можно выделить еще несколько типов социальной зрелости. Это: сексуальная, гражданская, профессиональная, социальная, экономическая, духовная, моральная и психологическая зрелость.

Литература.

1. Karimov I.A. O’zbekiston buyuk kelajak sari.-T.: “O’zbekiston”, 1998.-686-b

2. O’zbekiston Respublikasi oila kodeksi. Toshkent. «Adolat», 1998 - 300 b.

3. Abdulla Avloniy «Turkiy guliston yoxud axloq». Toshkent. «O’qituvchi», 1992 - 160 b.

4. Abdullajonova M, Isoqova M, Isroiljonov S. Zokirova M. Ijtimoiy psixologik treningdan praktikum. «Farg’ona» nashriyoti, 2003 - 68 b.

5. Бородкин Ф.М, Коряк Н.М, Внимание: Конфликт! Новосибирск, «Наука», 1989 - 190 б.

6. Гозман Л.Я Психология эмоционал отношений. М. Изд-во МГУ. 1987 - 176 б.
7. Ковалев С.В. Психология современной семье. Кн. Для учителя. М. «Просвешения», 1998 - 208 б.

ВЫЯВЛЕНИЕ И ИЗУЧЕНИЕ СВЯЗИ МЕЖДУ ИНДЕКСОМ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ (ИКЖ) И ЦЕННОСТНЫМИ ОРИЕНТАЦИЯМИ ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

Абдуллаева Р.М.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *В статье раскрыто описание методики изучения качества жизни и определена связь с уровнем благополучия Личности женщин зрелого возраста.*

Ключевые слова: *качество жизни, благополучие, благосостояние, психический и физический показатель качества жизни.*

Abstract. *The article describes the methodology for studying the quality of life and determines the connection with the level of well-being of the Personality of mature women.*

Key words: *quality of life, well-being, well-being, mental and physical indicator of quality of life.*

Задачи развития современного общества заключаются не только в укреплении экономических и политических основ, но также и в основе роста социальной гражданственности и благосостояния людей. Все реформы, проводимые правительством республики в последние годы, направлены на решение этой важнейшей проблемы. Решение этих задач является не только инициативой органов государственной власти, но и требует усиления активной гражданской позиции каждого из участников общественного развития.

Поставленные задачи развития общества отражены и в перспективных этапах развития Узбекистана. В приоритетные стратегии развития входят и направления необходимости совершенствования работ с семьями, а именно повышение духовно нравственности семейных взаимоотношений, решение вопросов укрепления брака и семейных отношений и разработка эффективных механизмов организации социально психологической помощи семьи [1].

С незапамятных времен проблема брака и семьи находилась в центре внимания более широкого социального и научного сообщества. Это не зря, ведь из истории известно, что семья образовалась задолго до государства и была одной из древнейших форм общественного объединения людей. По мере подавления многовекового эволюционного развития в браке и семейных отношениях сформировалась особая естественность, и эти природные факторы сформировались как национальные ценности.

Однако в результате различных социальных изменений, нововведений и отказа от некоторых мероприятий как «устаревших» был забыт ряд природных явлений и ценностей, не утративших актуальности на сегодняшний день. Мы забыли наследие прошлого, которое было национальной ценностью для нашего народа, и наше отношение к ним изменилось. Эти «перекосы» и «изменения» необходимо «заменить» в свете требований сегодняшнего дня. Президент Шавкат Мирзиёев подчеркивал: «... Чем больше мы изучаем это духовное сокровище

(наследие предков), тем больше мы найдем правильных ответов на многие вопросы, которые волнуют нас сегодня. Чем больше мы будем активно продвигать это бесценное богатство, тем больше наши люди, особенно наша молодежь, будут ценить сегодняшнюю мирную и свободную жизнь»[2] . В свете решения проблем использования национальных ресурсов в деле укрепления семьи и брака мы ставим задачу раскрытия механизмов влияния национальных традиций как возможности укрепления брака. Сколько бы ни изучались проблемы семейной жизни и брака, остаются актуально не решенные проблемы отраженные в Законах и Постановлениях Правительства Республики Узбекистан, принятые за последние годы [3]. В целях обеспечения благополучия семей и укрепления брака в нашей стране психологами и социологами проводятся исследования на изучение благополучия женщин зрелого возраста. Семейный институт является основой общественно исторического развития. К ним относятся: исторические изменения в семье и браке; изучение семьи в качестве общественной структуры, раскрытие характеристик социально-психологических сторон развития брачно-семейных отношений. Выявлены и продемонстрированы основные формы практической работы в семье - различные формы консультирования и обучения. В узбекских исследованиях раскрыты этнические, региональные, социально психологические аспекты предмета изучения семейных отношений (Сагинов Н.А., Каримова В.М., Утербергенов М.А., Салаева Н., Расулова З.А.). Если мы посмотрим на историю брака и семейные вопросы как на предмет научных исследований, то увидим, что научных традиций в этом отношении достаточно. К проблемам семьи социологов, социальных психологов (Бахофен И.Дж. 1861), юристов Дж. Ф. Макленнан (Шотландия), «Первобытный брак» (1865 г.) и Л.А. Г. Работы Моргана. (1871 г.) (Америка). Слишком поздно для них делать вывод о том, что был период до брака, когда брака не было, и когда он был рассчитан как родство на основе мужского происхождения или как семейный институт с женским дипломом. родства. Исследователи, социологи, педагоги, историки, философы и юристы продолжают связывать отличительные черты общественного развития до конца XX века с особенностями супружеских и семейных отношений.

По мнению социально-политических и педагогических экспертов, значительные социальные изменения, произошедшие в последние десятилетия двадцатого века, привели к разрушению социальных норм, определяющих направление личной жизни. Такие изменения стали причиной изменений в семейных и брачных отношениях современных людей. Мы, как социальный институт, не решили проблему изменения характера отношений с семьей и брака и семейных отношений между «мужем» и «женой», детьми и родителями, братьями и сестрами. По мнению В.М. Черняка, важная проблема состоит в том, что семья теряет монополию на сосуществование и воспитание детей. Возникли противоположные формы семьи, среди которых свободное проживание без брака называется неправомерным гражданским браком (свидетельство о браке, права и обязанности мужа и жены возникают с момента регистрации брака). Важным фактом является свидетельство социальных изменений, которые являются предметом практической социальной психологии, и их потенциал стал очевиден в меняющейся социальной среде. Эта уникальность выражается в том, что на практике невозможно анализировать каждую семью на основе ее собственных взглядов и конфликтов. По мнению С.И. Голода, известного ученого, изучавшего проблемы брака и семьи в бывшем Советском Союзе, брак является естественным ядром современной семьи. Поэтому его устойчивость зависит, прежде всего, от удовлетворенности семьи. Автор определяет и заменяет понятия психологического воспитания на группы «адаптация», «автономия», называя их «базовыми семейными ценностями». Помимо социально-психологических исследований

семьи, в конце XX - начале XXI веков стремительно стали развиваться гендерные исследования. «Предположения и утверждения» о роли общества как предмета исследования стали широко обсуждаться в гендерной психологии. По мнению авторов гендерных исследований, самое главное - новый подход к системе ценностей Женщин. Центр этой кадровой системы - Человек. Однако в классической психологии семейным парам уделялось особое внимание. Наше исследование посвящено изучению факторов благополучия Личности и ее реализация в социуме при помощи метода «Обзор состояния здоровья SF-36». Исследование SF-36 направлено на измерение качества жизни (WS) и широко используется в США и Европе для определения качества жизни населения. Методика опробирована имеет высокую степень надежности и модифицирована в Узбекистане д.м.н., профессором Камиловой О.Т. (2007). Анкета состоит из вопросов, которые систематизированы в 8 шкал. Включая: физическое функционирование ролевое функционирование; интенсивность боли; общее состояние здоровье; жизненная активность; социальное функционирование; ролевое функционирование обусловленное эмоциональным состоянием; психическое здоровье. Показатели каждой шкалы выставлены от 0 до 100. Оценка 100 обычно считается высокой оценкой. 8 шкал разделены на две группы: умственного и физического компонента. Отдельным звеном было изучение роли семейных отношений женщин и индекса качества жизни. Полученные результаты проанализированы путем подсчета по ключам методики и выражая средний арифметический показатель по каждой из групп. Суммирование показывает наличный индекс качества жизни (ИКЖ) [5].

Таким образом, получены балы по следующим показателям:

1.Физическое функционирование - отражающее степень, в которой физическое состояние ограничивает выполнение физических нагрузок (самообслуживание, ходьба, подъем по лестнице, переноска тяжестей). Низкие показатели по этой шкале полученные результаты свидетельствуют о преобладании физической активности субъекта.

2. Ролевая активности. Это показатели свидетельствующие о том, как физические нагрузки отражаются на каждодневной возможности исполнения социальных ролей в обществе. Возможно определение социальной активности личности.

3. Боль в теле. Сила боли и ее влияние на деятельность человека, повседневную деятельность, рабочий процесс и работу по дому.

4. Общее состояние здоровья. Оценка и отношение к своему здоровью. Низкие показатели говорят о негативном отношении человека к своему здоровью.

5. Жизненная активность. Согласно с результатами, полученными по этой шкале, лицо считается иметь полную силу или иначе слабый. Подразумевает

6. Социальное функционирование. Показатель изменения социальной активности. То есть снижение уровня общения определяется ухудшением эмоционального и физического состояния человека.

7. Эмоциональное состояние (Роль - Эмоциональное - РЭ).

8. Психическое здоровье (МН) .

Первая группа индекса качества жизни является «Физическим компонентом».

1. Физическое функционирование (PF).
2. ролли (Роль-Физическое Функционирование-РП).
3. боль в теле (Bodiy pain - АД);
4. Общее здоровье (GH).

Вторая группа. «Психическая составляющая» Психическое здоровье.

В таблице №1 представлены обобщенные данные

Таблица 1.

Показатели индекса качества жизни

№	Психический компонент. (Душевное здоровье).	Ташкент (n = 100) средний балл	Хорезм (n = 100) средний балл	Иностранный. (n = 100) средний счет
1.	жизнеспособность (VT)	90	80	99
2.	Социальное функционирование (SF)	60	75	80
3.	эмоциональное состояние (Role-Emotional-RE)	90	59	79
4.	психическое (здоровье) (Mental Health-MH)	60	70	90
		75	71	87
	Физическая составляющая			
1.	Физическое функционирование (PF).	75	73	90
2.	ролевые (Роль-Физическое Функционирование-РП).	96	95	86
3.	боль в теле (Bodiy pain - АД);	67	54	79
4.	Общее здоровье (GH).	76	89	90
		79	78	86

Исследование показало, что хотя индекс уровня жизни высок, есть различия. Существование различий учитывает характеристики, составляющие качество жизни и ценности исходящие из социальной среды сообщества. В процессе социализации в Ташкенте респонденты были определены как имеющие место в сообществе и анализирующие свой образ жизни с точки зрения норм и стереотипов. Затем определяется роль и система ценностей для него (семья, работа, защита и т. Д.). В качестве инструментальных ценностей: физическая активность, общее состояние здоровья. Уникальная среда проживания, типичная для респондентов из Хорезма, в первую очередь обусловлена ее ценностью для здоровья и, прежде всего, ее ролью в активизме. Жизненная и социальная мобильность, физическая активность, психическое здоровье проявляются как инструментальные ценности. У иностранных респондентов определяется самооценка Жизни как конечных ценностей. Прежде всего, роль жизнедеятельности - это психическое здоровье, затем физическая активность и общее состояние здоровья, составляющие его, а затем роль активности и достижения социального статуса [4]. Здоровый образ жизни. Установлено, что уровень удовлетворенности и удовлетворенности уровнем жизни связан с системой ценностей. Исследование доказало, что система ценностей связана со средой, в которой она живет, и этот факт подтвержден всеми сторонами. Система ценностей не влияет на Индекс уровня жизни. В то же время распад системы ценностей влияет на удовлетворенность уровнем жизни. Условия жизни, социальная среда, личная ориентация, уровень удовлетворенности и образ жизни являются факторами, влияющими на появление этих ценностей. Сходные качества благополучных семей: удовлетворенность жизнью, высокий уровень семейных и национальных ценностей в системе ценностей, проявление качества жизни в соответствии с социальной средой. Исследование показало, что

удовлетворенность жизнью, национальными ценностями, семейными ценностями и адекватность роли мужей и жен способствует гендерной чувствительности и находит свое отражение в социальном поведении.

Литература.

1. Abdullayeva R.M, Baqoyeva Z.R, Djo'rayeva M.T, Sattarova D.E. Social-Psychological Factors of Improving the Quality of Life. Excellencia: international multi-disciplinary journal of education. https://multijournals.org/index.php/excellencia-imje. Volume 02, Issue 06, 2024 ISSN (E), 2994-9521. 452-459.

2. Abdullayeva R.M. Specific Aspects of Using Digital Technologies in Improving the Quality of Life. Best journal of innovation in science, research and development. ISSN: 2835-3579. Volume: 2 Issue: 10/ 2023. 603-607.

3. KhimmatalievD.O., Khakimova M.F., Beknazarova Z.F., Abdullayeva R.M., Minlishev R.Z. Formatuon of professional competence of students of technical universities through interdisciplinary integration. University Press Journals. November 21, 2019. 422-424.

4. Abdullayeva R.M. Requirements for choosing a profession international journal of early childhood special education (int-jecse) doi:10.9756/intjecse/V14I6.269 ISSN: 1308-5581 Vol 14, Issue 06 2022. 2150-2153.

5. Khimmataliev D.O., Khakimova M. F., Hkamidov J. Abdullayeva R.M., Improving the professional competence of professional teachers. Improving the professional competence of professional teachers. Journal of Critical Reviews. Vol.7, ISSUE, 11, 2020, 1131-1137 p.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ СТУДЕНТОВ ОБ УСПЕШНОЙ СЕМЬЕ

Абдурайимов С.О.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *В статье рассматриваются типологические особенности формирования понятий, направленные на становление учащихся как личности в социальных отношениях, заключающиеся в выявлении социально–психологических детерминант понятий Успешная семья в конкретных аспектах и анализе состояния усвояемости.*

Ключевые слова: *социальная установка, личность, стимулы, эго, социальная идентичность, интересы, способности, характер и темперамент.*

Annotation. *the article consists in determining the socio–psychological determinants of students ' concepts about a sustainable family, which are aimed at the formation as a person in social relations, analyzing the typilogical features of identity and the state of study.*

Key words: *social attitude, personality, stimuli, egos, social identity, interests, abilities, character and temperament.*

Политические, экономические и социальные изменения, происходящие в мире, вызывают множество изменений в теории и практике обучения и воспитания, в том числе и в пункте 3 статьи 16 «Всеобщей декларации прав

человека» «Семья – естественная и основная ячейка общества.» считается ячейкой и имеет право на защиту со стороны общества и государства» [1]. Современная социально-психологическая практика в новых социальных условиях не может быть реализована без глубокого теоретического осмысления методических и практических проблем, поскольку без решения этих существующих проблем невозможно достичь эффективности в воспитании и обучении. Новейшие научно-теоретические сведения ученых, проводящих научные исследования в области социальной психологии, результаты научных исследований воплощают изучение социально-психологических состояний конфликтных семей как актуальную проблему.

В нашей республике путем исследования психологических аспектов предотвращения возникновения конфликтов в семейных отношениях создается необходимая нормативно-правовая база для формирования чувства смелости для позитивных изменений в политико-экономическом, социально-психологическом развитии нашего общества. . «Регулирование семейных отношений подразумевает добровольный брак мужчины и женщины, равенство личных и имущественных прав мужа и жены, решение внутрисемейных вопросов по взаимному согласию, воспитание детей в семье, их благополучие. забота о бытии и зрелости осуществляется на основе принципов приоритетной защиты прав и интересов несовершеннолетних и недееспособных членов семьи» [2] наряду с вопросами социально-психологической подготовки к межличностным отношениям, приоритетной задачей приобретения. профессиональные навыки, определяемые как , могут стать необходимой основой научного изучения данной проблемы.

В нашем исследовании это стало основой для разработки и реализации комплексной диагностики формирования личности в социальных отношениях, заключающейся в определении социально-психологических детерминант представлений этих студентов об успешной семье. При этом решалась задача изучения психолого-педагогических факторов, способствующих развитию молодежи как личности в социальных отношениях, заключающаяся в определении социально-психологических аспектов проявления защитных механизмов в их индивидуально-типологических характеристиках.

Общая выборка исследования составила 148 человек, в том числе:

- 108 студентов (54 мальчика и 54 девочки),
- Обучено 40 учителей.

Исследование проводилось с 2022 по 2023 год. В соответствии с целями, задачами и методологической основой гипотезы была разработана программа исследования, включающая несколько этапов.

Социально-психологические детерминанты представлений студентов об успешной семье рассматриваются как важный аспект мыслительной деятельности, направленный на устранение их представлений о семье в сложных ситуациях. Анализ отечественных исследований в области психологии развития и психологии юношества между наиболее острыми позициями напряжения в подростковом возрасте - «самооценка подростка», «отношения с семьей», «трудности подростка в процессе социальной адаптации» показал взаимосвязи .

Эмпирическую базу нашего исследования формирует не только разный опыт семейных отношений, но и люди с разным образом жизни и возрастом, что связано с гендерными различиями, различиями в уровне жизни в регионе и определяется конкретной средой обитания. Изучены онтогенетически различные факторы, связанные с различиями, обусловленными стадиями развития.

Таблица 1

Социально-экономико-демографическое распределение респондентов, принявших участие в исследовании

Жизненный опыт	Пол	Жилой район		Общее количество
		Городская	деревня	
Свадьба не строил	Мужской	8	8	16
	Женщина	11	9	20
	Общий	19	17	36
до 5 лет	Мужской	9	10	19
	Женщина	10	9	19
	Общий	19	19	38
5-9 лет	Мужской	9	9	18
	Женщина	10	10	20
	Общий	19	19	38
Более 10 лет	Мужской	9	9	18
	Женщина	9	9	18
	Общий	18	18	36
Общее количество людей, участвовавших в исследовании мужской/женский		35/40	36/37	71/77
Общий		75	73	148

Дискуссии о роли процессов глобализации в изменении и определении образа социальной идентичности до сих пор не решены. Проблема цифрового общества в том, что виртуальное, цифровое, реальное «Я» проявляется в новой форме идентичности.

Семейные отношения сложны, мозаичны, многоуровневы и многоуровневы, изменчивы, что затрудняет их изучение и понимание. Новые информационные и коммуникационные технологии, от Интернета до блокчейна, по-новому реорганизуют общество.

Горизонтальные и социальные сетевые структуры усиливают свое влияние на социальные процессы. С другой стороны, это открывает большие возможности для современного человека. Например, от практически мгновенного общения в социальных головоломках до электронного общения с государством и его институтами. В то же время в этом процессе уникальность информации, результат развития информационного общества или количество и интенсивность информации, доходящей до человека, ограничивают его критическое восприятие.

Возникновение семейных конфликтов в межличностных отношениях определяется возрастом респондентов. Мы классифицировали их по четырем жизненным стажам: неженатые (16 мужчин и 20 женщин), с 5-летним жизненным стажем (19 мужчин, 19 женщин), с 5-9-летним жизненным стажем (18 мужчин, 20 женщин) и последние группа (18 мужчин, 18 женщин).

На начальном этапе нашего исследования мы провели тест А.Н. Волковой «Есть ли конфликты в вашей семье» на 148 респондентах. Тест включает 9 утверждений, направленных на определение наличия семейных конфликтов и их причин, каждое утверждение оценивается определенными баллами. Нами были получены следующие результаты.

Таблица 2

Результаты теста А.Н. Волковой «Бывают ли у вас конфликты в семье?» (Т-тест студента)

Шкала	Группа	n	Среднее значение	df	t
Свадьба не строил	Мужская группа	16	3.37	36	0,43
	Женская группа	20	2.85		
до 5 лет	Мужская группа	19	3.31	38	-0,07
	Женская группа	19	3.52		
5-9 лет	Мужская группа	18	3.18	38	-0,07
	Женская группа	20	3.15		
Более 10 лет	Мужская группа	18	3.56	36	0,43
	Женская группа	18	3.67		

Из таблицы выше видно, что среднее значение у неженатых мужчин в 16 выборках составило 3,37 балла, а в женской группе - 2,85. Достоверные различия составили 2,81. А уровень уверенности дал значение 0,43.

В группе мужчин со стажем жизни до 5 лет среднее значение по 19 пробам составило 3,31 балла, а в группе женщин - 3,52. Достоверные различия составили 0,21. Уровень уверенности дал значение -0,07.

В группе мужчин со стажем 5-9 лет среднее значение по 18 пробам составило 3,18 балла, а в группе женщин - 3,15. Достоверные различия составили 0,03. А уровень уверенности дал значение 0,07.

В группе мужчин со стажем жизни более 10 лет среднее значение по 18 пробам составило 3,56, а в группе женщин - 3,67. Достоверные различия составили 0,11. Уровень уверенности дал значение 0,43.

На следующем этапе нашей диссертационной работы был создан социально-психологический опросник на основе широко анализируемых в психологической литературе причин с целью изучения причин конфликтности в семейных отношениях.

В ходе опроса были перечислены 22 фактора, вызывающих конфликт, и респондентам было предложено оценить каждую причину по 5-балльной шкале.

Выводы и рекомендации. На основе выявления социально-психологических детерминант представлений студентов об успешной семье особое значение приобретает изучение эффективных факторов и механизмов, обеспечивающих формирование отношения личности с научно-психологической точки зрения. В результате исследования, выполненного по написанной на соискание ученой степени диссертации на тему «Социальные и психологические детерминанты представлений студентов об успешной семье», были сделаны следующие выводы:

1. При решении данной проблемы значение социально-психологических детерминант понимания студентами благополучной семьи и влияния на прочность семьи, изучения зарубежного опыта управления семейными конфликтами, рекомендаций по разрешению конфликтов между супругами, конфликтных семей. научитесь использовать технологию картирования семьи при работе.

2. Формирование социально-психологических детерминант представлений студентов об успешной семье является наиболее чувствительной и решающей формой формирования брачных отношений в молодых семьях, имеющих специфические территориальные, этнические, половые, возрастные и индивидуально-психологические особенности. Отношения пары, типичные для

молодой семьи, могут не подойти другой паре. Потому что пара, создавшая молодую семью, — это личности, воспитанные в семьях с разной системой межличностных отношений, разными установками и сформировавшиеся как личности. Тем не менее в специальных психологических исследованиях и научной психологической литературе, написанной на основе полученных из них результатов, приводятся соответствующие сведения об общих механизмах формирования и развития супружеских отношений в молодых семьях.

3. К социально-психологическим детерминантам представлений студентов об успешной семье относятся неравномерность, перипетии, сложности и проблемы семейной жизни. Одно из таких осложнений связано с процессом адаптации молодой пары к новому социальному статусу, положению: муж, жених, женатый, женатый мужчина, жена, невестка, замужняя женщина, к новой социальной среде, к новая семья.

4. После того, как в молодых семьях сформированы социально-психологические детерминанты представлений студентов об успешной семье, возникает множество социально-психологических, этнических, территориальных, половых факторов, мешающих «ожидаемому» развитию супружеских отношений, и у наших молодых люди знают обо всем этом заранее, им уместно быть готовыми смягчить их отрицательные последствия и развить свои положительные стороны.

Литература.

1. BMT Bosh Assambleyasining Rezolyutsiyasi. 217 A (III).:1948 yil 10- dekabr.
2. O’zbekiston Respublikasi Oila Kodeksi.I bo’lim.2-modda.30.04.1998 y.
3. Gulyamov Dj.R., Nurboyev Q.M., Khuzhakulov N.T. Personal professional plan of students as a factor of a targeted organization of proforientation work and a conscious profession choice / European Journal of Molecular & Clinical Medicine: Volume 07, Issue 07, 2020 / https://ejmcm.com/article_3309.html. -P.960-969.
4. Павлютенков Е.М. Формирование мотивов выбора профессии / Под ред. Б.А.Федоршина.. –Киев.:Рад. школа, 2014 Р-14-18
5. Чистякова С.Н. Профессиональная ориентация школьников. –М., Педагогика, 1983.-Р 201-207

STUDY OF STUDENTS' MOTIVATION PROBLEM BY FOREIGN SCIENTISTS

Ag‘amurodov S.I.
(Bukhara, Uzbekistan)

Abstract. *In this article, a number of scientific concepts dedicated to the study of the motivations of scientific and creative activity of students are widely explained by foreign psychologists. In the science of world psychology, the emergence of motives, the formation and ways of formation of motivation in the activity, educational process and attitude have been extensively studied.*

Keywords: *Motivation, biological need, achievement, concept, struggle of motives, individuality, ability, competence, intelligence, abilities, activity.*

Аннотация. *В данной статье зарубежными психологами широко раскрыт ряд научных концепций, посвященных изучению мотивации научной и творческой деятельности студентов. В науке мировой психологии широко изучены возникновение мотивов, формирование и пути формирования мотивации в деятельности, учебном процессе и отношении.*

Ключевые слова: *Мотивация, биологическая потребность, достижение, понятие, борьба мотивов, индивидуальность, способность, компетентность, интеллект, способности, активность.*

Enterance. The global changes taking place in the life of society both in our country and abroad have led to the emergence of new socially significant trends. In the conditions of the country's transition to a market economy, the intellectual labor market is becoming demanding not only for technical literacy, but also for competent creative individuals who are able to acquire knowledge and create new knowledge based on it.

In the modern changing socio-economic conditions, a new situation has arisen for the creative development of the personality of the student and student in the educational process, which requires an urgent search for new optimal methods of meeting the actual needs of the students' creative development. students, students at different stages of education. However, in practice, the old system of working with students is being implemented, which does not take into account the new reality.

In foreign psychology, there are a number of scientific researches devoted to studying the motivation of educational activities.

Literature analysis. According to the Austrian scientist Z. Freud, the source of motivation is the preservation instinct of the species and the individual. If the social nature of a person requires an approach from the point of view of his socialization, then the relation of unconsciousness and consciousness mutually require each other.

The psychoanalytical concept recognizes that motivation is based on human inclinations. The source of this is understood as the somatic process in a part of the body part that attracts the inclination. In Freud's theory, inclination and instinct are not distinguished, which is a unique approach.

According to the theory of behaviorism, motivation arises as a response of body parts to external influences. They mean the mechanical transfer of instinctive behavioral motive to human character. According to their interpretation, human behavior consists of unconsciousness and occurs as a response reaction of body parts due to an external "stimulus".

D. Watson, the founder of behaviorism, tries to explain that the main task of psychology is to study the motivation of behavior. He abandoned the investigation of mental states and divided behavior into internal and external forms, which are directly related to the stimulus and response. For Dj. Watson, "behavioral motivation" becomes the main concept, as a result of which its relationship with psyche is considered normal.

V. Mag-Dougall tries to justify the innate nature of motivation and compare it with innate instinct. For this purpose, the author first distinguishes 14 and then 18 human instincts and explains them. Despite the fact that his views have changed, interpretations related to this field remain.

H. Heckhausen created an extended model of motivation, in which most of the discussed motivation criteria were taken into account. In the Heckhausen model, in order to explain the action, four mutually different concepts are introduced, result (product), consequence. These concepts interact with each other through their coordination with the types of expectations. In the same way, the expectation of the situation-outcome gives rise to the level of personal belief, although in some situations a certain outcome can be expected even if it is not involved. The author distinguishes this type of expectation from the probability of success, but considers their unity in motivation models. H. Heckhausen

defines the last situation, i.e. the appearance of "action-result" as expectation. The author introduces the expectation of "action-situation-result" as an addition and describes it as expressing the level of expectation, which external and variable events (situations) can reduce or increase the expectation of action-result (for example, fatigue, help from strangers). An outcome is connected to an outcome through outcome-consequence expectation and participates as a level of means of experiencing the outcome of an action in order to realize the outcome of a desired or accidental action.

In the model of motivation, the criteria of expectation and motivation are interrelated. Any consequence of an action can come into contact with a specific trigger. H. Heckhausen divides the consequences of action into four classes: self-evaluation, approaching a higher goal, evaluation of others and indirect effects.

Among psychologists, the set of views that "human motives lie on the basis of biological needs" is widely used. For example, according to the American scientist B. Damell, the needs created in the tissue are the main source of the stimulus. Commenting on this idea, Danlen firmly believes in the opinion that "excitement does not go beyond biological tissue".

According to Guilford, the primary source of activity is food. But the author does not seek to express his opinion consistently. When assessing this situation, the occurrence of a mutual exchange between the flow of psychological problems and the biological flow of motives and motivations should not go beyond the scope of reasoning. Because the source of activity of the biologically conditioned plan is manifested in the form of assimilation and dissimilation. Whereas biological states form the material basis of mental processes. For the same reason, he believes that they arise as a primary source and basis of psychic activity.

D. Atkinson, based on the theory of achieving motivation, simplified and expanded the theory that increases the validity result in one period. The relationship between success (and failure) and the complexity of tasks has become simpler. In this model, motivation depends on the subjective probability of success (as it is known, valence depends on the subjective complexity of the task in Festinger's model). In Atkinson's model, the likelihood of a linear interaction between the expectation of success and the motivation is embodied. The idea of a simplified model of the motivation with the probability of success is based on the concept of interrelationship. Measuring the expectation of success is supposed to be enough, and the motivation is imagined as an additional dimension.

Dj. Atkinson extended the model of increasing the validity result to the account of two dispositional variables. However, personality factors were not included in the model, which increased the validity result. The author introduced such psychological terms as the motivation to strive for success and the motivation to avoid failure into the science of psychology.

Dj. Atkinson's model predicts that the priority will increase faster in relation to tasks of average subjective complexity when comparing the motivation of failure with the motivation of success. Individuals with unsuccessful motivation have the maximum avoidance tendency in tasks of moderate complexity.

In addition, Atkinson and K. Birch's theory of motivation divides motivation into several "languages"; experimental, neurophysiological, behavioral, mathematical.

The novelty of their theory is that instead of analyzing reactions, actions, including verbal actions, are studied. Affecting stimuli are reestablished depending on motives, their significance, evaluation. This thing serves to classify the action, to determine the effective cases.

K. Levin thinks that when he develops the methodology of experimental study of motives, he judges them completely independently. As the image category is understood in Gestalt psychology, K. Levin uses motif as a similar category in his "field (space)

theory". The relationship between the image and the motive is denied, the physical and spiritual content of the situation and the motivation within it are not recognized. When K. Levin explains behavior, the emergency of a person arises from his direct relationship with the visible environment in a micro-interval of time. Based on his theory, motivation has two types: innate and acquired (mastered), the first of which applies to animals, and the second to humans.

In his work, G. Allport puts forward the idea of applying a person-oriented approach in revealing the nature of human motivation as a representative of the personalist direction. In his theory of self-expression, the individual is analyzed and interpreted as a subject of motivation. When describing his concept of personality, he interprets it as an "open system" and divides it into lower (biological need) and higher (developmental) levels of motivation within the scope of motivation.

Allport's theory is considered a specific contribution to the development of motivation. In explaining the nature of motivation, he emphasizes that the motive is the core of the person in order to justify the directed approach aimed at the individual, but he ignores the existence of their connection with the social and historical conditions.

Discussion. E. Duffy puts forward the idea of researching the problem of motivation in his motivation activation theory. This theory can be expressed through behavioral orientation (activity of behavior). Duffy seeks to examine the problem of whether or not there is a match between the activity and the stimulus. According to him, the processes of recognition and reaction with the stimulus alternate with each other. Its main purpose is to check activation and its direction to determine motivation.

D. Bindra uses physiological concepts to create his theory of motivation. His achievements are summarized in the book "Motivation - Systematic Reinterpretation". Along with the physiological explanation of motivation, he also emphasizes the subjective aspects affecting it.

D. Bindra studies motivation in connection with feelings of hunger, play, and fear. Based on the obtained results, he divides the behavior into two forms: reason-based and goal-oriented. It is considered exaggerated by scientists that the body's function (physiological state) has such a great influence on motivation. Because there is a goal and a motive in front of every action, therefore it is considered unfair to put them in opposition to each other.

The results of D. Berlein's theory of motivation are included in the work "Conflict, activation, surprise". The author directly refers to the need when opening the problem of motivation and interprets it in several different ways. The author creates a complex psychophysiological scheme of motivation, in which the need serves to determine the body's responses.

K. Pribram's concept of motivation was created on the basis of the fields of neuropsychology. According to Pribram, motivation is a monitor image. The general position of the author is expressed in the following form: the function of the brain is to transmit and amplify information. Processed information creates an image of the internal state of the external world. Pribram says that the emergence of motivation occurs on the basis of comparing different images. Pribram remains in the physiological position in the theory of motives.

Neil Miller describes his theory of attitude and personal motivation in Frustration and Aggression. He conducted psychophysiological research on motivation. According to him, the theory of motivation has the following form: need - encoding - reinforcement. the need creates activity, and if the response is not reinforced, then there is a tendency to exclude it. If the answer is strengthened and refined, the connection between the answer and the code will be faster. Neal Miller's theory of motivation is based on the need-code-response-reinforcement system.

I. Brown's theory of motivation describes the biological analysis of motivation. According to Brown, as a source of motivation, needs serve as primary organic and secondary conditional skills. If they are in a mutually conflicting situation (conflict), then a situation of frustration arises. a need drives behavior into action. He develops a theory of motivation based on the position of behaviorism and transfers it to a person.

Conclusion. In the interpretation of Western scientists, the problem of motivation has been widely studied. If we look at the scientific analysis of the concepts of motive-motivation in students, it first of all depends on the individual psychological characteristics of the person, and it develops and improves in connection with the interests, inclinations and current needs of the students. When organizing the educational process, if each pedagogue organizes the educational process based on the individual psychological characteristics of the student, the activities of both sides will definitely be productive.

List of literature.

1. Битянова М. Р. Организация психологической работы в школе. - М.: Совершенство, 1997.
2. Пахальян В.Э. Психологическое консультирование.- Спб.: Лидер, 2006.
3. Практическая психология образования. / Под ред. И. В. Дубровиной. - СПб.: Питер, 2004
4. Рогов Е.И. Психология познания – М.: ВЛАДОС, 1999- 176 с.
5. Якиманская И. С. Особенности психологического консультирования в работе со школьными учителями: Автореф. дис. … канд. психол. наук. - СПб, 1997. - 16 с.

ЭФФЕКТИВНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ РОДИТЕЛЕЙ В КОРРЕКЦИОННО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ДЕТЕЙ

Алимова Г.К.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *В современном образовательном контексте, где признается уникальность каждого ребенка, важность обеспечения ему полноценного развития становится главной задачей. Это относится к детям с различными образовательными потребностями, для которых требуются индивидуализированные подходы. В рамках этого нового образовательного парадигмы, где разнообразие считается ценностью, коррекционно-профилактическая работа с родителями становится ключевым фактором.*

Ключевые слова: *ребёнок, родитель, семья, социально-эмоциональное развитие ребенка, взаимодействие семьи, коррекционно-профилактическая работа, конструктивный подход.*

Abstract. *In the modern educational context, where the uniqueness of each child is recognized, the importance of ensuring his full-fledged development becomes the main task. This applies to children with different educational needs who require individualized approaches. Within the framework of this new educational paradigm, where diversity is considered a value, correctional and preventive work with parents becomes a key factor.*

Keywords: *child, parent, family, socio-emotional development of the child, family interaction, correctional and preventive work, constructive approach.*

Вовлечение семьи в процесс обучения и воспитания становится неотъемлемой частью успешности образовательной системы. Родители, играя активную роль в жизни учебного заведения и взаимодействуя с учителями и специалистами по коррекции, могут стать надежными партнерами в обеспечении не только академического, но и социально-эмоционального развития своих детей. В этом свете, исследование коррекционно-профилактической работы с родителями обретает стратегическое значение, поскольку оно направлено на формирование взаимодействующей образовательной среды, способствующей полноценному росту каждого ребенка.

Коррекционно-профилактическая работа представляет собой комплекс систематических и целенаправленных мероприятий, направленных на предупреждение, устранение и коррекцию различных педагогических, социальных и психологических проблем, которые могут возникнуть у детей в ходе их образовательного и социального взаимодействия. Эта область включает в себя разнообразные стратегии и методы, охватывающие как образовательные учреждения, так и семейную среду, с целью обеспечения полноценного физического, психологического и социального развития каждого ребенка.

Действия в рамках коррекционно-профилактической работы не ограничиваются простым устранением существующих проблем; они также направлены на предотвращение их возникновения в будущем. В этом контексте, коррекционно-профилактическая работа стремится создать поддерживающую и стимулирующую среду как внутри образовательных учреждений, так и в семейной обстановке, с тем чтобы дети могли максимально реализовать свой потенциал и успешно интегрироваться в общество.

Такие мероприятия включают в себя не только индивидуальные коррекционные программы, но и обучение родителей и педагогов с целью повышения их профессиональной компетенции и понимания особенностей развития детей. В целом, коррекционно-профилактическая работа стремится к созданию согласованной и эффективной системы поддержки, ориентированной на создание благоприятных условий для всестороннего и гармонично-го развития каждого ребенка.

Роль родителей в контексте коррекционно-профилактической работы выступает как важнейший компонент, играющий решающую роль в формировании гармоничного и полноценного развития детей, а также в их успешной адаптации в социуме. Этот аспект представляет собой непрерывный и взаимосвязанный процесс, который простирается на все этапы детского развития и образования.

Взаимодействие семьи с педагогами и специалистами по коррекции выходит далеко за рамки традиционных образовательных стандартов. Оно олицетворяет собой силу, способную влиять на жизнь ребенка за пределами учебных стен. Вмешательство и поддержка родителей в коррекционно-профилактической работе не только улучшают шансы на преодоление возможных трудностей, но и создают условия для полноценного роста и развития.

Этот процесс формирования поддерживающей среды становится своего рода опорой для детей в их стремлении преодолеть различные вызовы, связанные с обучением и социализацией. Родители, активно вовлеченные в коррекционную работу, становятся соавторами образовательного пути своих детей, обеспечивая им не только техническую помощь, но и эмоциональную поддержку.

Важно подчеркнуть, что влияние семьи в коррекционно-профилактической работе расширяет свою область действия, затрагивая не только индивидуальные потребности ребенка, но и общее образовательное окружение. Активное участие родителей отражает новый уровень взаимодействия между семьей и

образовательными институтами, что приводит к созданию более открытого и включающего образовательного пространства для всех детей.

Семейная обстановка, как важный аспект в формировании личности ребенка, оказывает глубокое и многогранное воздействие на его общее развитие. Этот влиятельный фактор простирается далеко за рамки повседневных взаимоотношений и становится ключевым строительным блоком, определяющим степень успешности адаптации детей в социуме.

Качество взаимоотношений в семье выступает как своего рода фундамент, на котором строится эмоциональная и психологическая составляющая личности ребенка. Эти взаимоотношения формируют образ самого себя, степень самоуважения и уверенности в мире. Положительное семейное окружение, насыщенное любовью, поддержкой и взаимопониманием, способствует формированию стойкости к стрессам и способностей к эффективному решению жизненных задач.

Уровень поддержки, предоставляемой семьей, играет решающую роль в создании благоприятных условий для обучения и развития. Это включает в себя не только материальную поддержку, но и активное участие родителей в жизни ребенка. Уровень вовлеченности родителей в образовательные процессы и внимание к потребностям ребенка создают основу для успешного обучения и формирования его учебной мотивации.

Семейная обстановка становится тем пространством, где формируются социальные навыки ребенка. Это место, где он учится общению, взаимодействию с окружающими, разрешению конфликтов. Положительное семейное окружение предоставляет детям модели социального поведения, стимулирует развитие эмпатии и уважения к другим.

Таким образом, семейная обстановка воздействует на детей на многих уровнях, от формирования их внутреннего мира до определения степени готовности к обучению и социализации. Она является непрерывным источником влияния, который, в конечном итоге, открывает перед ребенком пути к самореализации и успешной интеграции в общество.

Взаимодействие родителей с педагогами выходит за рамки обычных школьных обсуждений и родительских собраний, становясь мощным инструментом в обеспечении успешной коррекционно-профилактической работы. Этот взаимодействующий процесс представляет собой важную симбиозную связь, направленную на создание оптимальных условий для развития и поддержки каждого ребенка.

Активное взаимодействие родителей и педагогов начинается с процесса определения индивидуальных потребностей ребенка. Это включает в себя не только оценку учебных достижений, но и внимание к его социальным и эмоциональным потребностям. Обмен информацией о развитии ребенка становится ключевым элементом этого процесса, обеспечивая более глубокое понимание его уникальных особенностей и предоставляя базу для эффективной коррекционной работы.

Совместная разработка и реализация коррекционных программ является еще одним важным этапом в этом взаимодействии. Здесь важным фактором становится не только определение проблем, но и совместное поисковое решение. Родители, как первые наблюдатели и поддерживающие фигуры в жизни ребенка, вносят ценные замечания и предложения, а педагоги, в свою очередь, могут предоставить профессиональные инсайты и ресурсы.

Это взаимодействие, по сути, создает команду, объединенную общей целью: обеспечение лучших условий для ребенка. Родители становятся неотъемлемой

частью образовательного процесса, а педагоги – проводниками знаний и опыта, поддерживающими каждый шаг развития ребенка.

Таким образом, эффективное взаимодействие родителей с педагогами в коррекционной работе преобразует образовательный процесс в коллективное усилие, направленное на поддержку и стимулирование уникальных возможностей каждого ребенка. В результате этого синергетического взаимодействия дети получают не только индивидуальную поддержку, но и обогащенное образовательное окружение, способствующее их всестороннему развитию.

Семейная поддержка становится неотъемлемым фактором в обеспечении успешности коррекционно-профилактической работы, выступая краеугольным камнем в создании благоприятных условий для развития и преодоления трудностей. Родители, осознавая глубокий вклад, который они могут внести в образовательный процесс своих детей, становятся не просто зрителями, но и активными участниками в формировании успешной образовательной траектории.

Семейная поддержка простирается далеко за пределы финансового и материального обеспечения, превращаясь в солидную основу для детского развития. Родители, осознав свою роль в образовании и воспитании, начинают активно участвовать в процессе преодоления трудностей. Это включает участие в тренингах и семинарах, где они обмениваются опытом и находят поддержку у своих коллег-родителей, переживающих схожие трудности.

Регулярное взаимодействие с педагогами и специалистами становится ключевым элементом этой поддержки. Оно выступает мостом между домом и школой, обеспечивая обмен информацией и обратную связь. Родители, взаимодействуя с образовательным персоналом, становятся более осведомленными об учебных планах, подходах и методиках, что позволяет им лучше ориентироваться в поддержке своих детей.

Важным элементом семейной поддержки является также обмен опытом. Встречи родителей, где они делятся своими успехами и трудностями, создают общественную площадку, способствующую взаимопониманию и солидарности. Это не только снимает чувство изоляции у тех, кто сталкивается с трудностями, но и создает атмосферу взаимной поддержки и сотрудничества.

Таким образом, семейная поддержка в коррекционно-профилактической работе не просто является внешним фактором, а становится внутренней движущей силой, вдохновляющей как родителей, так и педагогов. Это взаимодействие формирует не только условия для успешного преодоления трудностей, но и плодотворную почву для обогащения образовательного опыта каждого ребенка.

Исследование роли родителей в контексте коррекционно-профилактической работы не ограничивается простым выявлением проблем, оно предполагает активное участие в формировании конкретных практических механизмов, направленных на улучшение взаимодействия между семьей и образовательным учреждением. Этот процесс преобразует теоретические исследования в реальные шаги, направленные на создание эффективной и взаимовыгодной среды для развития ребенка.

Источником успешного сотрудничества семьи и образовательного учреждения является не только выявление трудностей, но и предложение конкретных практических решений. Это включает в себя выработку индивидуальных стратегий для взаимодействия семей с различными потребностями и особенностями. Разработка таких стратегий предполагает не только учет образовательных стандартов, но и адаптацию к конкретным запросам семей.

Таким образом, исследование роли родителей в коррекционно-профилактической работе превращается в активный процесс, направленный на создание конкретных механизмов сотрудничества. Это усилие взаимодействия,

основанное на понимании индивидуальных потребностей и вклада каждого участника, обогащает образовательную практику и способствует созданию оптимальной среды для успешного развития каждого ребенка.

Литература.

1. Абдуллаев Н. Семейное воспитание детей с особыми образовательными потребностями: теория и практика. Сборник «Актуальные проблемы специального образования». Ташкент, 2016.

2. Алиева З. Эффективные стратегии взаимодействия учителей и родителей детей с особыми образовательными потребностями. Журнал «Педагогика и психология». Ташкент, 2020.

3. Горбунова Н. «Индивидуализированный подход в работе семьи и учителей в контексте коррекционно-профилактической работы». Сборник «Инклюзивное образование: практика и перспективы». Москва, 2020.

4. Исмаилов А. «Роль родителей в коррекционно-профилактической работе: анализ современной практики» Сборник «Современные тенденции в образовании». Ташкент, 2018.

5. Хакимов Б. Опыт семей в коррекционных программах: вызовы и перспективы. Коллективная монография «Семья и образование». Ташкент, 2017.

A STRUCTURAL APPROACH TO THE SOCIAL REPRESENTATIONS FORMED BY ADOLESCENTS IN AN INFORMED SOCIETY

Allakov I.O.
(Tashkent, Uzbekistan)

Annotation. *The dynamics of change is very fast in modern society, any worldviews and actions are criticized and discussed, there is no place for blindly entrenched and unchanging views. At the same time, the core of the social ideas formed by the younger generation should be traditional views, knowledge, values that have absorbed feelings of humanity, time-tested, showing nationality, identity. And the peripheral part of the imagination, that is, its shell, should be knowledge and views that arise and penetrate into the context of modern society. In today's accelerated time, the context of society is rapidly being updated, under the influence of which the flow of new knowledge and information will each time affect only the peripheral part of the emerging social concepts, not changing the core, but only harmonizing with it.*

The main purpose of the study is to identify the content of emerging representations in adolescents; analyze the structure of representations; verify the central role of the elements of the core of representations. This formulates a hypothesis about the structure of the core of social representations. In this we see the practical results of our theory that the peripheral part of social representations, which changes with each change in the context of society, must change, and the core remains unchanged

Materials and methods.

During the research, the use of various associative methods was achieved, the results of which were used in the development of a special questionnaire ("characteristic survey"). In a simple free association method, respondents were presented with a concept and asked to develop associations with it. Flemand's method of determining

similarity within the framework of a systematic approach was taken as a basis, which allows us to formulate a hypothesis about the structure of the core of social representations. Based on Flemand's methodology, questions of the same orientation, the same content, the same essence, similar but different in formation, period of occurrence, and environment of the topic were prepared specifically for the test experiment. A couple of test questions, that is, the ratio of options in the questionnaire questions with a traditional vision and a modern vision, should show how true or incorrect our hypothesis about structural significance in the formation of social representations is.

Our survey, consisting of comparative concepts and questions, showed that knowledge based on traditions and values underlie borrowing, despite the fact that the social perceptions formed by the majority of our respondents, consisting of teenagers, are structurally proportional to modern concepts.

Keywords: *social representation, adolescents, information and knowledge, structure of social representation, formation of social representation, national values*

Аннотация. *Динамика изменений очень быстрая в современном обществе любые мировоззрения и поступки подвергаются критике и обсуждению, не остается места слепо укоренившимся и неизменным взглядам. При этом ядро формирующихся у подрастающего поколения социальных представлений должны составлять традиционные взгляды, знания, ценности, вобравшие в себя чувства человечности, проверенные временем, проявляющие национальность, самобытность. А периферийную часть воображения, то есть его оболочку, должны составлять знания и взгляды, возникающие, проникающие в контекст современного общества. В сегодняшнее ускоренное время контекст общества быстро обновляется, под влиянием чего поступление новых знаний, информации каждый раз будет оказывать влияние только на периферийную часть формирующихся социальных представлений, не изменяя ядра, а лишь гармонируя с ним.*

Основная цель исследования-выявление у подростков содержания формирующихся представлений; анализ структуры представлений; проверка центральной роли элементов ядра представлений. Тем самым формулируется гипотеза о строении ядра социальных представлений. В этом мы видим практические результаты нашей теории о том, что перифоническая часть социальных представлений, которая меняется при каждом изменении контекста общества, должна изменяться, а ядро оставаться неизменным

При проведении исследования было достигнуто использование различных ассоциативных методов, результаты которых использовались при разработке специальной анкеты ("характеристический опрос"). В простом методе свободных ассоциаций - респондентам была представлена концепция, и их попросили развить с ней ассоциации. За основу была взята методика Флеманда определения подобия в рамках системного подхода, позволяющая сформулировать гипотезу о строении ядра социальных представлений. На основе методики Флеманда специально для эксперимента-теста были подготовлены вопросы одной и той же направленности, одного содержания, одной и той же сущности, схожей, но разной по формированию, периоду возникновения, среде темы. Пара тестовых вопросов, то есть соотношение вариантов в вопросах анкеты с традиционным видением и современным видением, должна показать, насколько верна или неверна наша гипотеза о структурной значимости в формировании социальных представлений.

Наш опрос, состоящий из сравнительных концепций и вопросов, показал, что знания, основанные на традициях и ценностях, лежат в основе заимини, несмотря на то, что социальные представления, сформированные у основной

части наших респондентов, состоящих из подростков, структурно пропорциональны современным концепциям.

Ключевые слова: *социальное представление, подростки, информация и знания, структура социального представления, формирование социального представления, национальные ценности*

In recent years, the process of globalization taking place all over the world, the influence of the information world that knows no borders, social concepts, and a radical distortion of values have affected the essence of each of us, our society. At present, ancient values, traditions and knowledge that have passed through human experience are losing their significance, new ideas, new views, new knowledge are penetrating, and in their place they influence social ideas, views that are formed by people of our society, especially our youth. A negative change in attitudes towards family and homeland among the youth of our country leads to situations such as increased desire to emigrate to other countries, deterioration of human relations and behavior. Globalization increases the mixing of peoples and cultures, leading to a decrease or complete loss of respect for traditions, ethnic groups and ancestors. Today, in many developed countries, as a rule, the concept of a national language or cultural tradition is now completely lost. The new culture will be eclectic, essentially cosmopolitan, postmodern, and unusual in expression. As the world around us changes, personality changes in its place, views and ideas change, and relationships change. Life is directed towards the future, research, aspirations create new forms of using human intelligence, the context of society is often updated. Spanish sociologist and philosopher H. Ortega i Gasset"...our epoch is a great epoch, even more than all the periods known to us in history. Due to its intensity, novelty and power of coverage, it overcomes all obstacles - principles, laws, norms and ideals established by traditions, it does not rely on the past, its dynamics are intense and rich in information and knowledge, and in this place it is problematic. According to him, the solution to the problem should create a model of specific social ideas and views.

From birth, a person perceives impressions about the external environment through the senses, his thinking is formed. The 20th century led not only to the emergence, rapid development of mass media, acceleration of information flow, the emergence of new types of information transmission, new genres and directions, technologies, but also to the formation of mass communications, which were considered as a fundamentally new form of globalization, the “cultural industry". This facilitates and accelerates the process of rapid exchange, transfer, study and receipt of inter-communal, inter-ethnic information and knowledge. While new knowledge, alien views and pretense permeate our society, it is inevitable in today's era of globalization, and as Ortega and Gasset said, this knowledge rejects most traditions and values that are rooted in past experiences, and this in itself has the problem of chaos and disorder in society, giving rise to immorality, it is the model of the structure of the social imagination of Serga Mokivici that can be the solution to the problem. receives. Moscovici says that the core of the social representations formed by adolescents should be traditional views, knowledge, values that have absorbed feelings of humanity, time-tested, showing nationality, identity, a peripheral part of the imagination, that is, its shell, should be knowledge and views that arise, penetrating into the context of modern society. In today's accelerated time, the context of society is rapidly being updated, under the influence of which the flow of new knowledge and information will each time affect only the peripheral part of the emerging social concepts, not changing the core, but only harmonizing with it. The dynamics of change is very fast in modern society, any worldviews and actions are criticized and discussed, there is no place for blindly entrenched and unchanging views. In this work, we focus on the approaches developed in the schools of Aix-en-Provence and Geneva. S.Moscovici believes that both can be seen as the result of enriching the theory of social perception by developing an

analysis of cognitive structures. Our interest in these approaches is also explained by the fact that special analysis methods have been developed within their framework.

Associative methods are an integral part of the study of social representations. This is explained by the fact that it allows you to get symbolic, hidden material, which is the key to analyzing ideas. Hence, before proceeding to the consideration of the two theoretical schools, we will focus on associative methods as a starting point in the analysis of social representations. The Aix-en-Provence School or the structural approach, J. Abrik notes that social imagination is directly incorporated into the theoretical tradition of research. The study involves determining their structure (core and periphery), which is achieved by following the following steps: 1) definition of the content of representations; 2) Analysis of the structure of representations; 3) Verification of the centrality of the elements of the core of representations. The purpose of the first stage of the study is to determine the content of the presentation; it is achieved through the use of various associative methods, the results of which can be used in the analysis of the prototype (for example, in the case of free association techniques) or in the development of a special survey ("characteristics survey"). In a simple free association method, respondents are offered an understanding and asked to develop associations with it; To see the practical results of our theory that the perfonic part of social representations, which changes with each change in the context of society, should change, and the core should remain unchanged, an experimental test was conducted in the form of a questionnaire with the participation of high school students (grade 9) from one of the secondary schools in our city. The purpose of the second stage of the study is to analyze the structure of the cross-section; as a result of the study, the researcher can formulate a hypothesis about the structure of the cross-section of the core. As part of a systematic approach to the implementation of this task, K. Fleming developed a methodology for determining similarity. K. Based on the Flemish methodology, questions of the same orientation, the same content, the same essence, similar but different in formation, period of occurrence, and environment of the topic were prepared specifically for the test experiment. Experiment In the first week of the test, respondents were asked about their attitude to the traditional, national approach to a particular action or topic, and the following week their opinion was asked about the modern form of the same action or subject. The deadline between the tests was set for exactly one week so that respondents would not know about the relationship between the test questions in the first week and the test questions in the second week, as well as whether the results are interchangeable. A couple of test questions, that is, the ratio of options in the questionnaire questions with a traditional vision and a modern vision, was supposed to show how true or incorrect our hypothesis about the structural importance in the formation of social representations is. As an example, we can say that in the questions of the questionnaire test asked to respondents in the first week - "have you heard about feminist ideas, do you agree with the idea that women and men in society as a whole should have equal rights, the same duties and responsibilities?"the question was asked. As an answer to this question in a week's time - "do you agree that in Uzbek families, each family member has their own duties, responsibilities and responsibilities?"the question was asked. The designation of two answers to the question, that is, the same option in both cases, the answer "yes" means that our respondent in adolescence is aware of new knowledge, ideas, has ideas about human rights, equality, equality of women and men, as well as that in every Uzbek family, inherent in national values, each of its members, the knowledge and approval that a mother, father, sister, brother have their own duties and responsibilities, testifies to the confirmation of our hypothesis. That is, the social vision is structural, it is not a holistic idea, because the shell of the vision changes in the changing context of society, and ideas based on values, beliefs and traditions form the core of the vision.

A total of 70 8th and 9th grade students took part in the experiment. At each stage, they were offered 15 test questions of the above content. The answers of 58 (82.8%) respondents who took part in our systematically organized comparative test-survey fell proportionally to each other, i.e. they gave relative ideas about the context of modern society and at the same time it was based on concepts inherent in nationality, traditionalism, and values. Based on the results of our research, J. In our surveys and test questionnaires using associative methods of studying social representations developed by the Aix-en-Provence Apricot School, new knowledge coming from reality today has shown that although our teenagers study information mainly through modern media, skills related to behavior and social relations remain a source of knowledge mostly family and school. Our survey, consisting of comparative concepts and questions, showed that knowledge based on traditions and values underlie borrowing, despite the fact that the social perceptions formed by the majority of our respondents, consisting of teenagers, are structurally proportional to modern concepts. After analyzing all the studied conclusions, we came to the conclusion that the fruit of combining two different ideas, knowledge and information in the dynamics of imagination formation is the skill of critical rotation. And the result of our testing on this issue showed that teaching critical and logical thinking skills to teenagers in schools has a good effect.

Literature.

1. Jovchevich, Sandra “Social representations, public life and social construction". http://eprints.lse.ac.uk/2649

2. V.V. Latynov. “The study of social representations by the method of intent analysis.”

3. Sara –Jayne Blakemore “The Learning Brain: Lessons for Education. Uta Frith”, Oxford 2005y.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE MANIFESTATION OF PROFESSIONAL BURNOUT SYNDROME IN THE ACTIVITIES OF PEDAGOGIC STAFF OF A SPECIAL PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATION

Atakhanova L.E.
(Urganch, Uzbekistan)

Abstract*.Currently, the phenomenon of professional fatigue is defined as a state of physical, emotional and mental fatigue that affects the whole person, destroys him and negatively affects the efficiency of professional activity. According to the study of the psychological mechanisms of self-regulation of the emotional state of teachers, it is interesting for us to consider the emotional exhaustion formed during the professional activity of this category of professionals as a wrong mechanism of self-regulation.*

Key words*: Phenomenon of professional burnout, emotional state, self-management, psychological mechanism, exhaustion, subject-object, professional deformation.*

Аннотация. *В настоящее время феномен профессиональной усталости определяют как состояние физического, эмоционального и умственного утомления, которое поражает всего человека, разрушает его и отрицательно влияет на эффективность профессиональной деятельности. В связи с изучением психологических механизмов саморегуляции эмоционального*

состояния педагогов нам интересно рассматривать эмоциональное истощение, формирующееся в процессе профессиональной деятельности данной категории специалистов, как неправильный механизм саморегуляции. .

***Ключевые слова**: Феномен профессионального выгорания, эмоциональное состояние, самоконтроль, психологический механизм, истощение, субъект-объект, профессиональная деформация.*

Introduction. Today, it is obvious that the profession of a pedagogue is one of the most complex and responsible professions. However, the occurrence of a number of problems in professional activity also causes professional burnout and emotional stress in a person. As a result of this, psychosomatic diseases occur in a person, and as a result, this affects work efficiency.The study of this problem of professional burnout was started in psychology in the early 90s in connection with changes in the economy and society (T.V. Formanyuk, N.V. Grishina, V.V. Boyko, B.E. Orel, etc.). But, for the first time, the term "emotional fatigue" was used by B.G. Ananev and defined it as a negative phenomenon that occurs in "person-to-person" professions related to interpersonal relations. V.E. Orel (2001) considers "sensitivity" as a phenomenon of maladjustment and shows the possibility of development of "sensitivity" syndrome as a specific integrative reaction to the subject's incompatibility with the professional environment [5]. The proposed approach, according to the author, allows to analyze the process of "sensitivity" and its specific features at different stages of professional adaptation, helps to theoretically explain the conflicting results of some empirical studies.There are approaches to consider different models of occupational burnout. Representatives of the one-factor model (A. Pins) define burnout as "a state of physical, mental and emotional fatigue caused by long-term participation in a situation that makes high demands on the emotional sphere." S. Maslach was the first to describe the three-component model of exhaustion syndrome of physical and spiritual forces. According to this model, "emotional" is understood as a syndrome of emotional exhaustion, depersonalization and decreased professional achievements. According to the study of the psychological mechanisms of self-regulation of the emotional state of teachers, it is interesting for us to consider the emotional exhaustion formed during the professional activity of this category of professionals as a wrong mechanism of self-regulation. 'looks. Before moving on to the empirical method of examining emotional exhaustion as one of the elements of the self-regulation system of behavior, we consider it appropriate to compare the severity of emotional exhaustion syndrome in different categories of teachers and non-social representatives. For example"subject-object" occupations.

Literature analysis.

The analysis of literary sources shows that there is no consensus on the causes of mental fatigue in foreign and domestic psychology. According to a number of authors (T.V. Form Newk, 1994; K. Kondo, 1991; C. Maslach, 1982; AM Pines, 1981, etc.), the syndrome develops under the influence of three variable groups: personal, organizational and role. In fact, such a classification "artificially" separates organizational and role factors related to social, because the role characteristic of a person can be only in society, professional group, organization. it can be in society, professional group, organization.

In the science of psychology, the most common symptoms of emotional exhaustion are distinguished: a symptom of experiencing psychotraumatic situations, a symptom of self-dissatisfaction, a symptom of falling into a cage, a symptom of anxiety and depression, a symptom of selective emotional incompetence. The answer is a symptom of expanding the range of emotional storage, a symptom of emotional deficiency, a symptom of emotional detachment when a person almost completely excludes emotions from the scope of professional activity: nothing excites, nothing causes an emotional response - neither positive nor negative, situations. A person gradually learns to work like

a robot. Relation without feelings and emotions is the most vivid sign of "sensitivity" [1-2, 3-4].

Based on the analysis of data obtained from research conducted in foreign countries, he identified four types of professional behavior that describe the severity of emotional exhaustion:

Type G (German gesund) is an active (healthy) type of professional behavior, in which the professional is ready to effectively solve problem situations, values his work highly (but not too much), controls his energy expenditure, shows a constructive way of dealing with problems. professional mistakes and risks, which are not seen as sources of negative emotions, but as incentives to find active strategies to overcome them

Type S (German: sparsam) is a type of passive (economic) professional behavior characterized by an average level of motivation, energy expenditure and professional ambitions; in which there is a distance associated with professional activity and a decrease in satisfaction with the results of one's work. A positive feature of this type is emotional labor dissatisfaction. A passive strategy will be effective only for a certain period of time, because over time, professional dissatisfaction will increase against the background of successful growth of colleagues.

Type A is a conflict type of professional behavior (risk type) characterized by an extremely high emotional response to the profession and low tolerance for frustration and stress. A high level of negative emotions as a result of mental overload, striving for perfection and, as a result, dissatisfaction with one's work. The lack of social support causes this type of behavior to be included in the risk group with a sufficient probability of rapidly developing emotional exhaustion, resulting in ineffective individually developed activities and some manifestations of psychosomatic symptoms.

IN type (English: burn out) is a crisis type of professional behavior characterized by low resistance to stress and limited creativity. There are systematic failures in solving professional problems in the context of emotional instability of behavioral reactions to the situation in which constant anxiety is manifested. These symptoms reflect emotional exhaustion and correspond to the progressive development of psycho-emotional exhaustion.

The most obvious signs of emotional exhaustion in the professional sphere: aggressive behavior towards other participants in professional communication, indifference and negligence towards one's duties, superficiality and irresponsibility towards professional activities, emotional exhaustion, low self-esteem towards professional achievements among them. Prospects for personal development, lack of confidence in professional success, hostility and suspicion towards colleagues and the organization as a whole, instability of professional direction and value-motivational scale, lack of career outlook are visible

According to the authors, in accordance with the requirements of the professional environment, which promotes professional growth and positive self-awareness, the healthy behavior of a person can be determined by three main criteria: 1) professional activity, 2) strategy for overcoming problematic situations; 3) emotional commitment to professional activity.

Traditionally, the development of professional deformation can be divided into four levels:The hidden level of professional deformation was, exists and will be the norm of professional health in any professional category - this is an inevitable fact in the process of reflection of professional activity; it can be noted that this type of professional deformation is characteristic of any specialist;Professional formation associated with increased emotional arousal against the background of accumulation of negative emotions; in the manifestation of negative emotions in relation to professional activity (anxiety, restlessness, guilt, fear, distrust, despair, anger, competition, etc.);

The conflict level of professional formation is expressed in the manifestation of conflict behavior when emotional tension has a rational basis and is expressed in selected strategies of conflict behavior.The crisis level of professional deformation is associated with the manifestation of irrational behavior. Irrationality is manifested in the value-motivational sphere of a person, insufficient or overestimation of self-esteem, inability to control one's emotions in the process of professional communication, lack of prospects for self-realization, etc. In our study, the following methodology was used to diagnose the level of occupational burnout. This is the methodology

Analysis of methods

The main signs in the diagnosis of the level of occupational deformation and emotional exhaustion: the questionnaire of attitude to professional activity, the level of occupational exhaustion (V. Boyko questionnaire),

Analysis of the results of V. Boyko's questionnaire for determining occupational stress (n=62 according to the Mann-Whitney criterion)

Scale	Group	Number	Average color	Sum of colors	**U**	**P**
Connection with mental injuries	Experimental group	32	34,98	1119,50	368,500	,113
	Control group	30	27,78	833,50		
	Total	62				
Dissatisfaction with oneself	Experimental group	32	37,14	1188,50	299,500	,010**
	Control group	30	25,48	764,50		
	Total	62				
Helplessness	Experimental group	32	33,69	1078,00	410,000	,322
	Control group	30	29,17	875,00		
	Total	62				
Anxiety and depression	Experimental group	32	30,75	984,00	456,000	,734
	Control group	30	32,30	969,00		
	Total	62				
Inadequate emotional reaction	Experimental group	32	40,25	1288,00	200,000	,000**
	Control group	30	22,17	665,00		
	Total	62				
Spirtual emotional disorientation	Experimental group	32	30,63	980,00	452,000	,693
	Control group	30	32,43	973,00		
	Total	62				
Emotsional economy	Experimental group	32	32,36	1035,50	452,500	,698
	Control group	30	30,58	917,50		
	Total	62				
Adaptability to the profession	Experimental group	32	37,42	1197,50	290,500	,007**
	Control group	30	25,18	755,50		
	Total	62				
Emotsional defitcit	Experimental group	32	35,42	1133,50	354,500	,076
	Nazorat guruhi Control group	30	27,32	819,50		
	Total	62				
Emotsional alienation	Experimental group	32	29,88	956,00	428,000	,461
	Control group	30	33,23	997,00		
	Total	62				
personal alienation	Experimental group	32	37,88	1212,00	276,000	,004**
	Control group	30	24,70	741,00		
	Total	62				
Psychosomatic is broken	Experimental group	32	34,16	1093,00	395,000	,228
	Control group	30	28 ,67	860 ,00		
	Total	62				

Results. According to the analysis of the results of our study, there were no differences in the level of confidence between the experimental and control groups on the scale related to mental injuries (u=368,500; p>0.05). That is, we can observe the generality of mental injuries related to professional activity in specially specialized MTT pedagogic employees and state non-specialized MTT pedagogic employees.

Differences in the level of confidence between the experimental and control groups were observed on the self-satisfaction scale (u=299.500; p<0.01). According to this scale, the pedagogic staff of specialized MTT have a higher level of dissatisfaction than the pedagogic staff of non-specialized state MTT. In interpreting this analysis, we can cite as one of the main factors the work of the experimental group under strong demands in the work process.

There were no significant differences between the experimental and control groups on the helplessness scale (u=410,000; p>0.05). That is, the feeling of helplessness in relation to various situations in the work process is a common indicator for both groups.

There were no confidence differences between the experimental and control groups on the scale of anxiety and depression (u=456,000; p>0.05). That is, anxiety and depression are observed in the representatives of both groups in the same way. The difficulties of working with children in the professional activity of a teacher-pedagogue, taking care of children, teaching and upbringing can cause them emotional stress, especially anxiety and depression.

Significant differences were observed between the experimental and control groups on the inadequate emotional response scale (u=200,000; p<0.01). Inadequate emotional reactions are observed more often among specially specialized MTT pedagogic employees than non-specialized state MTT pedagogic employees. This is also explained by the fact that they work with a group of children with special educational needs in their professional activities and have little opportunity to establish interpersonal relationships.

There were no differences in the level of confidence between the experimental and control groups on the spiritual-emotional disorientation scale (u=452,000; p>0.05). This scale appears almost identically to state non-specialized MTT pedagogic employees.

Also, on the scale of emotional economy, there were no significant differences between the experimental and control groups (u=299.500; p>0.05).

Differences in the level of confidence were observed between the experimental and control groups on the scale of professional task orientation (u=290.500; p<0.01).

There were no differences in the level of confidence between the experimental and control groups on the emotional deficit scale (u=354,500; p>0.05). The pedagogic staff of specially specialized MTT and the pedagogic staff of state non-specialized MTT also have an emotional deficit, that is, it is difficult to express their feelings in a free and sincere manner. Gradually, this feature leads to the process of not understanding their emotional state correctly.

It is also observed in connection with the concept of emotional alienation. As a proof of our opinion, the same observation in both groups is cited in the following comment.

No significant differences were observed between the experimental and control groups on the scale of emotional alienation (u=428,000; p>0.05).

On the contrary, on the scale of personal alienation, there were differences in the level of confidence between the experimental and control groups (u=276,000; p<0.01). Personal alienation is characterized by going against one's own desires, not fully accepting or understanding one's self. This causes a person to be dissatisfied with himself (mentioned in the comment above). These characteristics are observed more among the specially specialized MTT pedagogic staff than the state non-specialized MTT pedagogic staff.On the scale of psychosomatic disorders, there were no significant differences between the experimental and control groups (u=395,000; p>0.05). because the scale of

psychosomatic disorders is not observed in everyone. It occurs due to organic and physiological changes according to this slala.

Conclutsion. In short, the level of professional fatigue (V. Boyko questionnaire), It helps to determine the levels of professional burnout and professional fatigue that occur in the work of a pedagogue. This method is very useful for determining the causes of psychosomatic illnesses that occur in individuals.Currently, the phenomenon of professional fatigue is defined as a state of physical, emotional and mental fatigue that affects the whole person, destroys him and negatively affects the efficiency of professional activity. According to the study of the psychological mechanisms of self-regulation of the emotional state of teachers, it is interesting for us to consider the emotional exhaustion formed during the professional activity of this category of professionals as a wrong mechanism of self-regulation.

List of references.

1. Vodopyanova N. E. Prevention and correction of burn syndrome. - St. Petersburg: Publishing House of St. Petersburg University, 2011. - 160 p

2. Dolgova B. I. Simulation of the formation of emotional stability of the individual // Quality and lifetime of biological species as a factor of health: Collection of materials of the III stage of the XXXVIII International Scientific and Practical Conference and Championship in Medicine, Pharmaceutical and Veterinary Sciences. (London, 05 December - 10 December 2012). Chief editor - Pavlov VV - L., 2013. - S. 67-70.

3. Dolgova V. I. Psychophysiological determinants of readiness for innovative activity // Bulletin of the Chelyabinsk State Pedagogical University. - 2013. - No. 12. - P. 17-24.

4. Borisova M. V. Psychological determinants of the phenomenon of emotional exhaustion among teachers // Psychology questions. - 2005. - No. 2. - P. 96-105.

5. Orel V. E. Mental fatigue syndrome of the person. - M.: "Psychological Institute of the Russian Academy of Sciences" publishing house, 2005. - 330 p.

ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Ахмаджонова Н.А.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье изучается гендерные особенности 320 военнослужащих по методике Сандра Бемм и В.М.Чумакова.*

Ключевые слова. *Гендер, военнослужащие, маскулинность, феминниность, диагностика, решительность, настойчивость, целеустремленность.*

Abstract. *This article examines the gender characteristics of 320 military personnel using the methodology of Sandra Bemm and V.M. Chumakov.*

Key words. *Gender, military personnel, masculinity, femininity, diagnostics, determination, persistence, purposefulness.*

Введение. В мире происходят глобальные перемены, вызванные изменением международной обстановки и характера действий Вооруженных Сил, неустойчивостью стратегического взаимодействия, тенденциями формирования новых боевых средств и методов вооруженной борьбы, активизацией международного терроризма и экстремизма, а также другими опасными факторами [1, с.6]. Современный военный конфликт представляет собой чрезвычайно сложную и многогранную социально-политическую ситуацию, связанную с изменением отношений между странами, международных, социальных, переходом к применению вооруженного насилия для достижения политических, экономических и иных целей. Вместе с тем военный конфликт является всесторонним испытанием не только материально-технических возможностей страны, но и духовной мощи народа и особенно личного состава Вооруженных Сил. Ее ход и окончание во многом будут зависеть от морально-психологического фактора [2, с.13].

Методы и материалы. *Методы исследования***.** В исследовании использовались опросник Сандры Бем и опросник В.М.Чумакова. Для проверки достоверности результатов реализован математико-статистический анализ по критерию Колмогорова-Смирнова и **критерий Ч.Спирмена** [3, с.22].

Объектом исследование является 320 военнослужащих из них 110 женщин, 210 мужчин.

Цель: исследование проблемы гендерных особенностей личного состава военнослужащих.

Предметом исследование является гендерные особенности личного состава.

Достоверность результатов исследования: Достоверность собранных в ходе исследования данных основана на том, что эмпирические величины были проанализированы с использованием надежных математико-статистических методов, научно обоснованы применением международно признанного методологического инструментария. Использовались математико-статистические методы, размер исследуемой выборки (320 военнослужащих) и ее репрезентативность, что объясняется тем, что эмпирическое исследования имеет теоретическую и практическую основу, выявленные показатели сравниваются с данными других авторов, основанными на достоверных источниках. Эмпирические результаты анализируются согласно цели, выводы и практические предложения применяются на практике, а полученные результаты подтверждаются компетентными органами и структурами.

Результаты и обсуждение. В таблице 1 представлен сравнительный анализ по критерию Колмогорова-Смирнова в соответствии с опросником С. Бема «Психологическая гендерная диагностика» нормальному закону распределения показало маскулинность (Z=7,431; p<0,01), женственность (Z=8,851; p<0,01) результаты уровня достоверности.

Таблица 1.

Опросник «Психологическая гендерная диагностика» С.Бема по критерию Колмогорова-Смирнова (n=320)

Показатели	Z	p
Маскулинность	7,431	**0,000****
Феминнонсть	8,851	**0,000****

*Примечание: ** - p<0.01*

То есть мужественность у военнослужащих конструировалась и многократно повторялась, как не только норма, но и единственное, что реально существует в социальном пространстве, и это послужило основой для бурно развивающегося научного мышления. «Естественность» и «незыблемость» такого единственно возможного варианта социального строительства парадоксальным образом считается необходимой только тогда, когда существование армии как маскулинизированного социального института существует вне границ конкретного института [4, с.36]. Тот факт, что индекс женственности зафиксировал высокий результат, характеризуется тем, что позиции женщин-военнослужащих в военной институционализации с каждым днем становятся все сильнее. В таблице 2 представлен соотношение шкал метода М.В. Чумакова и метода С. Бема по критерию Ч.Спирмена.

Таблица 2.

Соотношение шкал метода М.В. Чумакова и метода С. Бема по критерию Ч.Спирмена (n=320).

Показатели	Маскулинность	Фемининность	Андрогинность
Ответственность	-0,140(*)	0,243(**)	0,066
Инициативность	-0,186(**)	0,256(**)	-0,035
Решительность	0,136(*)	-0,142(*)	0,030
Самостоятельность	0,098	-0,110(*)	-0,042
Выдержка	-0,178(**)	0,189(**)	0,109
Настойчивость	-0,194(**)	0,345(**)	0,157(**)
Энергичность	-0,149(**)	0,130(*)	0,218(**)
Внимательность	0,061	-0,055	-0,052
Целеустремленность	0,108	-0,160(**)	-0,045

Примечание: * - p<0.05; ** - p<0.01

В корреляционной связи методов обнаружена обратная корреляция между шкалой «настойчивость» методики М.В. Чумакова и мужественностью (r=-0,194; p<0,01), причем при повышении старательности военнослужащих наблюдается повышение производительности физиологических действий, а не психологических гендерных особенностей. По этой шкале наблюдалась корреляция андрогинности (r=0,157; p<0,01), и мы смогли увидеть, что наши вышеизложенные версии

подтвердились. То есть при подходе к задачам психологическая характеристика пола стабилизируется в зависимости от ситуации, гибко проявляет «андрогинность» [5, с.38].

Заключение.

Практическая значимость результатов исследования. Практическая значимость результатов исследования состоит в том, что они позволяют правильно ориентировать военными психологами эмоционально-волевые особенности в диагностике военнослужащих и достижении ими успешного выполнения служебных обязанностей в боевых, экстремальных и сложных ситуациях. Командирам помогают распределять задачи.

Научная значимость результатов. Научная значимость результатов исследования заключается в том, что оно обогащает военную и социальную психологию новыми научными данными полученных исследований тестирования с выявлением закономерностей.

Обнаруженные закономерности и психологические механизмы, вносящие свой вклад в военную и социальную психологию, служат для создания новых научных исследований в этой области.

Практическая значимость результатов исследования состоит в том, что они позволяют военным психологам правильно ориентировать гендерные особенности в диагностике военнослужащих и достижении ими успешного выполнения служебных обязанностей в боевых, экстремальных и сложных ситуациях, а командирам помогают распределять задачи.

Повышается вероятность того, что психокоррекция будет своевременно проведена военными психологами и самими командирами. Помогает правильно организовать учебно-полевые занятия, создавая возможность для определения степени соответствия военнослужащих, выполняющих специальные задачи необходимым психологическим требованиям. Создают возможность определения уровня психической устойчивости на основе гендерной диагностики.

Ограничение и будущие исследование. При проведеннии эмперических исследований по методике Сандра Бемм рекомендуется дополнительная проверки достоверности результатов математико-статистический анализ по критерию Манна-Уитни.

Благодарность и финансирование. Исследование выполнена в рамках психологического анализа гендерных особенностей военнослужащих.

Литература.

1. Ахмаджанова Н.А. Проявление волевых особенностей курсантов в сложных ситуациях. Вестник интегративной психологии // Журнал для психологов. Вып. 32. Часть 2. /Под ред. В.В.Козлова, Ш.Р. Баратова, М.Н.Усмановой. Ярославль: МАПН, 2024. – 327 с.

2. Ахмаджанова Н.А. Исследование тревожности будущих офицеров в сложных ситуациях. Paradigmata poznání. Journal. Stodůlky, Česká republika. Vedecko vydavatelske centrum «Sociosfera-CZ». № 1, 2023. 26-30 -С.

3. Бем С.Л. Линзы гендера: Трансформация взглядов на проблему неравенство полов / Пер. с англ./ – Москва.: Российская политическая энциклопедия, 2004. – 336 с.

4. Карелин А. Большая энциклопедия психологических тестов. – Москва.: “ЭКСМО”, 2007. – 349 с.

5. Берн Ш.М. Гендерная психология. – Москва.: “Impact Publishing”, 2001. – 143 с.

GENDER CHARACTERISTICS OF MARITAL AND FAMILY RELATIONS OF YOUTH IN VARIOUS MODELS IN THE MODERN FAMILY

Akhnazarova D.
(Gulistan, Uzbekistan)

Abstract. *This article presents the gender characteristics of relations in young families, how important gender models are in the strength of family and marriage and, in combination with an analysis of literature on Gender problems, various manifestations of gender relations and types of gender models, gender roles in families. Gender relations arise in the process of joint life-activities of representatives of a particular gender, various forms and tasks of relations between subjects are presented.*

Keywords*. Gender, young family, marriage, gender models, society, gender roles, joint life-activities, gender relations, social relations.*

Аннотация. *В данной статье представлены гендерные особенности отношений в молодых семьях, насколько важны гендерные модели для прочности семьи и брака и, в сочетании с анализом литературы по гендерным проблемам, различные проявления гендерных отношений и типы гендерных моделей, гендерные роли в семьях. Гендерные отношения возникают в процессе совместной жизнедеятельности представителей определенного пола, представлены различные формы и задачи взаимоотношений между субъектами.*

Ключевые слова. *Гендер, молодая семья, брак, гендерные модели, общество, гендерные роли, совместная жизнедеятельность, гендерные отношения, социальные отношения.*

During the years of independence, the issue of ensuring gender equality in our country rose to the level of public policy, the Committee on issues of women and gender equality was established in the Upper House of Parliament, the Commission on issues of gender equality of the Republic of Uzbekistan, advisory councils on issues of equal rights and opportunities for women and men, the Today, as a result of reforms, it is gratifying that equal rights and opportunities for women and men are created in the life of our society, ensuring their equal participation in the management of society and state affairs, large-scale work is carried out aimed at supporting women in socio-legal terms, protecting them from all kinds of harassment and violence.in particular, the provision of women's rights of the president of the Republic of Uzbekistan, in particular, there was also a plan to adopt a national strategy for gender equality, with decrees and resolutions on gender equality and protection of women from violence and oppression, strengthening the status of women's entrepreneurship development. [1]

The social transformation of modern Uzbek society is associated with opposite processes in the spiritual sphere, inseparable from the change of traditional value systems, affects all spheres of life of modern society: it significantly influenced the state of marriage and family, the relationship between spouses, parents and children, with a new force, showed the opposite position of genders in the personal and public spheres. For example, activities in the field of social life have traditionally been considered the competence of a man, and responsibility for the personal sphere rests with a woman. 20th century, with the elimination of the" Soviet identity", the situation in relations between the Genders began to change rapidly: the" State "person is squeezed by a" private " person, in the public sphere (in business, politics) women are activated, the introduction of men into privacy (participation in raising children, joining everyday activities).), "the distinction between public and private life becomes more clear, the authoritarian-

hierarchical relationship between the Sexes, the subordination of one sex to another becomes the past". [2]

The study of various youth groups and communities, various aspects of their lives, social relations and activities is necessary, first of all, to specify the concept of "youth", the studied groups and concepts of its self-determination, the social situation in which it lives and works.

Lisovsky V. T. argued: "Youth is a generation of people who are going through the stage of socialization, assimilating, and at a more mature age have already mastered, educational, professional, cultural and other social functions." [3]

In a broad sense, young people are a large group of communities that form on the basis of age characteristics and related main activities. In a narrower, sociological sense, In the sense of youth, a socio–demographic group is distinguished on the basis of age and characteristics of social status, place and functions in the social structure of society, as well as their specific interests and values.

Youth is a special most active social group, it is able to adapt to the social environment and the changing social situation, which allows it to effectively learn from the experience of previous generations, and actively modernize society itself. Youth is one of the main subjects of social progress. In the process of social development, young people act as the main group in resolving contradictions between outdated social norms and emerging new social relations.

Throughout the entire historical period of the society's development, The family of various peoples of the world was built in accordance with the model of marital and family relations called traditionally patriarchal. Let's call it main features:

- a sharp gender separation of the roles of spouses and children, taking into account leadership of a man;

- economic servitude of a spouse and children acquired in marriage from a spouse;

- the inadmissibility of divorce and non-traditional forms on the part of public opinion marital and family relations (for example, cohabitation).

For a woman, the main areas of life activity were identified – motherhood, child rearing, as well as the household sphere. The man was perceived as the head of the family, its breadwinner, he had responsibilities in the social and professional fields, he was the connecting thread of the family and society. It is important that the patriarchal traditional family, according to the model of behavior of all its members of marital and family relations , corresponded to the rules and norms that have developed in society at different levels – formal and informal. Following the evolution of society and Due to this complication of social life, there has been a fundamental change in the traditional patriarchal type of marital and family relations. The main factors of this process were: the gradual emancipation of children and women, the transition to an open registration system marriage, the growth of personal freedom of each of the family members. In modern sociological research, it is customary to define the following models of marital and family relations. [4]

1. The traditional patriarchal model of family relations. This type of family reveals, first of all, the problems of family and marriage, the relationship between parents and children, and also causes great concern academic, theoretical, and everyday, practical interest. This kind of interest is quite understandable: being the primary and significant unit of society at all times, the family directly and indirectly projects everything transformations taking place in society, although it has relative autonomy and stability. Despite everything social cataclysms and experiments the family as a social institution has survived to the present day. However, at the same time, her ties with society noticeably weakened, which negatively affected both the evolution of the family and the genesis of society itself. For this reason, scientific interest in the study of family and marriage problems is dictated, first of all, by the need to actualize strong family values,

as well as the study of innovative processes and trends in the functioning of the modern family. It is almost impossible to understand and appreciate the modern the state and prospects of the development of the Russian family, while ignoring the radical changes taking place with this institution of society throughout the 20th century. The following trends are in mind – the emancipation of children from their parents, the transition to an open system of creation marriage, increasing the freedom of the individual of each member of society, etc. Currently, there is a crisis in Russian reality the traditional patriarchal model of marriage and family relations and the emergence of new types of family, for example, nuclear or incomplete. The successful functioning of such models in society depends, first of all, on the spiritual and moral component of people, which forms the content of the concept of "family" for each of the participants in marital and family relations.

A significant characteristic of a traditional family is patrilineality, that is there is a definition of the degree of kinship in the male line. This system implies the inheritance of material and family values "from the father." Since ancient times, the father has been the absolute administrator of almost all family property, the fate of the children completely depended on the father's decision : to reward or excommunicate at home, to marry or divorce.

The maximum actualization of the model of the traditional patriarchal family at the present time is, in fact, impossible, no matter how significant the number of Various religious and public organizations did not make efforts to do this . However, the spiritual and moral ideal of the father of a traditional type of family (patriarch), responsible for the fate of his family, is the positive image that is advisable to use in the process of constructing the social role of a modern Russian male family man.

2. The Soviet model of family relations. This type in Russia gradually replaced the traditional patriarchal family and became the main form of marriage and family in the 80s of the twentieth century. The formation of this model in the USSR was facilitated by the Marxist ideology of equal activity of the sexes prevailing in society and the "social emancipation" of women, the realization of women along with men in professional and public spheres, the processes of industrialization and urbanization that took place in the country throughout the twentieth century. Women's professional work has gradually become an important resource socially the economic development of the country, however, at the same time, traditional attitudes towards the nature of male and female destiny continued to be stable in the mass consciousness of the population , for this reason, for the vast majority of the population, the "double" workload of women with professional and household duties began to correspond to the stereotypical view regarding gender equality. The defining characteristics of the considered model of family relations are represented by the "double" employment of the female sex and the proclamation of equality between spouses in the field of family responsibilities. The role of a man in the Soviet family theoretically consisted primarily in the professional implementation and filling of the budget, whereas in reality the professional activities of both husband and wife in most cases were the foundation of the material comfort of the Soviet family, since at the same time the contribution made to the budget by the wife was very significant. For example, surveys of sociologists in the 1970s and 1980s demonstrated that women with children spend 5 times more time doing full household chores than 92 Their husbands.Theoretically, the Soviet model can be called post-Orthodox, atheistic. It is the lack of economic and social opportunities for men to fully support a family, as well as the inability to bear personal responsibility for its members, to raise children in the spirit of patriarchal attitudes, that led, according to researchers, to a radical transformation of the family as a social institution. At the same time, the father continues to be of crucial importance for the child, starting from the moment of birth: the father, along with the mother, are the first external objects of communication and

identification for the child. Traditionally, the father it helps to separate the child from the mother, which significantly accelerates his socialization. Both the absence of a father and his refusal to fulfill his parental duties determines the development of a certain psychopathology in the younger generation. [5]

A man, playing the role of a father, is also subject to psychological crises, and if he himself does not have broken emotional ties with his parents, then he, as a father, increases the risk of psychopathological disorders. In a situation where the father is not able to carry responsibility for the life and activities of the family and to take leadership positions, that is, it turns out to be incapacitated, his position becomes extremely problematic. In order to ensure family material well-being, gain authority and achieve independence at work, as well as gain public recognition and status, a man needs to make efforts outside the family. If at the same time a man suffers a fiasco outside the family, then, as a rule, he begins to win back power in the family circle. If society puts obstacles in his way in this process, it deprives him of the opportunity to be active in creating a prosperous family background, then A woman in Russian society. this naturally leads to the destruction of the family as a social institution.

3. The egalitarian model of family relations. In such a family there is no head of the family, the whole range of issues is solved by the spouses mutually. Mutual agreement is the basis of the family's leisure planning methods. The solution of household problems is entrusted to the spouses equally, classes with children are held together. Spouses have the same opportunities and rights for their own realization in the social, professional, and family sphere.6

4. The bicarrier model of family relations. For such a family , the desire of each spouse for professional success is inherent, unwillingness to sacrifice one's own career for the sake of fulfilling family responsibilities. Both husband and wife invest their share in the material base of the family, They exercise their abilities in the social and professional fields, transfer their household responsibilities to employees or immediate relatives.

5. Sponsorship the model of family relations. It is characterized by the dominance of a spouse who has full authority and material resources. In the structure of this model , the "housewife" function is modified as follows: the wife is not he has a job, therefore, is economically dependent on his spouse, but the duties related to everyday life are carried out not by his wife, but by employees. The husband compensates for the costs of maintaining an attractive image of his wife. At the same time, in a model of this kind , authority can either rest on the shoulders of the husband or be performed by both spouses simultaneously. In terms of parenting, leisure, and calculating the order of family expenses, a woman can be active. The economic independence of a woman in these marital and family relations puts her in a dependent, subordinate position in relation to a man.

Objectives and objectives of the study. The sponsorship model is more common in families where the material wealth of the spouse is very high, since he represents the economic elite, the spouse performs the functions of a housewife, thereby testifying to the significant socio-economic status of the husband. Here there is a similarity with the model of a traditionally patriarchal character. For example, this can be seen in the stable role of a "breadwinner" for a husband. Nevertheless, today the family code and its legal norms, as well as the emancipation of children and women in the structure of the modern family provide wide freedom for all its members. And this makes it possible to designate such a family model as a non-patriarchal one. In order to study the dynamics of transformation of models of marital and family relations, an array of sociological studies carried out in recent years in Russia has been analyzed. For example, information from a sociological survey suggests that adherents of unconditional equality in marriage, 38% of respondents consider the absence of the head of the family and making vital decisions

jointly acceptable. This There are slightly more than supporters of patriarchal relations (32% of respondents) who hold the opinion that the head of the family should be an older man, and in his absence, an older woman.

The object of the study and the methods used. In 3 years, the percentage of adherents of the patriarchal model of marriage and family relations has decreased from 38% to 32%, however , men still like this model more than women. 27% of women and 38% of men are inclined to accept it.

Meaningful decisions in the family should be made by the member who finds a way out of the current situation – 14% of Russians believe. The principle "whoever pays, orders music" is adhered to by 12% of respondents, that is, the head of the family is recognized as the main earner of funds for providing the life of the family.

A woman in a family should be engaged in small purchases, large expenses are the responsibility of a man, from the position of 49% of respondents. 51% of respondents believe that a spouse may well to make large purchases, despite the fact that the husband provides for the family. The first point of view is shared by men (62% vs. 38%), women are inclined to the second (74% vs. 26%).

More than half of the respondents, namely 54%, note that a wife's career is no less important than her husband's professional success. This idea is supported mainly by women rather than men (61% vs. 39%). At the same time, 46% of respondents believe that a married woman should not be late at work often, as she should perform household duties. Adherents of this position are more often men are more likely than women (54% vs. 46%).

The majority of respondents (71%, 75% of them women and 66% men) believe that the finances in the family should be managed by the one who runs the household . In 3 years, the respondents have strengthened in this opinion: in 2005 , 65% adhered to this position, their number increased by 7%. And only 28% of respondents note that they should have money there is a family member who earns them.

Approximately three quarters of respondents (66% of men and 79% of women) believe that household management is a laborious and responsible process that spouses should carry out equally. In 2010 There were slightly fewer adherents of this thesis (67%). At the same time 27 % of the respondents believe that the household is the prerogative of the wife. This is the opinion of every third man (34%) and every fifth woman (21 %).

In addition, the respondents noted the following:their families have both a husband and the wife maintains relationships with relatives on both sides – 55%, the spouses determine the nature of family leisure, weekends, vacations – 54%, the spouses distribute funds for large expenses – 50%, the spouses equally participate in the upbringing of children – 44%, household affairs are conducted in their families in a legitimate distribution – 37%, spouses calculate monetary expenses in the same way – 32%, both husband and wife earn money at about the same level – 30%.

The differentiation of the remaining functions between spouses is reflected in table 4.

Table 4

Distribution of responsibilities between spouses in families

Marital responsibilities of spouses	*Spouses, %*	
	Husband	*Wife*
Making money	*4*	*5*
Allocating funds for large expenses	*12*	*8*
Allocation of funds for current expenses	*3*	*36*
Household management	*3*	*31*
Parenting	*2*	*22*

Maintaining relationships with relatives	*3*	*13*
Solving leisure issues	*3*	*10*

According to the results of other statistical data obtained during the sociological survey, it can be concluded that most of the household chores in the average Russian family lie with the wife. First of all, it is washing clothes and ironing things (74% each), as well as cooking (65 %), cleaning the house (60%), washing dishes (57%), paying utility bills (44%). Men, as a rule, perform only one duty: minor household repairs (56%). Other situations are being solved, according to respondents, together: grocery shopping (51%), leisure activities (56%), buying gifts (56%), pet care (31 %). Women and men have different views on who should do what around the house. Men are more likely to stick to the opinion that they perform a certain number of duties together with women. Thus, husbands are more likely to note that they buy gifts with their wives (63% vs. 51% among women), groceries (57% vs. 46%, respectively), take care of pets (35% vs. 28 %, respectively), cook food (29% vs. 21%, respectively), engage with children (33% vs. 26%, respectively). Women are more likely to they indicate that they carry out home repairs themselves (18% vs. 4% among men), and men – that they pay the necessary payments (21% vs. 12% among women).

For 13% of respondents, love becomes a marker of an ideal family, and 11% of survey participants believe that the happiness of every household should be such a marker. Some respondents note that there must be children in an exemplary family (8%). Marital fidelity (4%) and household health (2%) are registered somewhat less frequently as signs of an ideal family. The least relevant indicators were legality marriage and the absence of bad habits in the family (1% each).

In 11% of the surveyed families, a bicarrier model of gender roles distribution was defined. As a rule, these are families belonging in stratification to the middle class, which is characterized by a situation where both spouses make an equal contribution to the volume of the family They strive for high career growth, hold senior positions or are individual entrepreneurs.

Making basic decisions in most of the surveyed families it happens mutually, which confirms the predominance of egalitarian views the spouses. Thus, 79% of respondents solve questions about the purchase of expensive things jointly, 72% of respondents jointly determine ways of spending leisure time, 61% of spouses jointly resolve everyday situations, 63% of respondents try to solve issues of parenting in a coordinated manner. However, at the same time, the activity of the wife in decisions regarding the conduct of household affairs and the upbringing of the younger generation is significantly higher than that of the husband. 30% of women are used to solving household issues on their own, 32% of women are solely engaged in raising children. More often The initiative belongs to men in solving problems related to the purchase of expensive things, which cannot be said about other areas. Such decisions are made by a man in 12% of the surveyed families, while in 9% of cases by a woman.

The presented statistical results indicate that the decision-making areas in the families of the province have distinct boundaries. The wife carries out household processes that are not included in the the range of interests of the husband. At the same time, a man has the initiative to resolve the most the life of the family. significant issues related to.

The results of the work suggest the existence of separate models for the distribution of gender roles in the modern Russian family. Thus, 69% of the surveyed families presented the Soviet model of family role distribution , the neopatriarchal/sponsorship model – 4% of respondents, the bicarrier model – 11%, and the egalitarian model – 16%.

A rather small degree of prevalence of bicarrier and neopatriarchal models of marriage and family relations in the Russian province is explained, first of all, by the living conditions of a provincial city from the point of view of a socio-economic approach. In addition, on mass consciousness is influenced by gender attitudes and stereotypes that have developed in society.

Thus, the analysis of sociological research has allowed us to assert that the modern Russian family is a set of diverse gender roles performed by spouses, which is radically different from the Soviet family model. Modern spouses adhere to egalitarian values, which are mutually complemented by traditional patriarchal views on the distribution of family roles. At the same time, the modern family is being transformed from the traditional patriarchal model, through the Soviet one, there is no rigidly defined primacy of the husband, the number of families is increasing, where the equality of spouses in solving the entire range of family problems is becoming the norm. However, the family cannot be fully classified as an egalitarian type of marital and family relations, since the "double employment" of the wife as a semantic characteristic of the Soviet family model still retains the status of the norm. The modern family is built on the principle of the egalitarian-Soviet model of marital and family relations with a large proportion of women's employment in the social and professional sphere, pronounced gender asymmetry in the field of family and household issues. In the modern Russian family, there is also a decrease in the proportion of supporters of the patriarchal family model, nevertheless, its adherents are mostly more often men than women.

References.

1. Resolution of the Senate of the Republic of Uzbekistan of May 28, 2021 “on approval of the strategy for achieving gender equality in the Republic of Uzbekistan by 2030”SQ-297-IV. Lex.uz

2. Russian everyday life and political culture in the 90s / Under the direction of S.V.Patrushev. M.: ISP RAS. 1996.

3. Lisovsky V. T. The spiritual world and value orientations of the youth of Russia: St. Petersburg: SPbGUP, 2000. pp. 127.

4. Zubok, Yu. A. The phenomenon of risk in sociology. The experience of youth research Zubok. M. : Mysl, 2007. p.135.

5. Zadvornova Yu.S. Differentiation of domestic work in the Russian family: gender stereotypes and modern trends // Woman in Russian society. 2014. No. 1. p. 53.

SPECIFIC PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF SOCIAL INTELLIGENCE IN THE DEVELOPMENT OF THE COGNITIVE SYSTEM OF ADOLESCENTS

Ashrapov N.N.
(Bukhara, Uzbekistan)

Аннотация. *В этой статье представлена информация о психологических аспектах социального интеллекта в развитии когнитивной системы подростков. Также были проанализированы научно-теоретические данные о психологических изменениях и конкретных препятствиях, возникающих в этом процессе.*

Ключевые слова: *деятельность, сознание, навыки, память, восприятие, внимание, личность, мышление, эмоции, способности, мышление, поведение, социальная среда.*

Annotation. *This article provides information on the totality of psychological aspects of social intelligence in the development of the cognitive system in adolescents. Also, scientific and theoretical data on the psychological changes and specific obstacles that arise in this process have been analyzed.*

Keywords: *activity, consciousness, skills, memory, perception, attention, personality, thinking, emotion, ability, thinking, behavior, social environment.*

Introduction. In the 21st century, the importance of knowledge and skills in every area of human activity is increasing. An important place in this process is occupied by the development of cognitive systems, that is, the ability of a person to think, understand, solve problems. In particular, social intelligence, that is, the ability to perceive and control interpersonal relationships, is being recognized as one of the skills necessary for a person to achieve success in society.

The development of social intelligence increases not only a person's understanding of the environment, but also the ability to behave in communication with others, realize their emotions and effectively manage interaction. This serves to improve an individual's quality of life, improve their ability to work in communities, and strengthen leadership capacity.

The relevance of this topic is that in modern society, the skills of mutual understanding, cooperation and communication between people are seen as an integral part of the cognitive system. From this point of view, the study of the psychological characteristics of social intelligence, determining the methods for determining and developing their influence on the cognitive system, is one of the important tasks of today.

Literature analysis:

The problem of the cognitive system in adolescents has been the focus of many researchers as a subject of extensive psychological research. Although this problem is studied on several fronts due to the regular development of the psyche, there is always a need to research and study this topic.

Kazuo Mori is a Japanese psychologist known for his research on adolescent social intelligence and cognitive development. Mori has conducted research primarily on topics such as group conformism, social perception, and decision-making processes. His work focuses on an in-depth study of the role of social intelligence's inherent psychological characteristics in adolescent cognitive development.

Main Areas Of Kazuo Mori's Research:

❖ Asch experiment and Group conformism: Mori Solomon replicated Asch's classical conformism experiment in a new form to study how adolescents are affected by

group pressure. In this experiment, Mori used mechanisms that caused all participants to give false responses under the same conditions instead of Confederates. This helped to determine the link between adolescent sensitivity to social conformism and cognitive development.

❖ Social intelligence and decision-making: Mori studies how important interpersonal relationships and the ability to understand the emotions of others are for cognitive development in her research on adolescent social perception and decision-making skills. His experiences show that through the development of social intelligence, adolescents successfully integrate in society and become better adaptable in overcoming difficulties.

❖ Intercultural influences and cognitive development: in addition to studying adolescent social intelligence within Japanese culture in his research, Mori also provides an in-depth analysis of how culture influences cognitive development. This shows the flexibility of adolescents in the cultural environment and the potential for personal intellectual growth in them.

Kazuo Mori's research has been extensive and has made important contributions in determining the complex relationship between adolescent social intelligence and cognitive development. These studies provide an in-depth analysis of the role social perception and communication skills play in the growth process for adolescents, which directly affects their personal and intellectual growth.

Edward L. Thorndike, an American psychologist, significantly contributed to the study of social intelligence and cognitive development, including its application to adolescents. He introduced the concept of social intelligence, which refers to the ability to understand and manage people and relationships effectively. Thorndike believed that cognitive and social abilities were intertwined, and he studied how adolescents' decision-making, problem-solving, and social adaptability evolved through interactions with others. His research emphasized learning through experience and the importance of environmental factors in shaping adolescent cognitive development.

Thorndike's notable theories include the Law of Effect, which posits that behaviors followed by positive outcomes are more likely to be repeated, while those followed by negative outcomes are less likely to recur. This principle is crucial in understanding how social interactions during adolescence contribute to cognitive and social growth. His work laid the foundation for modern educational psychology, focusing on how learning experiences shape intelligence, including social intelligence.

Thorndike’s research also contributed to our understanding of differential learning abilities, and he was one of the first to use statistical methods to study human learning patterns, which significantly advanced the field of adolescent psychology. His work emphasized that learning is a gradual, incremental process that depends on both individual differences and social contexts.

Results.

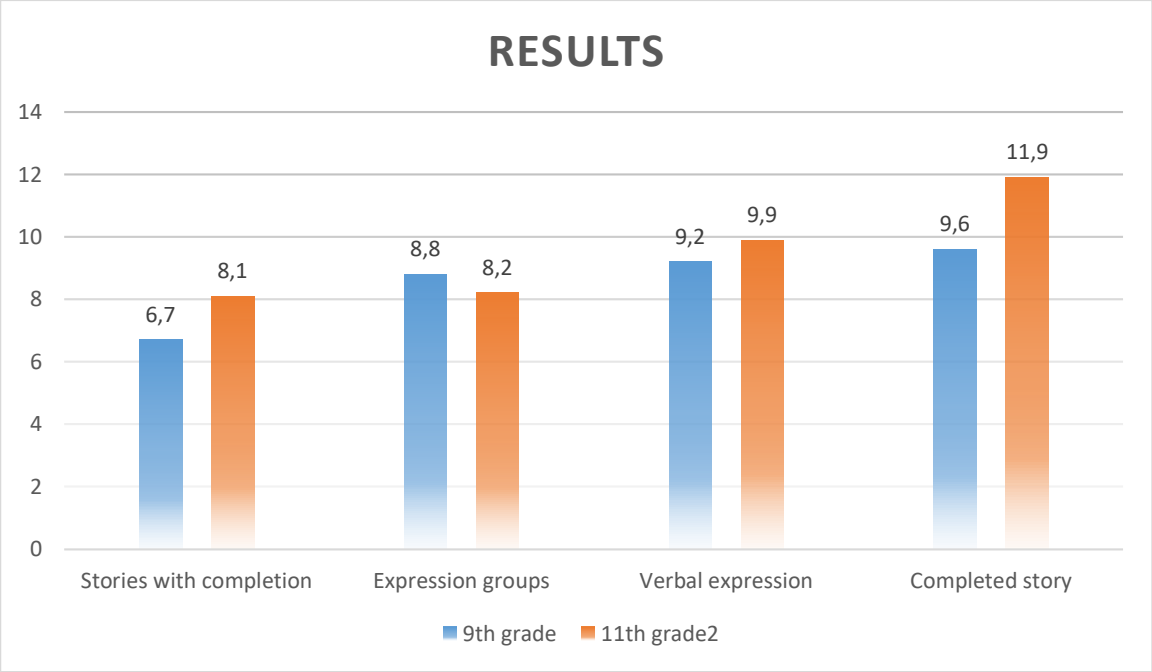
In our study, we used Guilford's "Social Intelligence Test" to examine the impact of emotional intelligence on adolescent cognitive development. We involved a total of 60 students, including 30 ninth-grade and 30 eleventh-grade participants.

Initial results (Guilford Social Intelligence)

Scales	9th grade N- 30		11th grade N- 30		Results of Student t test	P score results
	M	**σ**	**M**	**σ**		
Stories with completion	6,7	2,1	8,1	2,2	-1,68	0,001

Expression groups	8,8	1,7	8,2	2,4	-0,6	0,05
Verbal expression	9,2	2,7	9,9	1,2	2,57	0,05
Completed story	9,6	2,2	11,9	2,3	-3,85	0,002

Note: M – avarage score;
σ – standard deviation:



Stories with completion beetween 9th grade (avarage score = 6,7) and 11th grade (avarage score = 8,1)(t = -1,68; p = 0,001). The data presented indicate a statistically significant difference in story completion scores between 9th-grade (average score = 6.7) and 11th-grade students (average score = 8.1). From a psychological perspective, this difference suggests that cognitive abilities, such as narrative comprehension and creative thinking, improve as adolescents progress through school. As students move from early to late adolescence, their cognitive development advances, which is reflected in their ability to understand, construct, and complete complex tasks like story completion.

One possible explanation is that 11th graders, having more exposure to academic tasks, demonstrate higher levels of abstract thinking and critical analysis, which are essential for completing stories with deeper plot lines or character development. The **t-value** of -1.68 suggests a moderate difference between the two groups, with the 11th graders outperforming the 9th graders. A **p-value** of 0.001 indicates that this difference is highly statistically significant, meaning the improvement in performance is unlikely due to chance and points to genuine developmental progress.

The growth in social and emotional intelligence among 11th graders could also play a role in this improvement. As students mature, they become more adept at understanding characters' motivations and emotional depth in stories, which contributes to their ability to complete stories more effectively.

The comparison between 9th-grade students (average score = 8.8) and 11th-grade students (average score = 8.2) on Guilford's Social Intelligence Test, with a t-value of -0.6 and a p-value of 0.005, suggests a slight but statistically significant difference. Psychologically, this indicates that 9th graders, in this context, may demonstrate slightly higher social intelligence than 11th graders, which could be attributed to differences in emotional perception or social adaptability during adolescence. The p-value of 0.005 shows the difference is statistically significant, implying it's unlikely due to chance.

This result could suggest that younger adolescents in the 9th grade may have a heightened sensitivity to social cues or emotional awareness, possibly due to developmental or environmental factors. The decline in the 11th-grade scores may reflect cognitive shifts as older adolescents prioritize more advanced cognitive tasks over social adaptability. This subtle decline may also be due to increased focus on academic responsibilities and self-concept formation, which are more prominent in late adolescence.

Conclusion. A significant role in the cognitive development of adolescents is played by the specific psychological characteristics of social intelligence. Adolescents at this age develop the ability to understand and manage interpersonal relationships, which positively affects their ability to adapt to changing social environments. Through the development of emotional and social intelligence, adolescents acquire more specific logical thinking and decision-making abilities. Research shows that this process is an integral part of cognitive development, leading to personal growth and social success..

Literatures.

1. Social and Personality Development in Adolescence by D. K. Moshman Cambridge University Press 2009 y., 302 p.
2. Adolescent Development and the Brain: Insights from Neuroimaging" by Sarah-Jayne Blakemore & Kathryn L. Mills Oxford University Press. 2014 y., 256 p.
3. "Piaget's theory" in P. Mussen (ed.), *Handbook of Child Psychology*, Vol. 1. (4th ed., New York: Wiley, 1983).
4. Olimov l.Y. “Umumiy psixodiagnostika” Buxoro 2020 y., 540 b..

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

Аъзамова С.А.
(г.Навоий, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье описаны методологические основы психологического благополучия, т.е. гедонистический подход, эвдемонистический подход, а также содержание понятий психологического благополучия.*

Ключевые слова: *гедонистический подход, эвдемонистический подход, самоактуализация.*

Abstract: *This article describes the methodological foundations of psychological well-being, i.e. the hedonistic approach, the eudemonistic approach, and the content of the concepts of psychological well-being.*

Key words: *hedonistic approach, eudaemonistic approach, self-actualization.*

В современном мире именно благополучие личности становится одной из центральных проблем психологии. Основатель позитивной психологии М. Селигман замечает, что человечество вступает в «экономику удовлетворенности жизнью» (Селигман, 2013). И. Бонивелл заключает, что «в ситуации, при которой выживание больше не является главной проблемой в жизни людей, именно благополучие становится важнее, чем показатели экономического процветания» [2, с. 47].

Существует несколько подходов к пониманию благополучия: гедонистический подход, описывающий благополучие через удовлетворенность – неудовлетворенность, и эвдемонистический подход – через личностный рост, самоактуализацию и обретение индивидуальности.

Гедонистический подход

Термин «психологическое благополучие» (psychological well-being) ввел Н. Бредберн, который отождествлял его с субъективным ощущением счастья и общей удовлетворенностью жизнью. Он описал структуру благополучия – баланс между взаимодействием позитивного (событиями повседневной жизни индивида, которые несут ему радость и счастье) и негативного (расстраивающих, болезненных событий в жизни индивида) аффектов. Разница между позитивным и негативным аффектами определяется как показатель психологического благополучия – благополучие детерминируется достижением удовольствия и избеганием неудовольствия.

Концепцию Н. Бредберна в своих работах развивает Э. Динер, который вводит понятие «субъективное благополучие». Продолжая гедонистическую традицию, Э. Динер утверждает, что благополучие может быть достигнуто путем удовлетворения желаний и достижения целей индивида. Под субъективным благополучием автор понимает единство трех компонентов: приятные и неприятные эмоции, а также общее удовлетворение. Эти структурные компоненты субъективного благополучия могут разделяться на отдельные составляющие. Например, приятные эмоции могут быть вызваны радостью или гордостью, неприятные – стыдом, виной, гневом или беспокойством (Шевеленкова) [9, с. 102]. На фоне общего удовлетворения жизнью также можно выделить удовлетворение ее различными аспектами: трудом, браком, дружбой и др. Например, В.А. Хащенко анализирует субъективное экономическое благополучие (Хащенко) [7, с. 267]. Можно отметить некоторую схожесть трактовок благополучия Н. Бредберном и Э. Динером, однако последний все же, как подмечает Т.Д. Шевеленкова, полагал, что субъективное благополучие является лишь компонентом общего психологического благополучия, и призывал для описания последнего вводить дополнительные характеристики (Шевеленкова) [9, с. 116].

Исследователи используют термин «субъективное благополучие» в контексте изучения счастья, удовлетворенности и качества жизни, под которыми, в свою очередь, понимается общее превосходство положительных эмоций над отрицательными. И. Бонивелл отмечает, что понятие субъективное благополучие используется в научной литературе как заменитель термина «счастье», и подчеркивает тот факт, что «оно соотносится с тем, как люди оценивают свою жизнь в терминах когнитивных и аффективных объяснений» (Бонивелл) [2, с. 188]. М. Аргайл также не разделяет категории субъективного благополучия и счастья, а последнее определяет как «основное измерение человеческого опыта, которое включает в себя позитивный эмоциональный настрой, удовлетворенность жизнью, а также такие когнитивные аспекты как оптимизм и высокая самооценка» (Аргайл) [1, с. 270].

Д.А. Леонтьев называет субъективное благополучие обобщенной оценкой жизни, состоящей из эмоциональных и рациональных компонентов. Эта оценка определяется как аналог философского понятия счастья, а также связана с понятием качества жизни (Леонтьев) [4, с. 84]. Р.М. Шамионов соотносит субъективное благополучие с отношением индивида к себе и своей жизни, подчеркивает, что благополучие – «это не переживание абсолютного счастья или удовлетворенности всего и всем», оно является состоянием «динамического равновесия, которое достигается разнонаправленными по валентности

переживаниями удовлетворенности в различных сферах жизнедеятельности» (Шамионов) [8, с. 125].

В исследовании Я.И. Павлоцкой отмечается, что субъективное благополучие понимается исходя из внешних критериев «нормативности» – определяется через общественные представления о «хорошей жизни» (Павлоцкая). М. Аргайл пришел к выводу о национальных различиях в среднем уровне счастья [1, с. 165]. Культурная обусловленность благополучия эмпирически доказывается Р.М. Шамионовым. Социальную заданность понятия «счастье» также отмечает Е.А. Мишутина, которая утверждает, что последнее концептуализируется через понятие «желаемого состояния бытия» (Мишутина) [5, с. 45].

Эвдемонистический подход

Эвдемонистический подход к благополучию представлен в рамках позитивной психологии (Селигман, Бонивелл, Чиксентмихайи), развивающейся на основе экзистенциально-гуманистического направления (Э. Фромм, Г. Олпорт, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, М. Яхода). В рамках данного психологического направления, основателем которого считается М. Селигман, акцент делается на изучении закономерностей позитивного психологического функционирования – оптимальной благополучной жизни и деятельности, а также ресурсов личности, которые обеспечивают такое функционирование. Исследователи, работающие в рамках позитивной психологии, рассматривают благополучие как априорную возможность для индивида любого возраста, а термин «психологическое благополучие» по своему содержанию отражает экзистенциальные переживания индивидом отношения к собственной жизни. В отличие от гедонистической трактовки благополучия представители эвдемонистического подхода утверждают, что не все желания и цели индивида способствуют достижению благополучия. Более того, «требования человеческой природы» зачастую губительным образом сказываются на личностном развитии (Ryan, Deci) [10, с. 72]. М. Селигман высказывает мнение, что счастье «состоит не в том, чтобы множить приятные сиюминутные субъективные ощущения. Для истинного счастья необходима подлинная жизнь. Последняя подразумевает, что положительные чувства и духовное удовлетворение должны быть достигнуты реализацией индивидуальных достоинств человека» . М. Селигман также разработал модель подлинного счастья, в рамках которой различает приятную жизнь – насыщенную положительными чувствами, достойную жизнь, которая подразумевает реализацию индивидуальных достоинств для достижения духовного удовлетворения во всех сферах жизни, а также осмысленную жизнь, связанную с использованием наших индивидуальных достоинств и добродетелей для служения высшим целям .

Другой сторонник данного подхода А. Уотерман полагает, что благополучие достигается в такой ситуации, когда жизнь индивида конгруэнтна его истинному Я. Оно связано с деятельностью, которая обеспечивает личностный рост – с «личностной выраженностью» (personal expressiveness). Автор также эмпирически доказал, что гедоническое наслаждение не означает успех в процессе самореализации: оно связано с расслабленностью, а не с определенными усилиями, как благополучие в эвдемонистической трактовке .

К представителям эвдемонистического подхода относят Р. Райна и Э. Деси, которые разработали теорию самодетерминации. Психологическое благополучие авторы связывают с личностным ростом, который, в свою очередь, связан с реализацией базовых психологических потребностей: 1) потребностью в автономии – соответствием поведения внутренним ценностям и желаниям индивида; 2) потребностью в компетентности – овладением средой и эффективной деятельностью в своем окружении; 3) потребностью в связи с другими – стремлением к близости с другими людьми (Ryan, Deci) [10, с. 75].

Концепция психологического благополучия К. Рифф

Яркий представитель эвдемонистического подхода К.Рифф пишет о принципиальной ограниченности гедонистического подхода, поскольку благополучие автор описывает не просто как достижение определенного удовольствия, а как «стремление к совершенству, что представляет собой реализацию своего истинного потенциала» (Ryff) [11, с. 1011] Обобщив основные концепции зарубежной гуманистической традиции, которые связаны с понятием «Психологическое благополучие» и относятся к проблематике позитивного психологического функционирования, К. Рифф разработала собственную концепцию благополучия. Автор выявила основные точки соприкосновения и общие темы, описанные в теориях развития и продолжительности жизни (Ш. Бюлер, Б. Л. Нейгартен; Э. Эриксон), зрелости (Г. Олпорт), самоактуализации (А. Маслоу), индивидуации (К.-Г. Юнг), полноценно функционирующей личности (К. Роджерс), а также положительного психического здоровья (М. Яхода). Важно отметить, что К. Рифф изучала психологическое благополучие именно в контексте успешного старения человека и подчеркивала существование возможностей дальнейшего роста и развития в старости. С целью разработки надежного инструмента оценки автор выделила в структуре благополучия шесть компонентов: самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, управление окружающей средой, цель в жизни и личностный рост .

По мнению К. Рифф, многофакторная структура благополучия консолидирует различные психологические теории. Например, компонент «Самопринятие» перекликается с описанной у А. Маслоу самоактуализацией, под которой он понимает процесс полного разворачивания личностного потенциала, и, как следствие, принятие своей собственной изначальной природы (Маслоу, 2011). Данный компонент также включает принятие собственного прошлого, описанное Э. Эриксоном как эго-интеграция, а также становление единого, цельного, уникального индивида, признание своих достоинств и недостатков – индивидуацию К.-Г. Юнга (Ryff, 1995). Г. Олпорт рассматривает самопринятие как атрибут зрелого, а значит благополучного индивида, способного «терпимо относиться как к разочаровывающим явлениям, так и к собственным недостаткам, не озлобляясь внутренне и не ожесточаясь».

Значимость позитивных отношений с окружающими подчеркивал А. Адлер, который рассматривал дружбу как важнейшее качество и умение личности. Автор полагал, что «чувство общности, из которого происходят нежность, забота о ближнем, дружба, любовь заложено в физиологии» . Э. Фромм в качестве одной из основных экзистенциальных потребностей человека выделил потребность в установлении связей с другими людьми. Г. Олпорт утверждал, что «зрелый человек способен к теплым, сердечным социальным отношениям».

Компонент «Личностный рост» присутствует в концепциях позитивной психологии, определяющих человека как постоянно развивающуюся систему: Э. Фромм полагал, что основной целью личности является стремление стать целостной, ответственной и открытой. К. Хорни утверждала, что каждый индивид обладает способностью к позитивному личностному росту. К.-Г. Юнг высказывал мнение, что «самая заветная цель и самое сильное желание каждого человека состоят в том, чтобы дать раскрыться той целостности своего существа, которую обозначают понятием личность» (Юнг, 1996, с. 207). Согласно Г. Олпорту, личностный рост является процессом «становления» личности .

Обобщенные К. Рифф компоненты различных психологических теорий концептуализированы следующим образом:

1) компонент «Самопринятие» «отражает позитивную самооценку себя и своей жизни в целом, осознание и принятие не только своих положительных

качеств, но и своих недостатков».К. Рифф считает, что самопринятие выступает в качестве «центральной характеристики положительного психологического функционирования личности», оно является показателем зрелости и психического здоровья личности (Ryff); [11, с. 1008].

2) компонент «Позитивные отношения с окружающими» подразумевает «как умение сопереживать, так и способность быть открытым для общения, а также наличие навыков, помогающих устанавливать и поддерживать контакты с другими людьми» (Шевеленкова, Фесенко); [9, с. 98].

3) под «Автономией» подразумевается способность к независимости, при которой индивид ориентируется не на мнение окружающих, а на личную оценку происходящих событий. Обладающий автономией индивид способен противопоставить собственное мнение мнению большинства и в меньшей степени подвержен коллективным страхам, убеждениям и «законам масс» (Ryff); [11, с. 1008].

4) «Управление окружающей средой» – это способность индивида выбирать или создавать условия для успешного овладения различными видами деятельности, а также «способность добиваться желаемого, преодолевать трудности на пути к реализации собственных целей»;

5) «Личностный рост» – «предусматривает стремление развиваться, учиться и воспринимать новое, а также наличие ощущения собственного прогресса. Если личностный рост по каким-то причинам невозможен, то следствием этого становится чувство скуки, стагнации, отсутствие веры в свои способности». Оптимальное психологическое функционирование невозможно без развития собственного потенциала. Причем такое развитие не прекращается в старческом возрасте;

6) К. Рифф акцентирует внимание на том, что позитивно функционирующая личность имеет цели, намерения и чувство направленности. Поэтому компонент «Наличие жизненных целей» играет важную роль в структуре психологического благополучия. Он соотносится с «чувством осмысленности существования, ощущением ценности того, что было в прошлом, происходит в настоящем и будет происходить в будущем» (Шевеленкова). [9, с. 99].

Литература.

1. Аргайл М. Психология счастья. – СПб.: Питер, 2003. – 270 с.

2. Бонивелл И. Ключи к благополучию: что может позитивная психология. – М.: Время, 2009. – 188 с.

3. Джидарьян И.А. Психология счастья и оптимизма. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. – 267 с.

4. Леонтьев Д.А. Субъективное благополучие и качество жизни: подходы, критерии и индикаторы [Электронный ресурс]. – 2011. – Режим доступа: https://www.hse.ru/org/projects/47266005 (дата обращения: 28. 09. 2016).170 с

5. Мишутина Е.А. Социально-философский анализ феномена счастья: автореф. дисс. ... канд. фил. наук: 09.00.11 / Мишутина Евгения Александровна. – Новочеркасск, 2009. – 186 с.

6. Павлоцкая Я.И. Соотношение психологического благополучия и социальнопсихологических характеристик личности: дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Павлоцкая Яна Игоревна. – Волгоград, 2015. – 183 с.

7. Хащенко В.А. Психология экономического благополучия. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. – 424 с.

8. Шамионов Р. М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. – Саратов: Научная книга, 2008. – 296 с.

9. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. – 2005. – № 3. – С. 95-123.

10. Ryan R.M., Deci E.L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being // American Psychology. – 2000. – V. 55. – P. 68-78.

11. Ryff C.D. Optimizing Well-Being: The empirical encounter of two traditions // Journal of Personality and Social Psychology. – 2002. – V. 82. – № 6. – P. 1007-1022.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВЛИЯНИЕ НА РАЗВИТИЕ НАСТОЙЧИВОСТИ И НАВЫКОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Бекчанова К.
(г.Ургенч, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье подробно изложено психологическое воздействие развития уровня настойчивости у детей дошкольного возраста на формирование навыков саморегуляции. В статье анализируется, как настойчивость влияет на эмоциональную стабильность детей, их социальную адаптацию и успехи в дальнейшей учебной деятельности. Кроме того, в данной статье представлены эффективные стратегии и практические рекомендации по развитию навыков саморегуляции у детей.*

Ключевые слова: *настойчивость, дошкольный возраст, психологическое воздействие, успех, воспитание, саморегуляция, навык.*

Annotation. *This article provides a detailed explanation of the psychological impact of the development of perseverance on self-control skills in preschool children. The article analyzes how perseverance affects children's emotional stability, social adaptation, and success in subsequent educational activities. Additionally, it presents effective strategies and practical recommendations for developing self-control skills in children.*

Keywords: *perseverance, preschool age, psychological impact, success, upbringing, self-control, skill.*

Введение. В настоящее время в нашей стране принимается множество мер для всестороннего развития детей дошкольного возраста. Это охватывает не только анатомические и физиологические (физические) аспекты, характерные для определённого возраста, но и их психологические особенности. Учитывая все эти возрастные характеристики, формы обучения и воспитания также отличаются своей спецификой. В таком случае влияние воспитания на развитие ребенка становится более значительным. Для правильного подхода к воспитанию детей и их успешного обучения важно знать и учитывать особенности каждого возрастного периода в развитии ребенка. Одним из основных факторов успеха детей в учебной деятельности является условия, созданные в дошкольных образовательных учреждениях. В этом направлении предпринимаются меры для коренного улучшения качества подготовки дошкольников к школьному обучению, внедрения современных образовательных программ и технологий в процесс обучения и воспитания, а также создания условий для всестороннего интеллектуального, морального, эстетического и физического развития детей. С этой целью в Концепции развития системы дошкольного образования Республики Узбекистан до 2030 года предусмотрены комплексные меры [1].

Дошкольный возраст является важным этапом в развитии ребенка, в этот период формируются личность, эмоциональная сфера и социальные навыки. Настойчивость – это способность личности быть выносливой и устойчивой в достижении поставленных целей, действовать, несмотря на трудности. Развитие настойчивости в детском возрасте способствует формированию успешной и самостоятельной личности в будущем.

Литературный обзор по теме.

На сегодняшний день всестороннее психологическое развитие детей дошкольного возраста может зависеть как от возраста, так и от индивидуальных особенностей ребенка. Поэтому важно учитывать личностные характеристики детей, так как это также включает развитие навыков саморегуляции. Развитие настойчивости и навыков саморегуляции у детей дошкольного возраста является взаимосвязанными и важными психологическими факторами. В этом контексте развитие этих двух качеств играет значительную роль в общем психологическом развитии детей. Опираясь на наши исследования, мы можем привести ряд процессов, подтверждающих психологическое влияние настойчивости на навыки саморегуляции у детей дошкольного возраста [6].

1. Развитие настойчивости у дошкольников помогает им преодолевать трудности на пути к достижению своих целей. Необходимо отметить, что данный процесс способствует развитию у детей навыков контроля своих импульсов, терпеливости и способности действовать устойчиво [2].

2. Развитие настойчивости и навыков саморегуляции у детей дошкольного возраста представляет собой отдельные, но взаимосвязанные факторы, которые ведут к успеху. Настойчивость у детей напрямую связана с мотивацией достижения целей. Мотивация положительно влияет на развитие саморегуляции, так как высоко мотивированный ребенок лучше контролирует свои импульсы [4].

3. Также следует отметить, что настойчивость не только способствует развитию саморегуляции у детей, но и воспитывает у них стойкость. Настойчивость помогает детям преодолевать трудности и быть более выносливыми, что увеличивает их устойчивость к стрессам и негативным эмоциям, что, в свою очередь, способствует развитию саморегуляции [5].

4. Настойчивость и навыки саморегуляции у дошкольников обеспечивают им успех как в учебной, так и в социальной сфере. Эти навыки позволяют детям выдерживать испытания и трудности в различных условиях и успешно справляться с ними [3].

5. Одним из важных аспектов связи между настойчивостью и саморегуляцией у детей дошкольного возраста является роль стремления к достижению долгосрочных целей

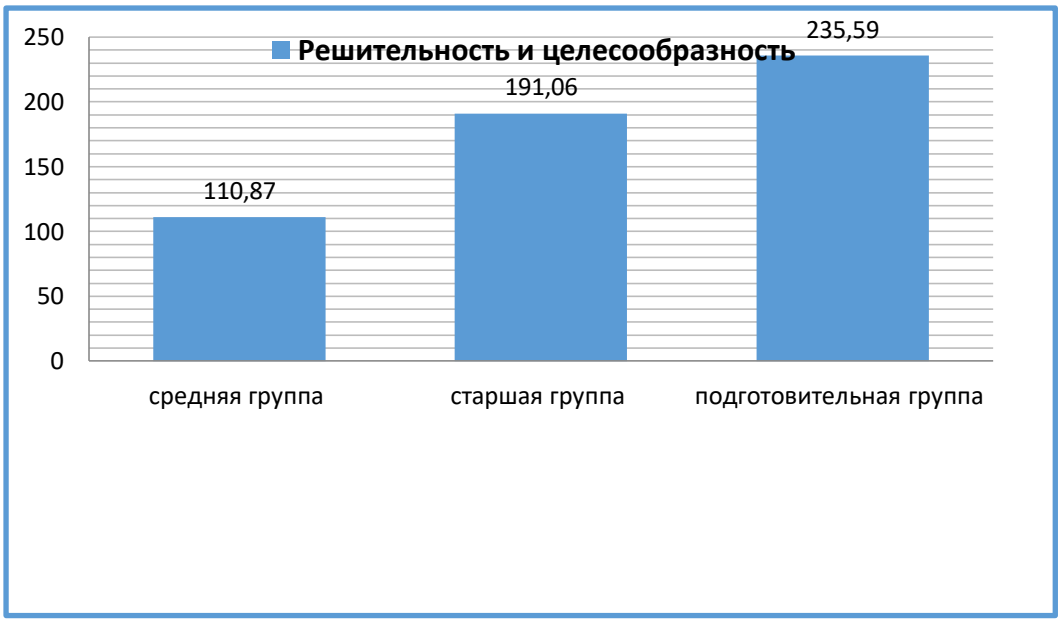
Методология исследования и результаты анализа.

Наше исследование было направлено на изучение того, как развитие настойчивости и целеустремленности у детей дошкольного возраста влияет на формирование у них навыков саморегуляции. Настойчивость является одним из ключевых направлений развития в этом возрасте. Каждый ребенок уникален, и приобретенные им знания и навыки, несомненно, проявляются через его индивидуальность. Настойчивость как волевое качество также является индивидуальной характеристикой, связанной с особенностями каждого человека.

Возрастное развитие и подростковый период являются важными этапами для формирования полноценной личности. Настойчивость необходима при выборе цели, принятии решений, выполнении действий и преодолении проблем. Преодоление препятствий требует волевых усилий, которые включают нейропсихологическое напряжение, а также интеллектуальные и моральные силы личности.

В дошкольном возрасте происходит изменение как самих волевых действий, так и их роли. В старшем дошкольном возрасте дети способны к длительным волевым действиям. В нашем исследовании использовалась методика Е. А. Ключниковой "Окрашивание по контурам", которая имеет монотонную структуру. Эта методика направлена на выявление уровня настойчивости и целеустремленности.

Согласно результатам проведенного исследования, были выявлены различия между группами детей дошкольного возраста. В подготовительной группе показатели оказались выше, чем у респондентов из других групп (H=97,574; p<0,001). Эти различия представлены в следующей таблице.



Из таблицы видно, что уровень настойчивости и целеустремленности в средней группе составил 110,87, в старшей группе — 191,06, а в подготовительной группе — 235,59. Дети из подготовительной группы отличаются лучшим развитием мелкой моторики рук, проявляют настойчивость и стремление к достижению цели при работе с каждым элементом, а также демонстрируют высокую осторожность и стремление к достижению результата.

У воспитанников средней и старшей групп дошкольного возраста эти качества еще недостаточно развиты. Дети этого возраста часто начинают работу поспешно и выполняют задания небрежно. В их деятельности меньше сложностей по сравнению с детьми подготовительной группы, так как они испытывают трудности в преодолении препятствий.

Предложения и выводы

Для развития настойчивости и навыков самоконтроля у детей дошкольного возраста родители и воспитатели могут использовать следующие методы:

- Необходимо помогать дошкольникам в выполнении новых заданий, но также создавать условия для самостоятельных действий.
- Постоянно поддерживать дошкольника в трудных ситуациях и совместно решать возникающие проблемы.
- Учить дошкольника ставить небольшие, но конкретные цели. Достижение этих целей повысит уверенность ребенка в себе.
- Следует выделять успехи ребенка и поощрять его, формируя у него положительные эмоции.

- Организовывать различные игры и занятия, способствующие развитию настойчивости и самоконтроля у детей. Например, подвижные, командные, ролевые игры имеют большое значение, и их использование крайне важно.

- Взрослые должны быть примером для детей, демонстрируя свои настойчивые качества перед ними.

Подводя итог, можно сказать, что развитие настойчивости и навыков самоконтроля у детей дошкольного возраста имеет важное значение для их психологического развития. Навыки самоконтроля у дошкольников играют важную роль в укреплении уверенности в себе, достижении целей, преодолении стресса и трудностей, а также в достижении академического и социального успеха. В связи с этим необходимо уделять особое внимание развитию настойчивости и навыков самоконтроля у детей данного возраста.

Развитие настойчивости у дошкольников создает основу для их успеха в личной и профессиональной жизни в будущем. Для формирования этого качества с детства родителям и воспитателям важно работать вместе, поддерживать и поощрять детей. Развивая настойчивость, дети формируются как сильные и стойкие личности.

Литература.

1. Постановление Президента Республики Узбекистан № PQ-4857 от 8 октября 2020 года — Научная база данных о нормативно-правовых актах, 09.10.2020 г., № 07/20/4857/1357.

2. Duckworth, A. L., & Gross, J. J. (2014). Self-control and grit: Related but separable determinants of success. “Current Directions in Psychological Science”, 23(5), 319-325.

3. Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. “Journal of Personality and Social Psychology”, 92(6), 1087-1101.

4. Mischel, W., Shoda, Y., & Rodriguez, M. L. (1989). Delay of gratification in children. “Science”, 244(4907), 933-938.

5. Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320-333.

ИЗУЧЕНИЕ КОГНИТИВНЫХ НАУК И ПСИХОЛОГИИ, СВЯЗАННЫХ С ВНИМАНИЕМ

Бабажанов М.У.
(г.Ургенч, Узбекистан)

Аннотация. *Данная статья анализирует, как процесс внимания изучается в области когнитивных наук и психологии. Центральное место внимания в человеческой когнитивной деятельности и способы его анализа с использованием различных теоретических подходов являются основной темой статьи. В ходе исследования широко рассматривается связь внимания с психологическими процессами, его теоретические основы, а также изучение этих процессов через научные подходы. Данная статья подчеркивает необходимость более глубокого понимания феномена внимания и его дальнейшего исследования в области когнитивных наук и психологии.*

Ключевые слова: *Внимание, когнитивные науки, психология, процесс внимания, мышление, память, восприятие, тест Бурдона, тест CFIT, интеллектуальные способности, научное исследование.*

Annotation. *This article analyzes how the process of attention has been studied within the realms of cognitive sciences and psychology. The central role of attention in human cognitive activity and how it has been analyzed through various theoretical approaches is the main focus of the article. Throughout the research, the relationship between attention and psychological processes, its theoretical foundations, and how these processes are studied through scientific approaches are extensively discussed. This article emphasizes the necessity for a deeper understanding of the phenomenon of attention and the need for further research in the fields of cognitive sciences and psychology.*

Keywords: *Attention, cognitive sciences, psychology, attention process, thinking, memory, perception, Burdon test, CFIT test, intellectual abilities, scientific research.*

Введение. Внимание является сложным и многоаспектным процессом, который заслуживает глубокого изучения как центральная тема в психологии человека и когнитивных науках. Этот процесс включает в себя способности человека осознанно управлять информацией, избегать отвлекающих факторов и направлять внимание на определенные источники информации. Поэтому внимание изучается в широких рамках психологии и когнитивных наук как неотъемлемая часть психической деятельности человека.

Роль внимания в когнитивной деятельности человека бесценна, так как оно играет решающую роль в процессах обработки информации, восприятия данных и их запоминания. С точки зрения когнитивных наук внимание исследуется как сложная система, взаимосвязанная с основными когнитивными процессами сознания. Этот процесс играет ключевую роль в управлении потоком информации между различными психическими процессами и имеет большое значение для организации сознательной активности. Процесс внимания неразрывно связан с другими когнитивными функциями человека, и он широко освещается в научной литературе, не теряя своей значимости.

В области когнитивных наук существует несколько важных теоретических подходов к изучению внимания. Например, в области психологии внимание исследуется в рамках трех основных классов теорий. Первые классовые теории отвергают внимание как независимый вид психической активности. В данном подходе внимание рассматривается в контексте общих характеристик психических

процессов, как это делают представители гештальт-психологии, включая В. Келлера и К. Коффку. Вторые классовые теории принимают внимание как важное условие всех психических процессов, не рассматривая его как отдельный продукт или содержание, а понимая его как фактор, определяющий качество других психических процессов. Третьи классовые теории, в свою очередь, принимают внимание как самостоятельный и своеобразный психический акт и исследуют его отличительные характеристики более глубоко.

Приведенные выше подходы показывают, как следует изучать внимание в контексте общей деятельности человека и помогают глубже понять его связь с когнитивными процессами. В то же время, уникальные аспекты внимания были предметом глубокого исследования через различные теоретические и практические подходы. Например, «Исследованием внимания, классификацией научных понятий и положений в рамках когнитивной психологии занимались такие ученые, как В.Я. Романов, Д. Бродбент, Дж. Р. Андерсон, Ю.Б. Дормашев, У. Найсер, Р.Л. Солсо, К. Черри, Б. М. Величковский, Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман и др. Исследователи находили новые особенности его проявления и взаимосвязи с другими психическими процессами и способностями в разнообразных условиях»[1]. Эти исследователи глубоко изучили различные характеристики внимания и выявили его связь с другими психическими процессами.

В общем, в ходе изучения феномена внимания в психологии и когнитивных науках, исследования в этой области показывают, что в настоящее время нет единой теоретической основы, которая бы объединяла понимание сущности и содержания концепции внимания. Это требует более глубокого исследования данной темы и введения новых подходов в когнитивные науки и психологию. Глубокое изучение проблемы внимания в рамках когнитивных наук и психологии открывает возможности для введения новых знаний и расширения областей исследования.

Теоретическая часть.

Основные теории и концептуальные понятия внимания.

Внимание является центральной концепцией в психологии человека и когнитивных науках, и его концептуальные основы и теории формировались на протяжении веков. Существуют различные подходы к природе этого процесса, его основным функциям и влиянию на различные когнитивные процессы, каждый из которых освещает разные аспекты внимания. Эти теории помогают определить, как формируется и развивается внимание.

Историческое развитие внимания также широко освещено в психологической литературе, и этот процесс начал включаться в научные обсуждения с XVIII века. «Исторически в психологической литературе разделы, посвященные вниманию, появились еще в XVIII веке, а уже к началу XX века сформировались многочисленные, во многом противоречащие друг другу, теоретические подходы к пониманию внимания»[2]. Это развитие демонстрирует сложность внимания и то, как его изучают через различные теоретические подходы.

Когда речь заходит о теоретических основах внимания, можно выделить несколько основных подходов. Представители гештальтпсихологии, включая В. Келлера и К. Коффку, не рассматривали внимание как самостоятельный вид психической деятельности. Они рассматривали его в рамках общих характеристик других психических процессов и не признавали его как отдельный процесс. Другой подход был разработан В. Вундтом, который определял внимание как «наилучшим

[1] Евдокимов В.Н. Проблема внимания в психологии // Вестник психологии. 2024. №40. С. 41-45. DOI: 10.58351/240109.2024.40.44.003.

[2] Савинкина, А. О. (2022). Развитие свойств внимания спортсменов на основе учета требований соревновательной деятельности [Докторская диссертация, Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)]

образом определённую область сознания». Этот подход способствует рассмотрению внимания как независимого процесса и анализирует, как оно может быть отделено от других психических процессов.

Когнитивные теории предлагают подходы, связанные с управлением вниманием и процессами обработки информации. Например, в подходе, разработанном Чунем и его коллегами, внимание разделяется на внешние и внутренние типы. «Чунь и др. [5] различили внимание в зависимости от типов информации, с которыми оно работает. Таким образом, внешнее внимание относится к выбору и модификации сенсорной информации (перцептивное внимание), в то время как внутреннее внимание включает в себя когнитивный контроль, а также содержимое рабочей памяти, долгосрочную память и наборы задач или выбор ответов (центральное/рефлексивное внимание)»[3]. Этот подход демонстрирует, как внутренние и внешние факторы связаны с вниманием, и акцентирует внимание на различных аспектах управления вниманием.

Среди основных теорий внимания также существует теория информационных процессов, которая сосредоточена на изучении роли внимания в сортировке и переработке информации. Например, в модели, разработанной Д.Бродбентом, внимание рассматривается как фильтр, который пропускает определённые сообщения и отвергает другие. Этот подход подтверждает важность внимания в системе когнитивных процессов и раскрывает его роль в переработке информации. «Процессы внимания выбирают те ощущения, которые информативны о своих причинах.»[4]. Эти подходы помогают в анализе управления вниманием и в том, как человек обрабатывает информацию.

Определение основных характеристик внимания зависит от его формирования и развития. «Чун [4] объясняет связь между емкостью визуальной рабочей памяти и визуальным вниманием. Согласно модели ограниченных ресурсов внимания, количество внимания, выделяемого на предмет, зависит от того, сколько общего переработки требуется в задаче»[5]. Этот подход подчеркивает, что основная задача внимания заключается в управлении ресурсами внимания, ориентированными на выбор и переработку информации.

Также заслуживает внимания связь внимания с деятельностью. Например, в рамках теории деятельности А.Н. Леонтьева предлагается изучать внимание в контексте «перспективной активности». По мнению Леонтьева, феномен внимания можно исследовать через структуру и динамику деятельности. В рамках деятельностного подхода Ю.Б. Гиппенрейтер выдвигает гипотезу о природе внимания, рассматривая его как свойство функционально-физиологической системы. Согласно этому подходу, внимание не является отдельной деятельностью, а рассматривается как часть процесса.

Связь внимания с когнитивными процессами и его роль в человеческой деятельности.

Связь внимания с когнитивными процессами занимает важное место в когнитивной психологии. Внимание является одним из основных факторов, определяющих когнитивную деятельность человека, а его управление определяет взаимодействие человека с окружающей средой. Управление вниманием зависит от того, как человек выбирает и обрабатывает информацию. Эти процессы широко изучаются в области когнитивных наук и психологии и помогают определить роль внимания в человеческой деятельности.

---

[3] Drigas, A., & Karyotaki, M. (2019). Attention and its Role: Theories and Models. International Journal of Emerging Technologies in Learning (iJET), 14(12), 169-182. DOI: 10.3991/ijet.v14i12.10185.

[4] Parr, T., & Friston, K. J. (2019). Attention or salience? Current Opinion in Psychology, 29, 1-5. DOI: 10.1016/j.copsyc.2018.10.006.

[5] Drigas, A., & Karyotaki, M. (2019). Attention and its Role: Theories and Models. International Journal of Emerging Technologies in Learning (iJET), 14(12), 169-182. DOI: 10.3991/ijet.v14i12.10185.

Изучение взаимосвязи внимания с когнитивными процессами включает в себя важный аспект - взаимосвязь между памятью и визуальным вниманием. «Таким образом, кодирование и поддержание рабочей памяти отражает активное сосредоточение внимания на ограниченном количестве визуальных объектов и событий.»[6]. Этот подход демонстрирует, как управление вниманием связано с памятью и вниманием.

Связь между вниманием и сознанием играет важную роль в когнитивных науках и психологии. Сложные отношения между сознанием и вниманием были предметом многочисленных исследований. «Tsuchiya и др. [27] провели обзорное исследование взаимосвязи между сознанием и вниманием. Существует общее мнение, исходящее от сети префронтальной и параитальной коры (PPN), что сознание в различных ощущениях всегда связано с определенным типом внимания»[7]. Этот подход подтверждает, что внимание является одним из основных компонентов, формирующих сознание.

При исследовании сложных отношений между вниманием и его функциями было установлено, как внимание связано с психологическими и физиологическими процессами. Например, «Внимательные процессы отбирают те ощущения, которые информативны относительно их причин»[8]. Этот подход показал, что внимание влияет на способность выбирать сенсорные данные и целенаправленно их использовать.

В ходе исследования проблемы внимания в когнитивных науках и психологии были разработаны различные методы и теоретические подходы. Например, в исследованиях Чанга широко анализировалась связь между вниманием и визуальной рабочей памятью. Эти исследования предоставляют глубокие знания о том, как внимание взаимодействует с памятью. Эти подходы имеют важное значение для управления процессами внимания и повышения эффективности когнитивной деятельности человека.

В ходе изучения внимания в когнитивных науках и психологии важное место занимают методы управления вниманием и теоретические подходы. Эти подходы позволяют повысить эффективность внимания и добиться успеха в различных процессах.

Внимание играет важную роль в процессах восприятия человека. Восприятие – это процесс приема информации о внешнем мире и ее сознательной обработки, в котором внимание выполняет основную функцию. Управление вниманием определяет эффективность процессов восприятия и влияет на то, как человек воспринимает окружающую среду.

Внимание играет ключевую роль в процессе мышления человека. Мыслительный процесс включает анализ информации, её переработку и создание новых знаний, и внимание имеет важное значение для управления этим процессом. Влияние внимания на процессы мышления влияет на способность человека решать проблемы, принимать решения и мыслить творчески. Эффективность этих процессов напрямую связана с управлением вниманием. Управляя вниманием, можно улучшить мыслительные процессы человека и повысить его умственные способности.

Роль внимания в человеческой деятельности является весьма значительной. Внимание играет ключевую роль в успешном выполнении различных заданий. Управление этим процессом увеличивает эффективность человека и определяет

[6] Drigas, A., & Karyotaki, M. (2019). Attention and its Role: Theories and Models. International Journal of Emerging Technologies in Learning (iJET), 14(12), 169-182. DOI: 10.3991/ijet.v14i12.10185.

[7] Drigas, A., & Karyotaki, M. (2019). Attention and its Role: Theories and Models. International Journal of Emerging Technologies in Learning (iJET), 14(12), 169-182. DOI: 10.3991/ijet.v14i12.10185.

[8] Parr, T., & Friston, K. J. (2019). Attention or salience? Current Opinion in Psychology, 29, 1-5. DOI: 10.1016/j.copsyc.2018.10.006.

его поведение в различных ситуациях. Эффективное управление вниманием имеет большое значение в учебных процессах, профессиональной деятельности и повседневной жизни. Управляя вниманием, можно повысить эффективность человека и помочь ему достичь успехов в различных ситуациях.

Одним из важных подходов к изучению роли внимания в человеческой деятельности является его вклад в процессы решения проблем и принятия решений. Эти процессы могут быть эффективно реализованы через управление вниманием. Правильное управление вниманием в процессе решения проблем помогает человеку сосредоточиться на важных вопросах и эффективно решать проблемы. В процессе принятия решений управление вниманием способствует тому, чтобы человек принимал правильные решения.

Исследование роли внимания в человеческой деятельности поднимает еще один важный вопрос - это анализ того, как внимание связано с внешними и внутренними факторами. Внешние факторы, такие как физические характеристики окружающей среды и интенсивность внешних стимулов, играют важную роль в управлении вниманием. Внутренние факторы, в свою очередь, связаны с психологическим состоянием человека, его мотивацией и целями.

В научной литературе вопросы внимания занимают важное место.

Проблема внимания является одной из центральных тем в психологии и когнитивных науках. Существует множество подходов к пониманию функционирования внимания, его связи с психологическими процессами и диагностике этих процессов. Эти подходы демонстрируют наличие различных методологических и теоретических аспектов в изучении внимания. «Несмотря на то что история психологического изучения внимания насчитывает более века, до сих пор нет общепризнанной точки зрения ни на саму сущность внимания, ни на то, является ли оно самостоятельным психическим процессом или же внимание есть лишь качественная характеристика других психических процессов»[9].

В исследованиях было предпринято множество попыток изучить различные аспекты внимания. Например, А.Поснер и С.Петерсен исследовали нейробиологические основы внимания и выявили существование его различных типов. Они связывают внимание с системами «ориентации», «управления» и «оповещения». Эти системы объясняют роль внимания в управлении различными процессами и открывают нейробиологические основы данного феномена. Еще одним важным подходом к изучению нейробиологических основ внимания является исследование связи внимания с префронтальной корой. Этот подход помогает понять, как внимание связано с его контролем и другими когнитивными процессами.

Практическое значение внимания также заслуживает большого внимания. Например, нарушения внимания могут привести к различным неврологическим и психологическим состояниям. Это было выявлено в ходе исследований проблем внимания, связанных с аутизмом. «Социальные нарушения положительно ассоциировались с функциональной эффективностью ($r = 0,47$, $p = 0,006$) как глобально, так и в темпоральной, паретальной и префронтальной коре»[10]. Эти результаты показывают связь между социальными проблемами, связанными с аутизмом, и эффективностью внимания.

Кроме того, взаимосвязь внимания с другими неврологическими и психологическими состояниями также широко изучена. Например, у детей с СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности) нарушения внимания являются распространенным явлением, и это негативно влияет на их учебный процесс. Такой

[9] Абкович, А. Я. (2023). Некоторые подходы к психологическому изучению внимания в России и за рубежом. Коррекционная психология, 99-104. DOI: 10.1007/s10648-022-09629-2.

[10] Paul, S., Arora, A., Midha, R., Vu, D., Roy, P. K., & Belmonte, M. K. (2021). Autistic traits and individual brain differences: functional network efficiency reflects attentional and social impairments, structural nodal efficiencies index systemising and theory-of-mind skills. Molecular Autism, 12(3), 1-18. DOI: 10.1186/s13229-020-00377-8.

подход помогает понять проблемы с вниманием, связанные с СДВГ, и разработать методы их управления.

Также были изучены другие неврологические состояния, связанные с нарушением внимания. Например, после травматического повреждения головного мозга (ТПГ) может наблюдаться нарушение внимания. Это состояние обычно приводит к трудностям в длительном удержании внимания на одном объекте.

Один из подходов в практических исследованиях внимательности - это разработка методов измерения и управления вниманием. Эти методы предназначены для эффективного управления вниманием и обеспечения успеха человека в различных видах деятельности. Данный подход имеет важное значение в разработке методов управления вниманием и способствует его улучшению.

Методология.

В рамках этих исследований были протестированы различные методологические подходы на основе психологических и когнитивных теорий внимания. Основная цель исследований заключалась в глубоком анализе сложной взаимосвязи внимания с когнитивными процессами и научном определении его взаимодействия с процессом мышления. Для достижения этих сложных и обширных целей исследователи опробовали различные методологические подходы и методы на практике. Каждый подход был нацелен на изучение различных психологических и когнитивных аспектов внимания, что обеспечивало возможность проведения всестороннего научного анализа. В результате этих процессов влияние внимания на человеческое мышление и когнитивные процессы было более подробно раскрыто, что создало прочную теоретическую основу для будущих исследований.

В исследовании было уделено большое внимание связи между сознательными и бессознательными процессами внимания, опираясь на философскую теорию внимания и интентсиональности Гуссерля. Эта теория подчеркивает, что внимание является сложным процессом, основанным на воле, и сосредоточена на изучении его взаимосвязей с интентсиональностью. В ходе исследования была взята в качестве основы мысль Гуссерля: «Внимание и намерение — это два разных вида воли. Внимание основано на объектном намерении. Пре-активно мы уже имеем всеобъемлющее восприятие, направленное на весь окружающий мир, и именно в этом контексте внимание различает передний план и объектный фон»[11]. Эта мысль помогает лучше понять, как работает внимание как волевой процесс.

Связь функций внимания с исполняющими функциями была проанализирована с помощью подхода, разработанного Бергойн и его коллегами. Этот подход позволил определить связь между контролем внимания и широким спектром когнитивных функций. Для понимания этого процесса было обращено внимание на следующее утверждение, подчеркнутое Бергойном и другими: «Наша лаборатория утверждала, что универсальная способность контролировать собственное внимание играет роль в различных когнитивных функциях, от обучения и рассуждения до памяти и многозадачности»[12]. Данный подход позволяет глубоко анализировать сложные отношения между вниманием и когнитивными функциями.

В рамках исследования была проведена глубокая аналитика связи между вниманием и сознанием с целью более глубокого понимания роли внимания в формировании сознания и его места в психической деятельности человека. Вывод,

[11] Liu, Z. (2022). A Husserlian Theory of Attention and Its Significance for Contemporary Psychology. Thesis, University of Cologne. DOI: 10.13140/RG.2.2.36125.35642.

[12] Burgoyne, A. P., Mashburn, C. A., Tsukahara, J. S., & Engle, R. W. (2021). Attention Control and Process Overlap Theory: Searching for Cognitive Processes Underpinning the Positive Manifold. Manuscript submitted for publication. DOI: 10.3758/S13414-020-02044-9.

приведенный Ганери, стал основой для исследования: «Внимание - центральная черта человеческой субъективности. В повседневной жизни трудно переоценить эпистемическое и моральное значение внимания. Как отмечает Джонадон Ганери, внимание улучшает наш эпистемический статус, поскольку в природе внимания лежит стремление выяснить, что реально, и избежать того, что нереально»[13]. Этот подход более подробно освещает роль внимания в формировании сознания.

Исследование роли внимания в процессах обработки информации основывалось на теории, описанной Боунсом. Этот подход позволил глубже изучить основную роль внимания в информационных процессах и его значение в когнитивной деятельности. Мнение Боунса стало важной частью исследования: «Внимание, определяемое как сосредоточение на единице информации, играет заметную роль как в сознании, так и в когнитивном бессознательном благодаря своей основной роли в обработке информации»[14]. Этот теоретический подход способствовал освещению центрального места внимания в обработке данных.

В ходе исследования была изучена роль внимания в процессах многозадачности и его ограничения на основе подхода, разработанного Уикенсом. Этот подход позволил определить ограничения внимания в многозадачности и оценить его эффективность. Метод Уикенса включает в себя следующие идеи: «Мы обсуждаем две общие концепции: (1) как фильтр селективного внимания, который отбирает и допускает каналы информации из окружающей среды для обработки; (2) как ресурс, позволяющий последующую обработку информации, ограниченную индивидуальными требованиями задач и, в частности, коллективными требованиями нескольких задач, которые необходимо выполнять одновременно, определяя пределы многозадачности»[15]. Этот подход сыграл важную роль в анализе функции внимания в многозадачности.

Тесты, использованные для оценки внимания.

В рамках исследования были использованы два основных теста для оценки различных аспектов внимания и мышления:

1. Методика «Корректурная проба» Бурдона: Эта методика применяется для измерения устойчивости внимания и способности к долгосрочной концентрации, оцениваются скорость и точность участников.

2. Тест Р. Кеттела, не зависящий от культурной среды (CFIT): Этот тест направлен на оценку умственных способностей, независимых от культурных влияний, и исследует взаимосвязь между вниманием и интеллектуальным уровнем.

Данные методологические подходы обеспечили научную обоснованность исследования и позволили глубже изучить связь внимания с психологическими и когнитивными процессами.

Результаты.

В нашем основном исследовании участвовали 60 испытуемых. Это подростки в возрасте от 19 до 21 года.

Наше исследование проводилось в Хорезмской области, на факультете психологии Университета Маъмуна в городе Ургенч среди учащихся 2-го и 4-го курсов дневного отделения. Сначала мы провели методику тестирования интеллекта “Тест Р. Кеттела, не зависящий от культурной среды (CFIT)”, чтобы определить уровень мышления подростков.

Частотный анализ.

[13] Faruque, M. U. (2023). Attention, Consciousness, and Self-Cultivation in Sufi-Philosophical Thought. Journal of the Institute for Sufi Studies, 2(2), 300-316. DOI: 10.32739/ustad.2023.4.56.

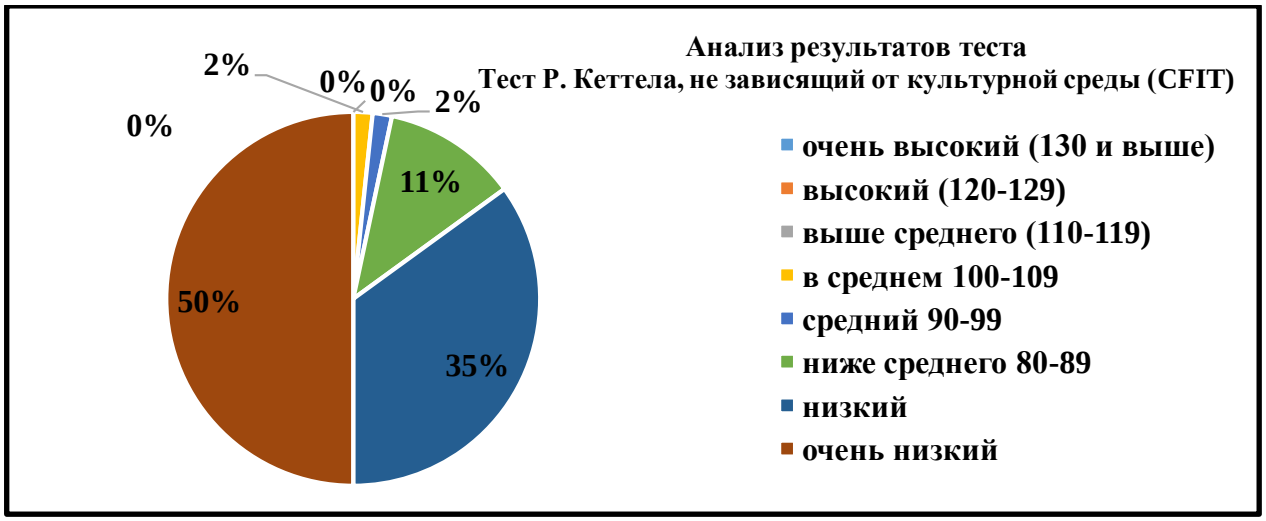
[14] Bowins, B. (2022). Sliding Scale Theory of Attention and Consciousness/Unconsciousness. Behavioral Sciences, 12(2), 43. DOI: 10.3390/bs12020043.

[15] Wickens, C. D. (2021). Attention: Theory, Principles, Models and Applications. International Journal of Human–Computer Interaction, 37(5), 403-417. DOI: 10.1080/10447318.2021.1874741.

Таблица 1

«Тест Р. Кеттела, не зависящий от культурной среды (CFIT)»

Анализ результатов теста Р. Кеттела, не зависящий от культурной среды (CFIT)	Число	Процент
Очень высокий (130 и выше)	0	0
Высокий (120-129)	0	0
Выше среднего (110-119)	0	0
Средний (100-109)	1	1,7
Средний (90-99)	1	1,7
Ниже среднего (80-89)	7	11,7
Низкий(70-79)	21	35,0
Очень низкий (70 и ниже)	30	50,0
Общий	**60**	**100,0**



Результаты исследования показывают, что методика «Корректурная проба» Бурдона и тест CFIT Р.Кеттелла не смогли выявить ожидаемый высокий уровень интеллектуальных способностей среди подростков. На основе анализа было установлено, что высокие или выше среднего уровни интеллектуальных способностей в целом не наблюдаются, что указывает на низкий общий уровень интеллектуального потенциала испытуемых. С помощью теста CFIT Р.Кеттелла показатели IQ подростков были зафиксированы в среднем в пределах 90-110. Однако более низкие результаты были учтены как признаки задержки в умственном развитии. Испытуемые выполнили две части теста CFIT, каждая из которых состоит из четырех серий, задания были представлены в графической форме и должны были быть завершены в установленный срок. В контрольных и опытных группах у 50% подростков уровень IQ оказался очень низким, у 35% низким, а у 11,7% ниже среднего. Только у 1,7% испытуемых был зафиксирован средний уровень IQ; один из них получил 102 балла, другой — 93 балла. У оставшихся 50% испытуемых уровень IQ находился в диапазоне 50-69 баллов, что считается очень низким результатом, и они столкнулись с существенными трудностями при выполнении заданий.

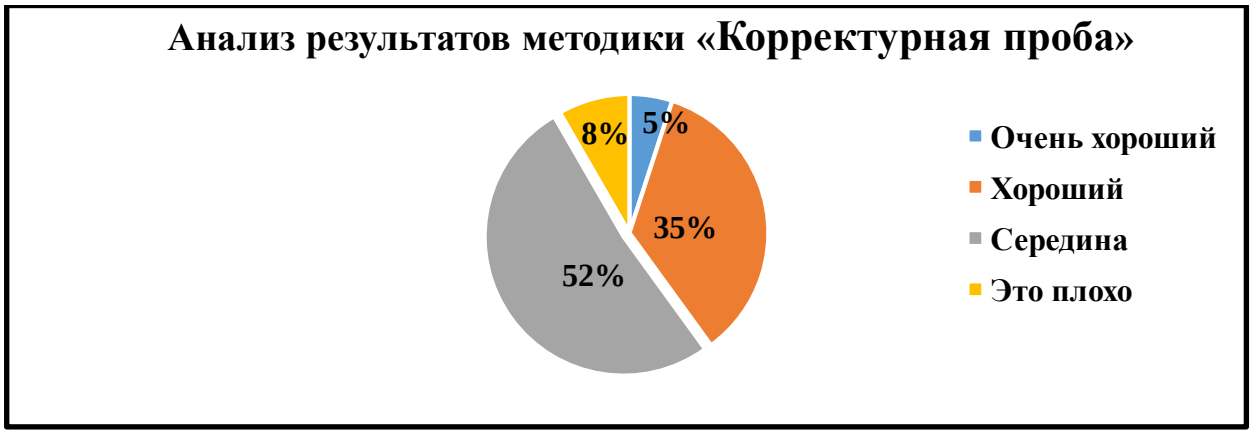
Анализы показывают, что у подростков наблюдается низкий и очень низкий уровень интеллектуального развития. Согласно результатам исследования, у 85% подростков зафиксирован низкий уровень интеллектуального развития. Эти результаты указывают на необходимость применения специальных методик для развития мышления и повышения интеллектуальных способностей подростков. Кроме того, для оценки устойчивости внимания и скорости выполнения заданий была использована методика «Корректурная проба» Бурдона. Испытуемым были выданы листы, каждый из которых содержал 40 строк, и им было предложено в течение 5-6 минут найти и вычеркнуть первые буквы. В течение каждой минуты фиксировалось количество выполненных строк, что позволило оценить устойчивость внимания и скорость выполнения задания.

Таким образом, становится очевидной необходимость разработки специальных методик для повышения общего интеллектуального развития подростков и стабильности их внимания. Эти результаты указывают на необходимость создания специализированных программ с учетом индивидуальных особенностей среди подростков.

Показатели подростков, проходящих тестирование по методике «Корректурная проба»

Таблица 2

“Корректурная проба” Бурдона	Число	Процент
очень хороший	3	5,0
хороший	21	35,0
середина	31	51,7
плохой	5	8,3
Общий	**60**	**100,0**



Результаты исследования показывают, что среди подростков не обнаружены ожидаемые высокие показатели интеллектуального уровня при использовании методики коррекционного теста Бурдона и теста CFIT Р. Кеттелла. На основе анализа полученных коэффициентов IQ можно утверждать, что в группе подростков с высоким, очень высоким или выше среднего уровнем интеллекта такие уровни не были зафиксированы. Это свидетельствует о низком уровне общего интеллектуального потенциала среди подростков. В оценке, проведенной с использованием теста CFIT Р. Кеттелла, уровень IQ подростков составил от 90 до 110, что считается нормальным показателем. В то же время, низкие значения указывают на задержки или отставание в умственном развитии подростков. В исследовании для определения уровня IQ испытуемых использовался тест CFIT, состоящий из двух частей, каждая из которых состояла из четырех серий, при этом

все задания были представлены в графической форме. Испытуемым заранее сообщали о времени, отведенном для выполнения каждой серии, и они успешно справлялись с этими задачами в установленный срок.

Уровень IQ подростков, участвовавших в исследовании, был оценён как низкий по пяти из восьми критериев. В частности, у 50% испытуемых уровень IQ оказался крайне низким, у 35% — низким, а у 11,7% — ниже среднего. Лишь 1,7% подростков показали средний уровень IQ, при этом один из них набрал 102 балла, а другой — 93 балла. Подростки с уровнем IQ в диапазоне 80-89 составили 11,7%, в диапазоне 70-79 — 35%, а оставшиеся 50% имели IQ в пределах 50-69, что является крайне низким показателем и свидетельствует о значительных трудностях в выполнении заданий. Анализ результатов показывает, что у большинства подростков наблюдается низкий или очень низкий уровень интеллектуального развития. В частности, у 85% участников был зафиксирован низкий уровень IQ, что подчёркивает необходимость разработки и применения специальных методик для развития интеллектуальных способностей и мышления у подростков. Для измерения устойчивости внимания и скорости выполнения заданий в исследовании была использована методика « Корректурная проба» Бурдона. Участникам были предоставлены листы, содержащие 40 строк по 40 букв в каждой. В течение 5 минут (в некоторых случаях — 6 минут) участники должны были найти и вычеркнуть первую букву в каждой строке. Исследователь фиксировал количество вычеркнутых строк каждую минуту, что позволило оценить устойчивость внимания и скорость выполнения задания.

На основании полученных данных можно заключить, что низкий уровень интеллектуального развития у подростков требует особого внимания и разработки программ, направленных на улучшение когнитивных способностей и внимания с учётом их индивидуальных особенностей.

Обсуждение.

Ниже представлена описательная статистика, показывающая результаты этих методик.

Таблица 3

Результаты методик в виде описательной статистики

	N	Минимум	Максимум	Среднее значение	Стандартное	Асимметрия	Эксцесс
Методика «Корректурная проба» Бурдона.	60	1,00	4,00	2,6333	,71228	-,200	-,044
Тест Р. Кеттеля, не зависящий от влияния культурной среды, – CFIT.	60	4,00	8,00	7,3000	,86944	-1,434	2,553

В ходе исследования приняли участие 60 испытуемых, их протестировали с целью оценки внимания и интеллектуального потенциала с помощью «Корректурная проба» Бурдона и теста Р.Кеттелла, не зависящего от культурной среды (CFIT). Для проверки точности и надежности данных был проведен обширный анализ описательной статистики. По результатам тестирования «Корректурная проба» минимальный балл, полученный испытуемыми, составил 1, максимальный балл — 4, а среднее значение — 2,63 балла. Стандартное отклонение было определено на уровне 0,712 балла. При этом коэффициент ассиметрии распределения (A = -0,200) и эксцесс (E = -0,044) показали, что в этих результатах наблюдается слабая выраженная негативная ассиметрия влево и немного сглаженный эксцесс. Результаты теста CFIT Р.Кеттелла показали, что

минимальный балл, зафиксированный оценщиками, составил 4, максимальный - 8, среднее значение - 7,30. Стандартное отклонение в этих результатах было определено на уровне 0,869, при этом коэффициент асимметрии распределения составляет (A = -1,434), а положительный эксцесс (E = 2,553). Это подтверждает наклон распределения влево и его растянутость.

Для определения взаимосвязи между методиками был проведен корреляционный анализ на основе коэффициента Спирмена. В результате этого анализа научно подтверждена наличие связи между методиками.

Корреляционный анализ по коэффициенту Спирмена.

Таблица 4

Анализ взаимной корреляции между методами

	Методика «Корректурная проба» Бурдона.	Тест Р. Кеттеля, не зависящий от влияния культурной среды, – CFIT.
Методика «Корректурная проба» Бурдона.	1	,153
Тест Р. Кеттеля, не зависящий от влияния культурной среды, – CFIT.		1

Объяснение: ** p<0,01.

В исследовании приняли участие 60 испытуемых, среди которых для оценки внимательности и интеллектуального потенциала использовались «Корректурная проба» Бурдона и тесты CFIT Р. Кеттелла. В результатах «Корректурная проба» минимальный показатель, зафиксированный испытуемыми, составил 1 балл, максимальный — 4 балла. Средний показатель составил 2,63 балла, а стандартное отклонение — 0,712 балла. Эти результаты отличались незначительной левосторонней асимметрией (A = -0,200) и положительным эксцессом (E = -0,044), что указывает на небольшую склонность распределения влево и незначительную плоскость. По результатам теста CFIT минимальный показатель составил 4 балла, максимальный — 8 баллов, средний — 7,30 балла, а стандартное отклонение — 0,869 балла. Эти результаты также характеризуются асимметрией влево (A = -1,434) и положительным эксцессом (E = 2,553), что указывает на значительную склонность распределения влево и его вытянутую форму.

Результаты показали, что среди испытуемых не наблюдается высоких уровней интеллектуальных способностей, и у большинства подростков уровень внимания и интеллектуального развития ниже среднего.

Заключение.

Результаты исследования подчеркивают необходимость разработки новых научных подходов, связанных с управлением процессами внимания и развитием интеллектуальных способностей. Методологические подходы, примененные в ходе исследования, сыграли важную роль в определении природы процессов внимания и их глубоких, многогранных взаимосвязей с когнитивными процессами. В результате изучения сложной и богатой взаимосвязи между вниманием и интеллектуальными способностями стало очевидно, что для повышения эффективности этих процессов необходимо применять более комплексные и многогранные подходы.

В будущих исследованиях рекомендуется продолжить работу в следующих направлениях: Во-первых, необходимо разработать специальные педагогические

программы с учетом индивидуальных потребностей подростков для развития их внимания и интеллектуальных способностей. Во-вторых, при оценке внимания и интеллектуальных способностей следует применять индивидуальный подход и целевые методики, что позволит точно оценить когнитивные характеристики каждого подростка. В-третьих, необходимо расширить исследования, направленные на более глубокое изучение связи внимания с другими когнитивными процессами, что повысит возможности внедрения новых научных знаний в образовательные процессы.

Данные подходы создают возможность более глубокого понимания сложной и тонкой взаимосвязи между вниманием и интеллектуальными способностями в будущем, а также оптимизации образовательных процессов на научной основе и в разумных рамках. Таким образом, формируются новые направления исследований и практических приложений в области когнитивных наук и психологии, что расширяет возможности эффективного управления интеллектуальным развитием подростков и процессами внимания, помогая им подготовиться к успешной жизни.

Литература.

1. Абкович, А. Я. (2023). Некоторые подходы к психологическому изучению внимания в России и за рубежом. *Коррекционная психология*, 99-104. DOI: 10.1007/s10648-022-09629-2.

2. Bowins, B. (2022). Sliding Scale Theory of Attention and Consciousness/Unconsciousness. *Behavioral Sciences*, 12(2), 43. DOI: 10.3390/bs12020043.

3. Burgoyne, A. P., Mashburn, C. A., Tsukahara, J. S., & Engle, R. W. (2021). Attention Control and Process Overlap Theory: Searching for Cognitive Processes Underpinning the Positive Manifold. *Manuscript submitted for publication*. DOI: 10.3758/S13414-020-02044-9.

4. Drigas, A., & Karyotaki, M. (2019). Attention and its Role: Theories and Models. *International Journal of Emerging Technologies in Learning (iJET)*, 14(12), 169-182. DOI: 10.3991/ijet.v14i12.10185.

5. Евдокимов В.Н. (2024).Проблема внимания в психологии // Вестник психологии. №40. С. 41-45. DOI: 10.58351/240109.2024.40.44.003.

6. Faruque, M. U. (2023). Attention, Consciousness, and Self-Cultivation in Sufi-Philosophical Thought. *Journal of the Institute for Sufi Studies*, 2(2), 300-316. DOI: 10.32739/ustad.2023.4.56.

7. Liu, Z. (2022). A Husserlian Theory of Attention and Its Significance for Contemporary Psychology. *Thesis*, University of Cologne. DOI: 10.13140/RG.2.2.36125.35642.

8. Parr, T., & Friston, K. J. (2019). Attention or salience? *Current Opinion in Psychology*, 29, 1-5. DOI: 10.1016/j.copsyc.2018.10.006.

9. Paul, S., Arora, A., Midha, R., Vu, D., Roy, P. K., & Belmonte, M. K. (2021). Autistic traits and individual brain differences: functional network efficiency reflects attentional and social impairments, structural nodal efficiencies index systemising and theory-of-mind skills. *Molecular Autism*, 12(3), 1-18. DOI: 10.1186/s13229-020-00377-8.

10. Савинкина, А. О. (2022). Развитие свойств внимания спортсменов на основе учета требований соревновательной деятельности .Докторская диссертация, Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). DOI: 10.13140/RG.2.2.36125.35642.

11. Wickens, C. D. (2021). Attention: Theory, Principles, Models and Applications. *International Journal of Human–Computer Interaction*, 37(5), 403-417. DOI: 10.1080/10447318.2021.1874741.

ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО ПРЕСТУПНИКА

Волченкова А.А., Саватеева Н.В.
(г. Ярославль, Россия)

Аннотация. *Статья содержит теоретический анализ особенностей личности подростков, совершающих преступления. Необходимость предупреждения преступлений, распространённых среди несовершеннолетних, подтверждается данными статистики. Предлагаются возможные пути профилактики подростковой преступности.*

Ключевые слова: *подростковая преступность, структурные особенности личности, психические отклонения (аномалии), преступное поведение.*

Abstract. *The article contains a theoretical analysis of personality characteristics of teenagers who commit crimes. The need to prevent crimes common among minors is confirmed by statistical data. Possible ways of preventing juvenile crime are proposed.*

Keywords: *juvenile crime, structural personality characteristics, mental deviations (anomalies), criminal behavior.*

Введение. По данным официальной статистики, содержащимся в открытых источниках, подростковая преступность в России за последние двадцать лет сократилась на 22%. Количество подростков, отбывающих сроки в колониях, за эти годы уменьшилось в 10 раз. В связи с чем, многие колонии для несовершеннолетних стали закрываться. Двадцать лет назад их было 63, в 2018 году осталось 18, а на 1 января 2022 года - всего 13.

При этом следует заметить, что появились новые тенденции, в частности, рост числа преступлений среди девушек, увеличение преступлений против половой неприкосновенности, а также преступлений в сфере оборота наркотиков. По данным НИИ ФСИН доля преступлений, совершаемых несовершеннолетними, не так давно составляла 12% от общего числа зарегистрированных преступлений. Однако из-за высокой латентности, малой раскрываемости официальные статистические показатели преступности среди подростков, по мнению ученых, в 3-4 раза ниже реальных. В связи с чем, проблема подростковой преступности, считаем, и на сегодняшний день остаётся актуальной.

Обзор исследований: учёные, занимающиеся проблемой подростковой преступности, обращают внимание на особенности подросткового возраста как на период активного личностного становления ребёнка. Среди характерных особенностей называют гиперактивность, импульсивность и максимализм. В связи с чем: «неустойчивый психологический мир ребенка воспринимает преступную сферу как романтический мир, в котором имеет место вседозволенность и свобода» [Цит. по: Дорошенко, 2022, с.103].

Особая категория несовершеннолетних, совершающих преступления - лица с психическими отклонениями. Л. М. Шипицына, исследуя психологические факторы склонности к воровству детей с задержкой психического развития (данные, согласно МКБ-10, этот диагноз соответствует F83 – Смешанные специфические расстройства психологического (психического) развития), приводит данные на 2014 год, отмечая следующее: за последние 20 лет наблюдается рост количества детей школьного возраста с отставанием в интеллектуальном и эмоциональном развитии с 0,3-0,5% до 3-5%. Эта категория, по её мнению, дает около 15-20% всех

правонарушений и преступлений, а наиболее распространенным преступлением срединих являются кражи (60%) [Шипицына, 2014]. По данным В.Е. Эминова, опубликованным также в 2014 году, доля несовершеннолетних преступников, имеющих психические аномалии, составляла до 60%, что намного превышало соответствующий показатель у их законопослушных сверстников и у взрослых правонарушителей [Криминология, 2014]. Данные исследования дают повод обратить особое внимание на биологические факторы, которые приводят к социальной неустойчивости, и предположить, что на формирование личности несовершеннолетнего преступника влияют как социальные, так и биологические факторы в совокупности.

Чтобы охарактеризовать личность несовершеннолетнего преступника, обратимся к тем критериям, которые выделяют криминологи для классификаций. Прежде всего, возраст. Учёные единогласно отмечают, что в последнее время с большой интенсивностью происходит «омоложение» преступности несовершеннолетних. «Больше всего преступлений совершают подростки 16 и 17 лет» [Цит. по: Криминология, 2014, с.106].

Говоря о половой принадлежности несовершеннолетних преступников, Ю.М. Антонян пишет: «Среди преступлений подростков - 90-95% совершают юноши, не более 5-10% - девушки» [Цит. по: Антонян, 2013, с.10]. Результаты исследований показывают, что совершаемые девушками преступления чаще сопровождаются жестокостью, дерзостью и цинизмом, чем преступления, совершаемые юношами.

По данным уголовной статистки, 12,8% преступлений совершеннолетних совершается ими в состоянии алкогольного или наркотического опьянения (среди осужденных этот показатель превышает 27,9%)» [Цит. по: Криминология, 2014, с.106].

По характеру и содержанию мотивации Н.Ф. Кузнецова рассматривает несовершеннолетнего преступника, как личность с негативно-пренебрежительным отношением к человеческой личности, ее важнейшим благам: жизни, здоровью, к общественной безопасности, к своим гражданским обязанностям, с ориентацией на необходимость удовлетворения элементарных жизненных потребностей» [Цит. по: Криминология, 2014, с.132].

Анализируя поведение большинства подростков, совершающих противоправные действия, криминологи отмечают присущие им черты: завышенную самооценку, низкий уровень ответственности за собственные поступки, отсутствие чувства стыда, дефицит совести, эмоциональную неуравновешенность, равнодушие к другим людям, внушаемость.

О том, что решение совершить противоправное деяние принимается подростками спонтанно, свидетельствует статистика. В 2020 году 63,6% несовершеннолетних преступников совершили преступления против собственности [Дорошенко, 2022]. Чаще всего предметом кражи становились мобильные телефоны, сиюминутно привлекшие внимание подростков.

Равнодушие к другим людям подтверждается выбором жертвы. Как правило, противоправные действия несовершеннолетние направляют против тех лиц, которые не могут оказать сопротивления в силу возраста или физического состояния. «Для эмоционально-волевой сферы подростков-преступников характерны ослабление чувства стыда, развитие несдержанности, лживости и отсутствие критики к собственному поведению, ригидность в межличностных отношениях» [Цит. по: Криминология, 2014, с.558].

А. В. Камарницкий к наиболее типичным психологическим особенностям относит искаженное представление об одобряемых ценностях (смелость, дружба, солидарность), тягу к примитивным развлечениям, к острым ощущениям, эмоционально возбуждающим ситуациям, плохую социальную приспособляемость,

гиперчувствительность к межличностным отношениям, эгоизм, легкость отступления от всего, что связано с трудностями достижения цели (отложенный эффект), потребительскую психологию как доминанту жизненной стратегии [Камарницкий, 2011].

Изучая вопрос распространённости психических отклонений (аномалий) у несовершеннолетних преступников, мы обратились к данным, содержащимся в работах криминологов. В частности, Н.Ф. Кузнецова приводит следующую статистику: «…из числа лиц, направленных на судебно-психиатрическую экспертизу в связи с совершением убийства, изнасилования и тяжких телесных повреждений и признанных вменяемыми, около трех - пятых имели различные психические аномалии» [Цит. по: Криминология, 2014, с.141].

В ряде научных журналов за последние 5-6 лет появились статьи педагогов и врачей, рассматривающих среди причин криминализации подростков с психическими отклонениями условия их обучения, в частности, инклюзию. С целью профилактики преступного поведения таких подростков меры, направляемые на своевременную диагностику и лечение, авторы статей считают приоритетными.

По мнению М. Ю. Антоняна и В. Е. Эминова «Среди преступников около 50% составляют лица, страдающие алкоголизмом, психопатиями, умственной отсалостью, остаточными явлениями травм черепа, органическими заболеваниями центральной нервной системы и некоторыми другими расстройствами психики, которые в подавляющем большинстве случаев не влекут за собой инвалидности» [Цит. по: Антонян, 2013, с.23].

Исследования показывают, что для некоторых подростков с умственной отсталостью характерны агрессивность, неуправляемость. Они ведомы и внушаемы, поэтому легко подчиняются воле более влиятельных сверстников. Совершая преступления, часто не прогнозируют последствия, не видят в своих действиях ничего предосудительного, действуют, удовлетворяя сиюминутный интерес или желание получить удовольствие.

Зависимость от алкоголя и других психотропных веществ формируется быстро, особенно у женщин и подростков. Алкоголизм и преступность взаимно влияют друг на друга: как алкоголизм является важным условием, способствующим преступности, так и преступное поведение способствует алкоголизму [Антонян, Бородин, 1998].

Ещё одной психической аномалией является психопатия, мешающая подросткам приспосабливаться к окружающей среде. По мнению В. Н. Кудрявцева, большую группу среди подростков составляют неустойчивые психопаты. Основные их признаки - легкомыслие, безволие, внушаемость, неспособность к целеустремленной деятельности, жажда новых впечатлений и развлечений. Они живут одним днем, не задумываются о будущем. Преступления совершают в основном в группе [Кудрявцев, 1998].

Исследуя данный вопрос, мы вновь обратили внимание на точку зрения А. В. Камарницкого. Автор пишет о необходимости осторожной оценки влияния психических аномалий на личность несовершеннолетнего преступника: «…сами по себе отклонения в психике, как правило, не задают криминального поведения, а наличие психического заболевания не гарантирует обязательность совершения в будущем преступления. Вместе с тем не признать психические аномалии одним из криминогенных факторов, который в конкретных условиях может играть роль детерминанты преступного поведения, нельзя, так как они оказывают влияние на возможность индивида усваивать определенные социальные программы, влияют на протекание волевых процессов, а также являются основой для деформации личности» [Цит. по: Камарницкий, 2011].

Нравственные ориентиры подросток черпает из разных источников - семья, школа, социальные сети. Часто представители правоохранительных органов обращают внимание на искажённое понимание дозволенного и недозволенного поведения, убежденность в возможности избежать наказания за содеянное.

Важной особенностью личности несовершеннолетнего преступника является его культурно-образовательный уровень. На это обращает внимание Г.И. Богуш. Он отмечает, что значительная доля среди этих подростков - неуспевающие.

Е.В. Рыженковаи Г.М. Миньковский обращают внимание на роль организованного досуга в формировании личности. Исследования показывают, что чем больше у подростков свободного времени, тем больше вероятность совершения данными подростками противоправных действий. «Формирование индивида как личности, происходит постепенно в зависимости от той социальной среды, где он взрослеет. Индивид становится преступником в результате отрицательного влияния на него окружения, в котором он формируется и тех условий жизни, в которых он находится. Всё это, с силу определённых обстоятельств, определяет, что наиболее криминогенным является подростковый возраст» [Цит. по: Загорьян, 2014, С.26].

Таким образом, неблагоприятная среда: деструктивная семья, школа, в которой подросток чувствует себя изгоем, в связи с тем, что не способен усваивать сложный для него программный материал, приятели, не обременённые высокими ценностными ориентирами, взрослые, познавшие на собственном опыте законы криминального мира, и оказывающие негативное влияние на подростка в момент выбора им жизненного пути.

Одним из наиболее эффективных способов, позволяющих достичь снижения количества преступлений, совершаемых лицами в возрасте 14-17 лет, вне всяких сомнений является предупреждение преступности несовершеннолетних.

К основным направлениям профилактики преступности несовершеннолетних, по мнению В.Н. Кудрявцева, В.Е. Эминова, относятся:

- подготовка специальных кадров социальных работников, педагогов для работы с трудными подростками;
- усиление роли медико-психологической помощи и поддержки, а также коррекции отклоняющегося поведения подростков, реабилитация несовершеннолетних с различными формами социальной дезадаптации;
- признание семьи в качестве ведущего института социализации детей, осуществление социальных мер социально-правовой, социально-педагогической и медико-психологической помощи, прежде всего семьям из группы риска;
- строгое разграничение воспитательной и профилактической компетенции между государственными социальными службами, правоохранительными органами, общественными объединениями при их тесном взаимодействии и максимальном участии в реализации государственной молодежной политики [Криминология, 2009].

Важное значение, в предупреждении преступлений, имеет индивидуальная комплексная работа, направленная на выявление склонных к совершению преступлений несовершеннолетних. В помощи подростку должны быть задействованы все органы профилактики. Особое внимание следует уделять несовершеннолетним с психическими аномалиями. Эта задача непростая, если учитывать мягкую позицию законодателя к проблеме их ответственности, содержащуюся в п. 5 ст. 43 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации: «меры дисциплинарного взыскания не применяются к обучающимся по образовательным программам дошкольного, начального общего образования, а также к обучающимся с ограниченными

возможностями здоровья (с диагнозом F83 по МКБ-10и различными формами умственной отсталости)» [ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», 20212].

Дети с психическими отклонениями представляют собой группу риска, но, как пишет В.Н. Липский, и с этим нельзя не согласиться, у умственно отсталых детей отсутствует фатальная предрасположенность к преступлениям. Благотворно повлиять на подростков, склонных к совершению преступлений, может совместная, комплексная работа специалистов [Липский, 2008].

Далее представим **возможные пути профилактики подростковой преступности:**

- посильное обучение в специализированных общеобразовательных учреждениях или классах;
- регулярное наблюдение у врачей-психиатров, при необходимости – проведение медикаментозного лечения как амбулаторно, так и в условиях стационара;
- профессионально-трудовая подготовка, обучение посильному труду, дальнейшее трудоустройство, возможно, на определённый период времени – наставничество со стороны опытных, неравнодушных специалистов;
- развитие способностей средствами искусства, спорта для того, чтобы подросток смог реализовать себя, был занят и успешен;
- создание специализированных социальных служб, которые сопровождали бы этих детей во взрослом возрасте;
- доступное пониманию подростков с психическими отклонениями нравственное и правовое обучение и воспитание в школе и в семье;
- взаимодействие образовательных учреждений с правоохранительными органами, структурами, стоящими на защите прав, интересов детей и подростков.

Исходя из выше сказанного, можно сделать **вывод** о том, что не от взрослых требуется чуткое, заботливое и внимательное отношение к детям, как к собственным, так и тем, которые рядом.

Литература.

1. Антонян Ю.М. Личность несовершеннолетнего преступника // Вестник ВИПК МВД России. 2013. № 2(26). С. 10.
2. Антонян Ю.М., Бородин С.В. Преступное поведение и психические аномалии. М., 1998. С.44.
3. Антонян Ю.М. Эминов В.Е. Личность преступника. Криминолого-психологическое исследование. М., 2010. С. 23.
4. Дорошенко О.М., Пупцева А.В. Социально-криминалистическая характеристика личности несовершеннолетнего, совершившего преступление // Психология и педагогика служебной деятельности. № 1, М., 2022. С. 103.
5. Загорьян С.Г. Социальная среда – основа формирования групповой преступности несовершеннолетних // Вестник Восточно-Сибирского института МВД России. / Под ред. С.А. Карнович. Иркутск, № 2. 2014. С. 26.
6. Камарницкий А.В. Структурные особенности личности несовершеннолетнего преступника: [Электронный ресурс] // URL: https://superinf.ru/view_helpstud.php?id=897.
7. Криминология / Под ред. В.Н. Кудрявцева, В.Е. Эминова. М., 2009. - 558 с.
8. Криминология / Под ред. Н.Ф. Кузнецовой. М., 2014. С. 106.
9. Кудрявцев В.Н. Популярная криминология. М., 1998 С. 23-24.
10. Липский В.Н. Насильственная преступность несовершеннолетних лиц с психическими аномалиями как общесоциальная и криминологическая проблема//Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России.- 2008 №3 с.118-123.

11. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТНОГО ПОТЕНЦИАЛА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ.

Ганиева Н.О.
(г.Наманган, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье рассмотрены психологические особенности, возникающие в подростковом возрасте, понимание личностного потенциала, основные психологические причины реализации и увеличения личностного потенциала у подростков. Соответственно, на основе эмпирических исследований была предпринята попытка изучения процесса самоотношения у подростков.*

Ключевые понятия: *подростковый возраст, личностный потенциал, самопринятие, самоотношение, самопринятие.*

Annotation. *This article shows the psychological characteristics that occur during adolescence, the concept of personal potential, the main psychological reasons for the realization and increase of personal potential in adolescents. Accordingly, on the basis of empirical research, an attempt was made to determine the manifestation of the attitude towards to teenager.*

Keywords: *adolescence, personal potential, self-acceptance, self-attitude, self-acceptance.*

Человеку, как социальному существу, для того чтобы стать личностью, необходимы условия социальной среды и воспитание. Под их воздействием человек развивается как личность и становится личностью. На развитие личности ребенка оказывают влияние биологические и социальные закономерности, которые не разделимы. Воспитание подростка как зрелой потенциальной личности с собственным здравым и независимым мышлением в будущем в настоящее время является одним из актуальных задач учебно-воспитательного процесса.

В психологии подростковый возраст является одним из наиболее изученных этапов развития человека на протяжении последнего столетия, главным образом, из-за его важности в формировании будущей личности подростка. Подростковый возраст считается периодом, когда каждый человек открывает перед собой новый мир и способен покорить неожиданные высоты. На сегодняшний день подростковый возраст в онтогенетическом развитии личности охватывает период от 10-11 до 14-15 лет. В этот возрастной период интенсивно ускоряется физическое и психическое развитие подростка, повышается его интерес к отношениям и к окружающей среде, наблюдаем стремление к новизне и к информации, расширение его духовных взглядов, формирование индивидуальных черт, обострение конфликтов в его поведении. То есть в развитии подростка мы начинаем наблюдать кардинальные изменения.

Подростковый период в психологической литературе носит такие названия, как “переходный период”, “кризисный период”, “трудный возраст”. Чем обоснована “напряженность”, “тяжесть”, “сложность” этого периода? По мнению Г. Б. Шоумарова, тот факт, что подростковый возраст является трудным и сложным периодом, обусловлен многими психологическими, физиологическими и социальными факторами [6]. В этот период меняется сущность всех сторон

развития: физической, умственной, нравственной, социальной и тому подобное. Также происходят серьезные изменения в жизни подростка, его психике, физиологических процессах организма, его социальном состоянии. В большинстве ситуациях в них наблюдаются различные состояния, противоположные друг другу.

Одним из таких изменений являются психологические изменения. Подросток пытается избавиться от влияния взрослых (эмансипация), быть независимым и вести себя по-взрослому. Мы видим это в их попытках показать свои способности, умения и возможности членам семьи, учителям и друзьям.

Подросток начинает осознавать себя и пытается изучить себя, целенаправленно развивает, воспитывает свою личность, понимая, что он не маленький ребенок. Подросток видит и завидует свободе взрослых, их смелым поступкам и интересным делам, авторитету среди людей и успехам. В результате у подростка появляется интерес к тому, чтобы быть взрослым человеком или хотя бы казаться им, и стремиться быть сильным, бесстрашным, ловким, чтобы показать свою значимость. При этом происходит имитация (подражание) чьему-либо поведению со стороны подростка [5]. Одним словом, именно эти ситуации и процессы могут стать психологической причиной реализации личностного потенциала подростка.

Наличие потенциала личности расширяет сферу ее игровой, учебной и трудовой деятельности, становится возможным легкое достижение целей и успехов. Личностный потенциал повышает чувство уверенности в себе возле других людей, в моменты проявления себя. Личностный потенциал развивается при столкновении с различными факторами, препятствующими достижению целей и успехов. Потому что, когда человек выходит из трудных жизненных ситуаций, он старается реализовать весь свой потенциал.

Феномен личностного потенциала можно рассматривать через призму концепции Л. С. Выготского о зонах в развитии ребенка: зона ближайшего развития и зона актуального развития. Если ребенок пользуется помощью взрослых в проявлении способностей, это считается зоной ближайшего развития, и это выступает как возможная перспектива развития, потенциал роста [1]. Зона актуального развития – это уровень развития способностей человека, когда ребенок может самостоятельно проявить свои возможности.

В. В. Соколов выделяет следующую структуру личностного потенциала и его элементы: профессиональный потенциал, трудовой потенциал, образовательный потенциал, творческий потенциал, духовный потенциал [4]. Человек обеспечивает стабильность для общества, рационально используя свой личный потенциал.

По мнению Д. А. Леонтьева, «личностный потенциал является неотъемлемой характеристикой уровня зрелости личности». Одним из вариантов реализации личностного потенциала человека является его самоопределение. Личностный потенциал определяет способность человека справляться с трудными ситуациями [3].

По мнению А. Г. Маклакова, личностный потенциал характеризует способность человека адаптироваться. Личностный адаптационный потенциал – это внутренние характеристики человека, влияющие на его адаптацию, мотивацию и поддержание профессионального здоровья. Его также можно рассматривать как уровень психологической безопасности, склонность к конфликтам, самооценка, моральные качества и поведение в обществе [2].

Развитие личностного потенциала, как и развитие личности в онтогенезе, не может быть реализовано вне общества. Возникновение новых жизненных ситуаций предопределяет новые условия формирования и развития личности.

Таким образом, личностный потенциал является основным психологическим компонентом формирования личности в процессе деятельности.

Основными психологическими причинами реализации и повышения личностного потенциала подростков являются следующие:

1. Бурное развитие познавательных процессов, владение творческими способностями и креативным мышлением. В подростковом возрасте на высоком уровне развиваются психические процессы. Память повышается с уровня механической памяти до уровня логической. Речь развита, а разнообразное и богатое мышление развивается на уровне всех его проявлений: активного, образного, логического. Подростков теперь можно обучать различным практикам и умственной деятельности. Также в этот период формируются и развиваются общие и специальные способности. Эти навыки позволяют подросткам создавать множество проектов в самых разных формах, а также специализироваться в различных областях человеческих знаний на интеллектуальном, художественном, технологическом или музыкальном уровне. В интеллектуальной сфере подросток видит совершенствование и развитие своих мыслительных способностей, которые содействует управлению абстрактными мыслями, создаёт основу более глубокому мышлению, развитию самых сложных и творческих идей.

2. Появление новых мотивов обучения в результате положительного интереса к учебным предметам. По сравнению с детьми других возрастных периодов подростки успешно осваивают предметы, наблюдается рост интересов. На основе познавательных потребностей в обучении постепенно формируется позитивное отношение к учебным предметам. В результате возникают новые учебные мотивы. Мотивация – одна из важных ресурсов, которая побуждает нас достигать поставленных целей и выполнять любую начатую деятельность с максимальной эффективностью. В подростковом возрасте подросток начинает учиться самомотивации, способности, которая не проявлялась в детстве или не была полностью реализована. Это дает ему возможность реализовать в жизнь всевозможные новые идеи и увлечения, требующие усилий, решимости и дисциплины в среднесрочной и долгосрочной перспективе. Самомотивация и способность проявлять настойчивость в любой деятельности позволяют подросткам достигать мастерства в различных областях, чего они не могли достичь в детстве.

3. Готовность к сотрудничеству со взрослыми – для подростка очень важно общение со взрослыми и группой друзей. Потому что в результате сотрудничества наблюдается рост физических и умственных возможностей, проявляющихся в уверенности подростка в себя и свои силы. Установление положительных эмоциональных и социальных связей между людьми позволяет подростку освоить новые навыки или получить знания и найти новые источники вдохновения.

4. Прирост сил, мужества и энтузиазма. Очевидно, что одной из самых отличительных черт подросткового возраста является почти неисчерпаемая энергия, которую подростки испытывают в течение дня, когда они занимаются различными видами деятельности. Увеличение физической или интеллектуальной силы, энергичность и энтузиазм помогают подростку постепенно специализироваться в любой области интересов или поддерживать стабильность в любой деятельности (будь то музыка, наука, видеоигры, спорт).

5. Интерес к новым источникам вдохновения, подражанию. Сильно развито подражание взрослым, т. е. формирование у подростка образа идеального взрослого. Часто они имитируют (подражают) поведению знакомых и любимых ими взрослых. Когда к ним обращаются, они делают вид, что умеют мыслить самостоятельно и делают вид, что определенно могут что-то сделать. На самом деле психологические и физиологические возможности подростка еще недостаточно развиты. Родители, педагоги не должны подходить к этому процессу

поверхностно, а должны направлять их на правильный выбор объекта подражания, который будет влиять на развитие его способностей, на правильное развитие его внутренних и внешних способностей.

6. Возрастание потребности в расширении жизненных, научных, художественных познаний. У подростков 11-12 лет повышается познавательная активность, интерес к учебе, формируется функция мышления и формирования понятий. Психические функции и психические процессы перестраиваются благодаря овладению основами науки и обобщенными знаниями. Изменения в когнитивной сфере обусловливают формирование отношения подростка к окружающему миру и к самой личности в целом.

7. Усиление самосознания, контроля и самоконтроля. Самосознание определяется осознанным восприятием и оценкой человеком самого себя, возникновением у него мыслей о себе. Самосознание-это отношение человека к самому себе. Основными функциями самосознания в подростковом возрасте являются формирование личности в соответствии с социальными и нравственными требованиями общества. Возрастные изменения в восприятии, гибкости и точности, последовательности, сложности и системности, расширение способности анализировать и объяснять собственное поведение приводят к увеличению личностного потенциала.

8. Взросление или появление чувства взрослости. Первое желание ребенка этого возраста – убедить окружающих, что он уже не маленький ребенок, а взрослый человек. Подросток, пытающийся делать самостоятельно работу, теперь думает, что он «взрослый», и требует права взрослости в той работе, которую он выполняет самостоятельно. Поэтому психологи интерпретируют «чувство взрослости» как самое основное и важное новообразование подросткового возраста. Это чувство взросления служит стимулом для формирования личностного потенциала, стремления к совершенству и работы над собой.

Личностный потенциал подростка характеризуется формированием, развитием отношения к себе, самосознания, самооценки и самоуважения. Поэтому мы попытались изучить степень взаимосвязанности психологических особенностей самоотношения в подростковом возрасте. С этой целью в нашей исследовательской работе использовалась методика «Изучение самоотношения» (разработанная С.Р. Пантелеевым). Чтобы наглядно отразить информацию по применяемой методике мы представили данные в таблице ниже.

Таблица 1. Динамика изменения самоотношения в подростковом возрасте

Компоненты самоотношения	Класс	Среднее арифметическое	t-критерий	P≤
Гуманность	7-класс	7,05	-2,162	0,009
	9-класс	7,56		
Самоуверенность	7-класс	9,26	-5,069	0,001
	9-класс	10,58		
Саморуководство	7-класс	7,75	-1,711	0,088
	9-класс	8,21		
Самоотношение	7-класс	6,37	-2,610	0,010
	9-класс	7,00		
Самоуважение	7-класс	8,19	-2610	0,00
	9-класс	9,61		
Самоценность	7-класс	7,69	-5,290	0,014
	9-класс	8,31		
Самопривязанность	7-класс	6,78	-2486	0,278
	9-класс	6,52		
Внутренняя конфликтность	7-класс	8,15	3,491	0,001
	9-класс	6,77		
Самообвинение	7-класс	5,57	2,825	0,005
	9-класс	4,90		

Согласно данным, представленным в таблице, наблюдаются противоречиво значимая связь по шкале «гуманности» в группе подростков, проходящих тест (t=-2,162; p<0,01). Естественно, что результаты именно в таком порядке. Известно, что подростки не всегда умеют находить общий язык со сверстниками и учителями, отсутствуют коммуникативные навыки, наблюдается недостаток межличностных отношений. В то же время мы видим, что в результате изменений физиологического и поведенческого плана в психологическом развитии самовыражения подростка снижается.

Если обратить внимание на результаты шкалы самоуверенности испытуемых, то обнаружено, что между ними существует онтогенетическая связь (t=-5,069; p≤0,01). То есть эта связь объясняет развитие у подростка чувство самоуверенности, в первую очередь развитие самосознания и самооценки. Противоположная значимая связь наблюдалась в категории самоотношения (t=-2,610; p<0,01). Как видно, в группе подростков, принявших участие в исследовании, результаты объясняются непониманием смысла самоотношения. Следует

отметить, что самовыражение подростков может быть следствием социальной среды, в которой они живут, и получаемого образования. С этой точки зрения значительная корреляция отмечается в отражении самоотношения. Среди участников исследования по шкале самоуважение отмечена достоверная связь между классами (t = -2,610; p<0,01). Как видно из результатов, на ранней стадии подросткового возраста преобладает чувство неполного понимания своей личности и ценности. Соответственно, по мере того, как подростки становятся старше, их способность понимать свою личность и свою ценность возрастает. Результаты показывают, что самосознание неразрывно связана с онтогенетическим развитием. Если обратить внимание на результаты шкалы самопринятия (t=-5,290; p<0,01), то отмечается онтогенетическая связь. Результаты представляют нам тот факт, что между тестируемыми группами существуют значительные различия по шкале самопринятия. Формирование самопринятия в личности подростка заключается в его способности представлять свои способности и возможности, осознавая, как положительные, так и отрицательные качества.

Если обратить внимание на результаты методики, то в шкале самопринятия мы отмечаем противоположную значимую связь (t=-5,290; p≤0,01). Имеется положительная корреляция по уровню принятия себя в подростковой группе. Среди подростков, участвовавших в исследовании, наблюдались очень важные отношения по шкале внутренних конфликтов (t=-3,491; P≤0,01). Такие состояния определяются тем, что подростки не до конца понимают задачи и задания, связанные с учебой и общественной деятельностью. Результаты по шкале самообвинения у подростков следующие (t=2,825; P≤0,01). Неопределенность и сложность материалов по учебным предметам, приводят к потере интереса к учёбе, требования и ожидания, предъявляемые к подросткам, создают у них чувство вины.

Полученные результаты нашего исследования и работы в этой области других учёных показывает нам, что природа подростков имеет свои не изученные глубины, которые требуют от нас изучения, так как общество изменяется под влиянием современных тенденций, развития технологий и это сказывается на психологическом развитии подростков и юношей. А эти изменения также находят свои отражения на проявлении и развитии личностного потенциала подрастающего поколения.

Литература.

1. Выготский Л. С. Собрание сочинений: в 6 т. Т. 3 Проблемы развития психи ки / под ред. А. М. Матюшкина. – М.: Педагогика, 1983.

2. Ильин В. В., Пожарский С. Д. Философия и акмеология. – СПб.: Политехни ка, 2003.

3. Леонтьев Д. А. Личностная зрелость как опосредствование личностного р оста//Культурно-историческая психология
развития / под ред. И.А.Петуховой. М.: Смысл, 2001. – С. 154–161.

4. Соколов В. В. Философия духа и материи Рене Декарта. – М.: Либрок ом, 2011. – С. 78–81.

5. Nishanova Z. T, Kamilova N. G, Abdullayeva D. U, Xolnazarova M. X. Rivojlanish psixologiyasi.Pedagogik psixologiya – T:O’zbekiston faylasuflar milliy jamiyati. 2018

6. G’oziyev E.G’ Ontogenez psixologiyasi. – T: “NIF MISH” 2020.

ОПИСАНИЕ ФАКТОРОВ РАЗВИТИЯ МОТИВОВ УЧИТЕЛЕЙ НАУКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ К СПОРТИВНОМУ ТУРИЗМУ

Ғофуров А.У.
(г.Фарғона, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье изучаются психологические методы развития мотивации будущих учителей физкультуры к туризму. Также были проанализированы факторы, влияющие на развитие мотивов, связанных с туризмом, на будущих курсах физического воспитания.*

Ключевые слова: *физическое воспитание, спорт, туризм, спортивный туризм, профессиональная деятельность, психологическая подготовка, мотив, компонент, психокоррекционная модель, эмпирическая, педагогико-психологическая особенность, методология.*

Abstract. *In this article, the psychological methods of developing the motivation of future physical education teachers for tourism are studied. Also, the factors affecting the development of motives related to tourism in the future physical education courses were analyzed.*

Key words: *physical education, sport, tourism, sports tourism, professional activity, psychological training, motive, component, psychocorrective model, empirical, pedagogical-psychological feature, methodology.*

Введение. Качество и эффективность профессиональной деятельности учителей физической культуры в учебном процессе, связанной с туризмом, зависят не только от форм и средств организации обучения, но и от индивидуальных особенностей личности. Отношения личности характеризуются обобщенными мотивами, которые исходят из потребностей и ситуационных мотивов. Каждое отношение личности представляет собой активно обобщенное отношение к действительности. Поэтому оно отражает жизненную позицию человека. Поскольку отношения личности имеют широкое обобщение, в их структуре присутствует система индивидуальных (частных) мотивов. Это зависит от соотношения этих мотивов, которые, в свою очередь, оказывают влияние на каждый отдельный мотив в той или иной степени.

Анализ литературы и методы. Было проведено множество исследований, посвященных развитию профессионального мастерства специалистов в области физического воспитания и спорта, а также эффективной организации работы по формированию духовных ценностей у спортсменов. В частности, такие исследователи, как Р.А.Абдурасулов, Ш.Р.Баротов, З.Г.Гаппаров, Ф.Э.Газиева, А.М.Джабборов, Е.Г.Гозиев, Г.Б.Шоумаров, В.М.Каримова, Д.Г.Мухамедова, М.Маматов, З.Т.Нишонова, Б.Ш.Сафаров, Н.С.Сафоев, Р.С.Самаров, С.С.Таджибаев и другие провели значительную работу по изучению психологических особенностей и профессиональной компетентности спортсменов. Исследования в области мотивации и мотивационных процессов также широко изучены зарубежными психологами. Среди них: Л.С.Выготский, Р.С.Вайсман, Н.В.Ельфимова, Ю.Ф.Кисляк, М.М.Ларкин, В.Г.Асеев, П.Я.Гальперин, А.К.Маркова, Л.А.Минеева, В.И.Ковалев, М.Ш.Магомед-Эминов, В.А.Токарева, Д.Н.Узнадзе и другие.

Результаты и обсуждение. Многие психологи особо подчеркивают связь мотивации с индивидуальными особенностями личности. В частности, указывается на устойчивую связь между характеристиками мотивации и типами высшей нервной

деятельности, обусловленность мотива темпераментными особенностями, а также выделяются отдельные качества характера, выражающие чисто динамические особенности личности. Также подчеркивается взаимное влияние мотивации и способностей.

Однако проблема связи мотивации с индивидуальными особенностями личности все еще недостаточно изучена. Это объясняется сложностью данной проблемы. Поскольку мотивы связаны с различными ведущими чертами личности, становится сложно определить условия, которые могут быть важны для выявления особенностей мотивации отдельных действий. С другой стороны, наблюдение за процессом влияния индивидуальных особенностей личности на возникновение тех или иных мотивов поведения затрудняется из-за разнообразия стимулов и мотивов.

Эта особенность мотивации напрямую связана с импульсивностью (или осторожностью) в принятии решений. Обучающиеся, которые склонны переоценивать свои способности и не проявляют ответной реакции на возникающие неудачи, как правило, относятся к импульсивному типу. Обучающиеся, характеризующиеся осторожным подходом к учебе, очень чувствительны к неудачам, и даже предыдущие успехи не всегда побуждают их переходить к более сложным задачам. Эти данные позволяют по-новому рассмотреть вопрос о причинах, определяющих индивидуальный стиль деятельности человека, и связать его с мотивационными механизмами деятельности. Мотивация является основным фактором, определяющим общую активность и направленность умственной деятельности.

Положительная мотивация преподавателей физического воспитания в области спортивного туризма проявляется в высокой степени чувствительности к успеху и ориентации на достижения при условии постоянного игнорирования индивидуальных неудач в процессе принятия решений. В некоторых случаях, напротив, наблюдается высокая чувствительность к неудачам, и такие люди принимают меры для предотвращения неудач, часто затрудняя принятие решений, даже при наличии незначительных возможностей.

Оценка своих возможностей и планирование, а также разработка идей и других аспектов в значительной степени связаны с импульсивностью или осторожностью.

Еще одной индивидуальной особенностью человека является его направленность. Это одна из важнейших составляющих мотивационной сферы личности. Среди различных подходов к проблеме направленности, в русской психологии особое место занимает подход А.Г. Ковалёва, В.Н. Мясищева и К.К. Платонова, который выделяет систему мотивационных доминант. В этом подходе мотивация поведения связана напрямую с индивидуальными особенностями человека.

Исследования, проведенные в области направленности преподавателей физического воспитания в спортивном туризме, подчеркивают, что влияние на поведение обучающихся имеет не только осознанные, но и мало осознаваемые мотивы. Это является важным аспектом этих исследований.

Для большинства людей характерна тенденция повышать свои интересы после достижения успеха и снижать их после неудач. Высокий уровень интересов у людей, стремящихся к успеху, также связан с их личной мотивацией. Интересы играют значительную роль в стремлении к успеху. С другой стороны, если поведение человека вызвано стремлением избежать неудач, то уровень интересов может быть ниже. Выглядит так, что неудачи человека часто являются результатом высокой тревожности и могут вызывать фрустрацию. Согласно мнению Дж. Аткинсона, желание достижения успеха обусловлено субъективной вероятностью успеха и взаимным влиянием этого желания и его побудительной ценности.

Желание избежать неудачи связано с мотивацией избежать неудач, ожиданием вероятности неудачи и негативной побудительной ценностью неудачи.

Различия между стремлением к успеху и избеганием неудач исходят из различий в мотивах, поскольку вероятность достижения успеха и его побудительная ценность соотносятся с вероятностью столкновения с неудачей и её негативной побудительной ценностью. Эти два типа мотивации проявляются особенно явно, когда вероятность решения задачи или столкновения с неудачей составляет 50%. В таких случаях люди, стремящиеся избегать неудач, часто предпочитают избегать риска, тогда как те, кто стремится к успеху, могут выбирать задачи с экстремально высоким или низким уровнем вероятности успеха, так как это снижает уровень беспокойства о возможных неудачах. В противном случае, люди с сильной мотивацией достижения успеха могут быть более склонны к риску и принимать больше рисков в надежде на успешный исход.

Учёный Д. Макклелланд считает, что у людей старшего возраста мотивация достижения успеха редко проявляется как абсолютная (независимая от других факторов), а скорее проявляется в активной деятельности, связанной с попытками достигнуть успеха во всех областях. Мотивация и психофизиологические особенности, особенно в связи с темпераментом, до сих пор мало исследованы. Существующие работы в основном сосредоточены на специфических аспектах темперамента и его связи с мотивацией учебной деятельности.

Выводы. Исследование психологических факторов, влияющих на мотивацию преподавателей физического воспитания к спортивному туризму, представляет собой наиболее перспективное направление, поскольку оно позволяет выработать методы повышения мотивации к обучению через их детальное изучение и учет. Выяснилось, что для эффективного формирования профессиональной мотивации преподавателей физического воспитания в области спортивного туризма недостаточно лишь потенциала (способностей, трудоспособности, устойчивости к стрессу). Потребности, мотивация, интересы и отношения значительно влияют на успешность учебной деятельности. Таким образом, можно сделать вывод, что уровень мотивации и её направленность оказывают значительное влияние на развитие субъекта учебной деятельности.

Литература.

1. Макклелланд Д. Мотивация человека. СПб. 2007 С. 59-61

2. Психология мотивации и эмоций /Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, М В. Фаликман. – М.: АСТ:Астрель, 2009. – 704с.

3. Рахматулина Ф.М. Мотивационная основа учебной деятельности и позна¬вательной активности личности: Психологическая служба в вузе. Казань. 1991. 44с.

4. Рогов М.Г. Мотивация учебной и коммерческой деятельности студентов: социально-психологический аспект. Казань. 1998. С.23-26

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ И ЛИЧНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ

Даукеева А.О.
(г. Нукус, Каракалпакстан)

Аннотация. *В статье рассматриваются социально-психологические особенности формирования акмеологической компетентности у будущих педагогов-психологов. Акмеологическая компетентность включает в себя способность к самосовершенствованию, эффективному самоуправлению и саморазвитию в профессиональной деятельности, что особенно важно для педагогов-психологов, находящихся на этапе обучения и подготовки. В исследовании анализируются ключевые факторы, влияющие на процесс развития данной компетентности, включая социальные условия, психологические аспекты личности, а также педагогические технологии, направленные на их развитие. Важность акмеологической компетентности объясняется необходимостью высококвалифицированных специалистов, способных эффективно справляться с профессиональными задачами и постоянно повышать свою квалификацию. Выводы статьи указывают на необходимость целенаправленного формирования акмеологической компетентности в рамках образовательных программ для будущих педагогов-психологов.*

Ключевые слова: *акмеологическая компетентность, педагоги-психологи, профессиональное развитие, саморазвитие, социально-психологические особенности, профессиональная компетентность, самосовершенствование.*

Abstract. *The article explores the socio-psychological features of the development of acmeological competence in future teacher-psychologists. Acmeological competence encompasses the ability for self-improvement, effective self-management, and self-development in professional activities, which is particularly important for teacher-psychologists at the stage of training and preparation. The study analyzes key factors influencing the development process of this competence, including social conditions, psychological aspects of personality, as well as pedagogical technologies aimed at fostering them. The importance of acmeological competence is explained by the need for highly qualified specialists capable of effectively handling professional tasks and continuously improving their skills. The findings highlight the necessity of targeted development of acmeological competence within educational programs for future teacher-psychologists.*

Key words: *acmeological competence, teacher-psychologists, professional development, self-development, socio-psychological features, professional competence, self-improvement.*

Введение. Формирование акмеологической компетентности у будущих педагогов-психологов является одной из ключевых задач современной образовательной системы. Акмеологическая компетентность подразумевает достижение профессионального мастерства, высокого уровня самосовершенствования и способности к постоянному развитию. Для будущих педагогов-психологов это особенно важно, так как они не только должны эффективно выполнять свои профессиональные обязанности, но и выступать в роли наставников и психологических помощников для учеников.

Социально-психологические особенности развития акмеологической компетентности включают в себя целый комплекс факторов, влияющих на процесс профессионального становления. Это и социальная среда, в которой происходит обучение, и психологические характеристики самих студентов, и использование инновационных педагогических технологий, направленных на развитие умений и навыков, необходимых для успешной профессиональной деятельности.

В современных условиях стремительного развития технологий и изменений в образовательных подходах, акмеологическая компетентность становится важнейшим фактором, обеспечивающим успешную адаптацию и самореализацию будущих педагогов-психологов.

Современные условия профессиональной деятельности требуют от педагогов-психологов высокого уровня компетентности, которая включает не только знания и умения, но и способность к постоянному профессиональному и личностному развитию. Одной из ключевых составляющих успешного профессионала является акмеологическая компетентность, которая отражает готовность и способность человека к достижению наивысших показателей в своей профессиональной деятельности.

Будущие педагоги-психологи, находясь на этапе обучения, нуждаются в осознанной работе над развитием этой компетентности, что связано с их способностью к саморазвитию, самоуправлению и адаптации к изменяющимся условиям профессиональной среды. Социально-психологические аспекты данного процесса играют важную роль, так как развитие личности происходит в контексте социальных взаимодействий, влияния образовательной среды и личных качеств. Изучение этих аспектов позволяет более целенаправленно формировать акмеологическую компетентность у студентов, готовящихся к работе в сфере педагогики и психологии.

Акмеология – наука, изучающая процессы достижения высших высот самосознания и развития человека. Это направление имеет особое значение в исследовании развития акмеологической компетентности педагогов-психологов. Она проводится в целях развития акмеологической компетентности будущих психологов-педагогов, обеспечения успешной реализации ими профессиональной деятельности и адаптации к социально-психологическим процессам в обществе.

Акмеологическая компетентность означает способность человека развивать свои способности, совершенствовать профессиональные навыки и адаптироваться к социальным и психологическим условиям общества. Чтобы обладать этой компетентностью, педагог-психолог должен обладать следующими качествами:

1. Социальный интеллект: это способность человека понимать окружающую среду и действовать в ней соответствующим образом. Социальный интеллект является основой акмеологической компетентности, и он необходим педагогам-психологам для правильной оценки и влияния на социально-психологические процессы в обществе.
2. Рефлексивные навыки: Рефлексия, то есть способность анализировать свои действия и решения, важна для педагогов-психологов. Рефлексия повышает ответственность за педагогическую деятельность в процессе формирования акмеологической компетентности.
3. Эмоциональный интеллект: Эмоциональный интеллект, то есть способность управлять своими эмоциями и понимать эмоции других, имеет большое значение в достижении акмеологической компетентности.
4. Саморазвитие: Педагоги-психологи должны быть сосредоточены на своем личном и профессиональном развитии. Это качество играет ключевую роль в формировании акмеологической компетентности, поскольку необходимо работать над собой и регулярно обновлять профессиональные знания.

5. Межличностные навыки. Акмеологическая компетентность также зависит от способности будущих педагогов-психологов устанавливать эффективные взаимоотношения с различными социальными группами.

Некоторые из основных факторов, связанных с социально-психологическими особенностями развития акмеологической компетентности будущих педагогов-психологов:

- Мотивационная система личности: Психолого-педагогическая мотивация играет важную роль в процессе развития акмеологической компетентности педагогических психологов.
- Влияние социальной среды: Социальные влияния, изменения в обществе и психологические особенности различных групп играют важную роль в развитии педагогов-психологов.
- Условия профессионального роста: большое значение в формировании акмеологической компетентности имеет поддержка и научно-методическая поддержка педагогов-психологов, создание среды, ориентированной на профессиональное развитие.

Эти теоретические основы важны для личностного и профессионального роста педагогов-психологов, а развитие акмеологической компетентности позволит им в будущем эффективно работать в обществе.

Развитие акмеологической компетентности будущих педагогов-психологов является важным аспектом их профессионального роста и готовности к эффективной работе в условиях современных образовательных процессов. Акмеологическая компетентность подразумевает способность педагога-психолога достигать высоких результатов в своей деятельности, развивать личные и профессиональные качества, необходимые для успешного выполнения профессиональных обязанностей. Основными социально-психологическими аспектами, влияющими на развитие этой компетенции, являются:

1. Профессионально-значимые качества: Важным компонентом акмеологической компетентности является способность педагога развивать такие качества, как рефлексия, креативность, самостоятельность и умение работать в команде. Эти качества помогают будущим специалистам справляться с разнообразными профессиональными вызовами и находить оптимальные решения проблемных ситуаций.

2. Социальный интеллект и эмоциональная устойчивость: Важную роль в становлении педагога-психолога играет умение эффективно взаимодействовать с людьми, понимать и учитывать их эмоции, а также сохранять эмоциональное равновесие в стрессовых ситуациях. Это способствует успешной профессиональной деятельности и гармоничным отношениям в коллективе.

3. Мотивация к саморазвитию: Для успешного профессионального роста будущих педагогов-психологов необходимо формировать сильную мотивацию к постоянному обучению и самосовершенствованию. Это включает в себя как академическое развитие, так и развитие профессиональных компетенций через практику и взаимодействие с более опытными коллегами. Таким образом, акмеологическая компетентность будущих педагогов-психологов включает в себя не только академические знания, но и социально-психологические навыки, мотивацию и способность к саморазвитию, что помогает достигать профессиональных вершин в своей сфере.

Акмеологическая компетентность представляет собой сложное личностное образование, включающее способность к саморазвитию, саморегуляции и достижению профессионального мастерства. В контексте подготовки будущих педагогов-психологов развитие акмеологической компетентности играет ключевую роль, обеспечивая успешность их профессиональной деятельности.

Методы исследования. Для исследования акмеологической компетентности использовался опросник, включающий такие факторы, как мотивация к саморазвитию, уровень саморегуляции и профессиональной ориентации.

Таблица 1. Средние показатели уровня акмеологической компетентности у студентов (n=100).

Показатели	Среднее значение	Стандартное отклонение
Мотивация к саморазвитию	4.2	0.5
Уровень саморегуляции	3.8	0.6
Профессиональная ориентация	4.0	0.4

Результаты исследования. Результаты исследования показали, что уровень акмеологической компетентности значительно выше у студентов старших курсов, что может быть связано с накопленным опытом и профессиональной подготовкой.

Таблица 2. Уровень акмеологической компетентности у студентов 3 и 4 курсов (в баллах)

Факторы	Студенты 3 курса	Студенты 4 курса	t-критерий	p-значение
Мотивация к саморазвитию	3.7	4.5	3.12	0.002
Саморегуляция	3.6	4.3	2.85	0.004
Профессиональная ориентация	3.9	4.2	1.67	0.09

Анализ данных. Из представленных данных видно, что социально-психологическая поддержка является важным фактором в развитии акмеологической компетентности, особенно на старших курсах, когда студенты находятся в непосредственной близости к началу своей профессиональной карьеры. Это подчеркивает значимость преподавателей, наставников и профессиональной среды для студентов.

Таблица 4. Влияние различных факторов на развитие акмеологической компетентности (в баллах).

Факторы	Студенты 3 курса	Студенты 4 курса	t-критерий	p-значение
Мотивация к саморазвитию	3.7	4.5	3.12	0.002
Саморегуляция	3.6	4.3	2.85	0.004
Профессиональная ориентация	3.9	4.2	1.67	0.09
Социально-психологическая поддержка	3.8	4.4	2.22	0.02

Заключение. Исследование показало, что акмеологическая компетентность будущих педагогов-психологов развивается под воздействием множества факторов, включая мотивацию, саморегуляцию и профессиональную ориентацию. Систематическое внедрение рекомендаций по развитию данных факторов может способствовать более эффективной подготовке специалистов.

Литература.

1. Абульханова-Славская, К. А. Развитие личности в процессе жизнедеятельности Текст. / К.А. Абульханова-Славская // Психология формирования и развития личности / отв. ред. Л.И. Анцыферова. М.: Наука, 1981. - С.19-44.
2. Аверин, В.А. Психология детей и подростков: учебное пособие Текст. / В.А. Аверин. СПб.: изд - во Михайлова В.Н., 1998. - 319 с.
3. Активные методы в работе школьного психолога Текст.: сб. науч. тр. / под ред. И.В. Дубровиной. М.: АПН СССР, 1990. - 165с.
4. Прохоров, А.О. Семантические пространства психических состояний Текст. / А.О. Прохоров. Дубна: Феникс+, 2002. - 280 с.
5. 138. Психология образования: психологическое обеспечение «новой школы» / Материалы V Всероссийской научно-практической конференции.- М: Общероссийская общественная организация «Федерация психологов образования России», 2010. С. 125 - 127.

EDUCATIONAL MOTIVATION – STUDY, TYPES, AND FACTORS INFLUENCING IT

Djumaniyazova M.X.
(Urgench, Uzbekistan)

Аннотация. *В данной статье представлены теоретические сведения о понятии мотивации, изучении проблемы мотивов и мотивации мировыми психологами, категориях учебных мотивов и факторах, влияющих на учебную мотивацию. Кроме того, проанализированы теоретические данные о видах учебной мотивации и факторах, влияющих на нее, а также сделаны выводы.*

Ключевые слова: *мотив, мотивация, учебная деятельност, учебная мотивация, познавательные мотивы, социальные мотивы, мотивация содержанием, мотивация процессом, широкие социальные мотивы, узколичные мотивы, мотивация избегания неприятностей.*

Abstract. *This article presents theoretical information about the concept of motivation, the study of the issues of motive and motivation by world psychologists, the categories of learning motives, and the factors influencing educational motivation. Additionally, theoretical information on the types of educational motivation and the factors influencing them is analyzed, and conclusions are drawn.*

Keywords: *motive, motivation, educational activity, educational motivation, cognitive motives, social motives, motivation by content, motivation by process, broad social motives, narrow personal motives, motivation to avoid unpleasantness.*

Introduction. The integration of Uzbek education into the global community is in a transitional phase, accompanied by a radical restructuring, which is understood as interrelated and interpenetrating systems of learning, upbringing, and personal development. The qualitative aspect of the further development of the educational system presupposes the selection of educational content, which reflects specific areas of reality: Nature, Society, and the Human being. The functions of educational content are defined as the fixation of fundamental elements of scientific knowledge, as well as the upbringing and development of intellectual, communicative, value-orientational, aesthetic, technical-

technological, and physical culture of the individual. The cultivation of these types of culture is closely related to both subject-based learning and the formation of general academic skills and abilities during the educational process.

Implementation of the set tasks is possible only with high student motivation for learning.

Educational motivation is an integral structure based on a combination of cognitive, social, and personal motives. The interaction of internal and external sources of educational motivation influences the nature of learning activities and their outcomes, contributing to the formation of subject-specific, interdisciplinary, and personal results in educational activities.

The study of the results of scientific research by pedagogues and psychologists shows that the educational process in an institution, under certain conditions, has great potential for increasing educational motivation both in academic activities (within the framework of a specific subject) and in extracurricular activities. At the same time, the current real situation shows that this process is complicated by many factors, including a decline in students' interest in aesthetic and artistic culture and reading, which complicates the learning process today.

The main characteristic of motivation is engagement in a specific activity, and in the case of educational motivation, it is engagement in the process of learning and educational activities.

Literature review. The study of motivation and motives has been the focus of many research works, both from local (V. Karimova, Z. Nishonova, N. Safoyev, R. Sunnatova, Sh. Dustmukhamedova, F. Khaydarov, H. Abdukarimov, F. Alimova, B. Botirov) and Russian (V.G. Aseev, A.G. Asmolov, L.I. Bozhovich, I.A. Dzhidaryan, V.K. Vilyunas, E.P. Ilyin, V.I. Kovalev, A.N. Leontiev, V.G. Leontiev, A.K. Markova, M.V. Matyukhina, V.S. Merlin, V.F. Morgun, P.V. Simonov, D.N. Uznadze, V.D. Shadrikov, I.S. Yakimanskaya, P.M. Yakobson, and others) scientists, as well as foreign authors (K. Lewin, A. Maslow, C. Rogers, H. Heckhausen, and others).

The scientific material accumulated by local psychologists allows us to assert that motivation is a deeply personal construct. Motives ensure the active essence of the individual and are closely related to individual-typological characteristics, permeating all the structural formations of personality, especially its orientation, character, emotions, abilities, mental processes, and cognitive activity.

Motivation in educational activities performs several functions: it stimulates behavior, directs and organizes it, gives it personal meaning and significance. The unity of these three functions ensures the regulatory role of motivation in behavior. Moreover, the third function, "meaning-forming" (A.N. Leontiev), is specifically human and is central to the nature of the motivational sphere.

In Russian literature, there are various approaches to distinguishing between intrinsic and extrinsic motivation. Several researchers (P.Ya. Galperin, N.V. Elfimova, N.F. Talyzina, P.I. Yakobson, M.G. Yaroshevsky, and others) use the nature of the connection between the learning motive and other components of learning (its goal, process) as a criterion. Other researchers (R.R. Bibrikh, I.I. Vartanova, I.A. Vasilyev, G.E. Zalesky, A.K. Markova, D.B. Elkonin, and others) use the nature of personal meaning as a criterion for dividing motives into external, internal, and self-improvement.

Increasing students' educational motivation is associated with the use of productive forms of cognitive learning activity and the development of systematic thinking, which is facilitated by the application of an integrative approach.

Motivation refers to the drives that cause the activity of a person and determine its direction. The term "motivation" in a broad sense is used in all areas of psychology that study the causes and mechanisms of purposeful behavior in humans and animals.

Motivational concepts and theories, applicable only to humans, began to emerge in the 1920s. The first was K. Lewin's motivation theory (1926). The main principles of his theory formed the basis of many foreign theories and models dedicated to various motivation problems, both content-based and process-based: A. Maslow's hierarchy of needs, C. Alderfer's ERG theory, F. Herzberg's two-factor model, V. Vroom's expectancy theory, D. McClelland's and J. Atkinson's theory of acquired needs, S. Adams' equity theory, the Porter-Lawler model, Skinner's reinforcement theory, learning theories by E. Tolman, G. Murray, and others.

Educational motivation is defined as a specific type of motivation involved in a particular activity- in this case, learning.

Educational motivation allows a developing personality to determine not only the direction but also the ways of implementing various forms of learning activity, engaging the emotional-volitional sphere. It serves as an important multi-factorial construct that determines the specificity of the learning situation at any given time.

Educational motivation is determined by a number of specific factors: the nature of the educational system, the organization of the pedagogical process in an educational institution, the characteristics of the learner (gender, age, level of intellectual development and abilities, level of aspiration, self-esteem, the nature of interaction with other students, etc.), the personality traits of the teacher (lecturer), and, above all, the teacher's relationship with the students and their approach to pedagogical activities, as well as the specifics of the academic subject.

L.I. Bozhovich (1972) identified two large categories of learning motives: cognitive motives (children's cognitive interests, the need for intellectual activity, and mastery of new skills and knowledge) and broad social motives (the child's need for communication with others, for their evaluation and approval, and the student's desire to occupy a certain place in the system of accessible social relations).

It was shown that both categories of motives are necessary for the successful implementation of learning activities. Motives that stem from the activity itself have a direct impact on the subject, while social motives for learning can motivate activity through consciously set goals, accepted decisions, and sometimes even independently of the person's direct relationship to the activity.

According to the results of a study by L.I. Bozhovich and her colleagues, the main needs that determine the content and structure of learning motivation in elementary, middle, and high school students were identified. For middle school students, the leading need is to occupy a certain place in the peer group and gain authority, while in high school, the leading role is played by concerns about one's future status and prospective profession. Analyzing the Problem of the Relationship Between Needs and Motives, L.I. Bozhovich concluded that "the impulse to action always comes from a need, and the object that serves to satisfy it only determines the nature and direction of the activity" [1;27]. Not only can the same need be realized through different objects, but the same object can also serve to satisfy various interacting, and sometimes even contradictory, needs.

Method analysis. Motivation in learning activities performs several functions: it stimulates behavior, directs and organizes it, and gives it personal meaning and significance. Thus, motivation not only precedes behavior but is also constantly present at all its stages and in all its links. The unity of these three functions ensures the regulatory role of motivation in behavior. Moreover, the third, "meaning-forming" function (A. N. Leontiev), is specifically human and plays a central role in the character of the motivational sphere. The meaning that a learning activity holds for a particular child affects the manifestation of other functions: the stimulating and directing functions. This, in turn, means that the motivational force of learning motives (their expression, intensity, duration, stability, emotional coloring) and their role in the real organization of learning

activities depend primarily on the formation of the meaning-forming function of learning motivation. According to A.K. Markova, this function (the role of learning in the child's life) should be the primary focus of education [6].

Discussion: The functions of motivation mentioned above are realized through a system of motives (drives) or a motivational sphere, which organically includes ideals and value orientations, cognitive needs, goals, interests, aspirations, and motivational attitudes that give it an active and directed nature. These motives play different roles in the overall picture of motivation and gain varying degrees of importance at different stages of learning activity development. Therefore, understanding these motives helps teachers to influence specific aspects of students' learning motivation more effectively.

This system of motives forms educational motivation, which is characterized by both stability and dynamism. M.V. Matyukhina identifies two main groups of motives:

I. Educational-cognitive motives

Motives inherent in the learning activity itself, associated with its direct product. They can be divided into subgroups:

- Content motivation: Motives related to the content of learning. The student is driven by a desire to learn new facts, acquire knowledge, and master ways of action, and to penetrate the essence of phenomena.
- Process motivation: Motives related to the learning process itself. The student is driven by a desire to engage in intellectual activity, think, and reason in class, overcome obstacles in the process of learning, and solve difficult problems. It is the process of solving that captivates, not just the results.

II. Motives related to the Indirect product of learning

Motives connected to the outcome of learning, which lie outside of the learning activity itself. These include:

- Broad social motives: Duty and responsibility to society, class, teacher, etc.; motives of self-determination (understanding the importance of knowledge for the future, the desire to prepare for future work, etc.), and self-improvement (gaining personal growth through learning).
- Narrow personal motives: Motivation for well-being, such as the desire to receive approval from teachers, parents, classmates, and to have good grades; prestige motivation, such as the desire to be among the top students and to be the best, to occupy a respectable place among peers.
- Avoidance motivation: Negative motives, such as the desire to avoid trouble from teachers, parents, and classmates if the student does not perform well in school [7; 15-16].

Currently, the most commonly accepted classification of motives is based on different types of activity sources. The premise for such a classification is the idea that learning activity is poly-motivational, as the student's activity has various sources. Three types of activity sources are distinguished: internal (cognitive and social needs), external (demands, expectations, and opportunities), and personal (interests, needs, attitudes, standards, stereotypes, etc., which determine the desire for self-improvement, self-affirmation, and self-realization in learning and other activities).

The interaction of internal, external, and personal sources of learning motivation influences the nature of learning activities and their outcomes. The absence of one of the sources leads to a restructuring of the system of learning motives or their deformation.

Based on the aforementioned sources of activity, the following groups of motives are identified:

• Social Motives: Awareness of the social significance of learning, understanding the personal developmental importance of learning, the need for worldview development, and others.

• Cognitive Motives: Interest in acquiring knowledge, curiosity, the desire to develop cognitive abilities, and the enjoyment of intellectual activity, among others.

• Personal Motives: A sense of self-respect and ambition, the desire to be respected by peers, imitation of referent classmates, and the desire for personalization or the expression of personal qualities, among others [9].

Conclusions:

1. As a result of the study, it was found that the terms “learning motivation,” “motivation for learning,” “motivation in learning activities,” and “the motivational sphere of the student” are used synonymously in both broad and narrow senses in psychological-pedagogical literature. These terms may refer to the entire set of motivating factors that trigger the subject’s activity and determine its direction (A.K. Markova) or describe a rather complex system of motives (M.V. Matyukhina, N.F. Talyzina, etc.). It was found that despite the variety of interpretations of the term “motive,” most scholars understand motive as a drive, goal (object), intention, need, personal quality, or state. It was revealed that motivation is a deeply personal construct.

2. It was established that learning motivation is a specific type of motivation embedded in learning activities and is determined by several specific factors: the nature of the educational system, the organization of the pedagogical process in an educational institution, the characteristics of the learner, the personal qualities of the teacher, and the teacher’s relationship with the learner, as well as the specifics of the subject being taught.

3. Two categories of learning motives were identified: cognitive and social (L.I. Bozhovich). It was established that the structure of the motivational sphere depends on age characteristics. It was revealed that to enhance learning motivation in middle school, it is necessary to consider the leading motive during this period — the desire to find one’s place among peers, i.e., social motivation. Organizing collective (group) lessons and extracurricular activities is optimal and essential for this age. In senior school, it is important to consider the student’s need for self-knowledge, as well as their interest in different forms of self-education. It was discovered that learning activity is defined by the meaning-making (A.N. Leontiev) function of motivation. It was found that no single classification of motives exists. The most developed classifications in Russian pedagogical science are those based on the content (direction) of learning motives.

4. Based on the study, motivation is accepted as a structural formation, a combination of motives, since a motive represents an integral, systemic driver, a holistic way of organizing human activity, and is the most mature, human form of motivation.

5. Learning motivation is understood as a multi-level, process-result component of a student’s learning activity, composed of social, cognitive, and personal motives, and based on an insatiable need for new experiences.

References.

1. Bozhovich, L. I. Selected Psychological Works. The Problem of Personality Formation: Edited by D. I. Feldstein / L. I. Bozhovich. – Moscow: International Pedagogical Academy, 1995. – 212 p.

2. Vartanova, I. I. Development of Learning Motivation and Teaching Methods in School / I. I. Vartanova // Bulletin of Moscow University. – Series 14. – Psychology. – 2001. – No. 2. – P. 16–24.

3. Ilyin, E. P. Motivation and Motives / E. P. Ilyin. – St. Petersburg: Piter, 2008. – 512 p.

4. Leontiev, A. N. Activity. Consciousness. Personality. 2nd ed. / A. N. Leontiev. – Moscow: Academy, 2005. – 352 p.

5. Leontiev, V. G. Psychological Mechanisms of Learning Activity Motivation / V. G. Leontiev. – Novosibirsk: NGPI, 1987 – 89 p.

6. Markova, A. K. Motivation for Learning and its Development in Schoolchildren / A. K. Markova, A. B. Orlov, L. M. Fridman. – Moscow: Pedagogy, 1983. – 54 p.
7. Matyukhina, M. V. Motivation for Learning in Younger Schoolchildren / M. V. Matyukhina. – Moscow: Pedagogy, 1984. – 144 p.
8. Learning Motivation: Collection of Scientific Articles / Edited by M. V. Matyukhina. – Volgograd, 1976. – 112 p.
9. Nishanova, Z.T. Developmental Psychology. Pedagogical Psychology: Textbook / Z.T. Nishanova et al. – Tashkent: Uzbekistan Philosophers National Society Publishing House, 2018. – 600 p.
10. Sunnatova, R.I. Self-Regulation of Mental Activity. – Tashkent: Shark, 1998. – 83 p.

PARENT INFLUENCE ON CHILDREN'S EMOTIONAL DEVELOPMENT

Dilshodova M.R.
(Tashkent, Uzbekistan)

Annotation. *This study explores the significant role parents play in shaping their children's emotional development. It highlights various parenting styles, emotional support mechanisms, and their effects on a child's social and emotional well-being. The research also emphasizes the impact of parent-child communication and the importance of a nurturing home environment for fostering emotional resilience and empathy in children.*

Keywords: *parenting styles, emotional development, parent-child communication, emotional resilience, nurturing environment.*

Аннотация. *Данное исследование посвящено значительной роли родителей в формировании эмоционального развития детей. Рассматриваются различные стили воспитания, механизмы эмоциональной поддержки и их влияние на социальное и эмоциональное благополучие ребенка. Также акцентируется внимание на важности общения между родителями и детьми, а также создании благоприятной семейной атмосферы для развития эмоциональной устойчивости и эмпатии у детей.*

Ключевые слова: *стили воспитания, эмоциональное развитие, общение родителей и детей, эмоциональная устойчивость, благоприятная атмосфера.*

Parental influence plays a crucial role in shaping the emotional development of children. This article reviews the mechanisms through which parents impact their children's emotional growth, emphasizing the role of parenting styles, emotional availability, and environmental factors. We explore the significance of early attachment, emotional regulation, and the developmental consequences of positive versus negative parental influence. By understanding these dynamics, we can better appreciate the ways parents can foster healthy emotional development and mitigate risks of emotional difficulties.

Introduction

Emotional development is a complex process that unfolds across childhood and adolescence, profoundly influenced by external factors, particularly parental behaviors and interactions. Parents serve as children's primary attachment figures, and the emotional quality of these early relationships has lasting effects on emotional regulation,

self-esteem, and the capacity for empathy. As primary socializers, parents provide the framework within which children learn to interpret, express, and manage their emotions. This article investigates the critical role parents play in emotional development and highlights the different parenting practices that contribute to emotional well-being or challenges.

Theoretical Background

Attachment theory, developed by John Bowlby and expanded by Mary Ainsworth, posits that early interactions with caregivers form the foundation for future emotional and social development. The quality of these interactions creates different "attachment styles," which reflect the child's expectations of relationships and their ability to regulate emotions. These attachment patterns are typically established during infancy and can have lasting effects throughout life.

Types of Attachment

1. **Secure Attachment** Secure attachment forms when a caregiver is consistently responsive, emotionally available, and attuned to the child’s needs. Children with secure attachment feel confident exploring their environment because they trust that their caregiver will provide comfort and support if needed. Secure attachment leads to several benefits:

Emotional Regulation: Children with secure attachment are better able to manage their emotions, showing resilience in stressful situations. They learn to seek help and express their needs appropriately.

Social Competence: These children are often better at forming healthy relationships, showing empathy, and engaging in cooperative play. They develop strong interpersonal skills due to the trust and emotional security established with their caregivers.

Self-Esteem: A securely attached child usually has a positive self-image and greater confidence in their abilities.

2. **Insecure Attachment** Insecure attachment develops when a caregiver is inconsistent, unresponsive, or emotionally unavailable. There are several subtypes of insecure attachment:

Avoidant Attachment: In this style, caregivers are emotionally unavailable or rejecting. As a result, children learn to suppress their emotional needs and avoid seeking comfort from others. They often appear emotionally distant or independent but may struggle with emotional intimacy and self-regulation later in life.

Emotional Impact: Children with avoidant attachment tend to hide their feelings, which can result in difficulties understanding and expressing emotions. They may also have trouble forming close relationships due to a mistrust of others' emotional support. Ambivalent (or Anxious) Attachment: This attachment style emerges when caregivers are inconsistent—sometimes responsive, but other times unavailable or unpredictable. Children in these situations become preoccupied with the caregiver's availability, leading to anxiety and emotional clinginess.

Emotional Impact: Children with ambivalent attachment often experience heightened emotional sensitivity and struggle with self-regulation. They may develop anxiety, cling to relationships, or feel insecure even in supportive environments. Disorganized Attachment: This attachment style occurs when a child’s caregiver is a source of fear or confusion, often due to trauma, abuse, or erratic behavior. The child may display contradictory behaviors, such as seeking comfort but also avoiding the caregiver, and they may have trouble managing their emotions. Emotional Impact: Disorganized attachment is strongly associated with severe emotional and behavioral difficulties. These children may develop maladaptive coping mechanisms, experience heightened emotional distress, and face challenges in forming secure relationships in adulthood.

Long-Term Consequences of Attachment Styles

Securely attached individuals tend to have better mental health, are more resilient under stress, and can manage emotional challenges effectively. They are also more likely to develop strong romantic relationships and friendships in adulthood. Insecurely attached individuals, on the other hand, are at a higher risk for anxiety, depression, and difficulties with emotional regulation. These individuals may struggle with forming trusting relationships and may engage in maladaptive behaviors like emotional withdrawal or excessive dependence. Understanding attachment is critical because it shapes how children perceive themselves and others, how they express and manage emotions, and how they approach relationships throughout life.

Parenting Styles

Diana Baumrind's framework of parenting styles is another influential theory that has helped psychologists understand the impact of different parental behaviors on children's emotional and social development. Parenting styles refer to the patterns of behaviors and attitudes that parents adopt when interacting with their children, and they can be divided into four main categories:

1. Authoritative Parenting

Characteristics: Authoritative parents are warm, responsive, and set clear expectations and boundaries. They encourage open communication and provide guidance while promoting independence.

Emotional Outcomes:

Emotional Regulation: Children raised in authoritative households tend to have strong emotional regulation skills. The structure provided by their parents helps them understand the consequences of their actions while the warmth fosters a sense of security and emotional expression. Self-Esteem and Confidence: Authoritative parenting promotes a healthy sense of self-worth. These children are encouraged to express their opinions and make decisions, leading to confidence in their abilities and judgment. Empathy and Social Skills: Because authoritative parents model respect and open communication, their children often develop higher empathy and social competence, making it easier for them to form healthy relationships.

2. **Authoritarian Parenting**

Characteristics: Authoritarian parents are highly controlling and expect obedience without question. They often enforce strict rules without explaining the reasons behind them and are less likely to show emotional warmth or responsiveness.

Emotional Outcomes:

Emotional Suppression: Children of authoritarian parents may struggle with expressing their emotions, as they are often punished for showing vulnerability or disagreement. This can lead to difficulties with emotional regulation, particularly with anger and frustration. Low Self-Esteem: The lack of encouragement and emotional support from authoritarian parents may cause children to doubt their abilities, leading to lower self-esteem and greater fear of failure or rejection. Anxiety and Aggression: Authoritarian parenting is associated with higher levels of anxiety and, in some cases, aggression. The rigid and punitive environment fosters stress, and children may rebel or internalize negative feelings.

3. **Permissive Parenting**

Permissive parents are lenient, often avoiding setting clear rules or boundaries. They tend to be nurturing and communicative but struggle to enforce discipline, often indulging their children's desires.

Emotional Outcomes:

Poor Emotional Regulation: Without consistent boundaries, children may struggle to regulate their emotions. They often have difficulty managing frustration and may become easily overwhelmed when facing challenges. Entitlement and Difficulty with Authority: Permissive parenting can lead to children developing a sense of entitlement,

as they are used to getting their way. This may result in difficulties respecting authority figures or handling disappointment. Insecurity: Despite the nurturing aspect of permissive parenting, the lack of structure can leave children feeling insecure. They may have a harder time developing self-discipline and may struggle with self-control in emotional situations.

4. **Neglectful (or Uninvolved) Parenting**

Characteristics: Neglectful parents are indifferent or absent, providing little emotional support or guidance. They may fulfill basic needs like food and shelter but are generally disengaged from their children's lives.

Emotional Outcomes:

Emotional Neglect and Low Self-Esteem: Children raised by neglectful parents often experience emotional neglect, leading to a deep sense of worthlessness. These children may internalize the message that their feelings and needs are unimportant. Difficulty with Emotional Relationships: Without parental involvement, children may struggle to form secure relationships. They often exhibit trust issues and difficulty expressing emotions in appropriate ways. Higher Risk for Mental Health Problems: Neglectful parenting is strongly associated with negative emotional outcomes, including anxiety, depression, and an increased likelihood of engaging in risky behaviors or developing emotional disorders.

Long-Term Implications of Parenting Styles

Authoritative parenting is considered the most beneficial for emotional development. Children raised in these environments tend to have better mental health, stronger emotional regulation skills, and healthier interpersonal relationships throughout their lives. Authoritarian, permissive, and neglectful parenting styles, while different, are all associated with less favorable emotional outcomes. These children are at a higher risk for emotional dysregulation, low self-esteem, and difficulties in forming healthy social connections.

By understanding the effects of different parenting styles, parents and educators can work towards adopting strategies that promote positive emotional development, helping children build a strong emotional foundation.

Factors Shaping Parental Influence

Emotional availability refers to the extent to which a parent is attuned to their child's emotional needs and is able to respond sensitively and appropriately. Research shows that emotionally available parents foster children's ability to understand and express emotions effectively. This availability not only helps children navigate their own feelings but also facilitates empathy, an essential component of social-emotional development.

Modeling and Emotional Regulation

Children often learn how to handle their emotions by observing their parents. When parents demonstrate healthy emotional regulation—managing stress calmly, resolving conflicts constructively, and expressing emotions in appropriate ways—children tend to develop similar strategies. Conversely, parents who struggle with emotional regulation, such as expressing anger through aggression or suppressing emotions, may pass on maladaptive coping mechanisms to their children.

Communication and Emotional Coaching

Parental communication plays a vital role in emotional development. Parents who engage in emotional coaching—discussing emotions openly, validating the child's feelings, and teaching problem-solving skills—help children develop emotional literacy. These children tend to have better emotional awareness, greater empathy, and improved social relationships. In contrast, parents who dismiss or minimize their child's emotions may inadvertently teach their children to ignore or suppress feelings, leading to emotional dysregulation and internalized stress.

Impacts of Positive and Negative Parental Influence

Positive Influence**;** Children raised in emotionally supportive environments tend to exhibit higher emotional intelligence, better interpersonal relationships, and greater resilience to stress. Studies indicate that parents who are consistently warm, responsive, and emotionally engaged foster children's ability to regulate emotions, display empathy, and develop secure attachment patterns. Furthermore, positive parental influence is linked to better mental health outcomes, including lower rates of anxiety and depression.

Negative Influence

Negative parental behaviors, such as emotional neglect, inconsistency, or harsh discipline, can severely impede emotional development. These children are more prone to emotional dysregulation, poor self-esteem, and difficulty forming and maintaining relationships. Research also suggests that chronic exposure to parental stress or conflict increases the risk of emotional and behavioral problems, such as aggression, withdrawal, and anxiety disorders. Furthermore, emotionally distant or critical parents may cause children to internalize negative self-perceptions, leading to long-term emotional challenges.

Environmental and Contextual Factors

Socioeconomic Status and Emotional Development

The family’s socioeconomic environment can also affect emotional development. Parents under economic stress often experience heightened anxiety and frustration, which can diminish emotional availability and contribute to a more chaotic home environment. Children in such settings may face additional challenges, including exposure to parental conflict and emotional neglect. Conversely, supportive resources, such as counseling, extended family networks, and social services, can mitigate some of these adverse effects.

Cultural Influences; Cultural norms shape parenting practices and, by extension, influence emotional development. In some cultures, emotional expressiveness is encouraged, while in others, emotional restraint is valued. Parental expectations regarding emotional behavior can vary significantly across cultures, affecting how children learn to regulate and express their emotions. Cross-cultural research indicates that while the methods of emotional socialization may differ, the core need for emotional support, understanding, and connection remains universal.

Conclusion

Parents are pivotal in shaping the emotional trajectory of their children. Through secure attachment, effective emotional regulation, and supportive communication, parents can nurture emotionally healthy children who are resilient and capable of forming strong, empathic relationships. However, negative parental behaviors, such as emotional neglect or harsh discipline, can impair emotional development, leading to long-term psychological challenges. Understanding the mechanisms of parental influence provides critical insights for parents, educators, and mental health professionals to foster environments that promote healthy emotional development.

References.

1. “Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978).” “Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation”. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

2. “Baumrind, D. (1967).” “Child Care Practices Anteceding Three Patterns of Preschool Behavior”. “Genetic Psychology Monographs”, 75(1), 43–88.

3. “Baumrind, D. (1991).” “The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use”. “Journal of Early Adolescence”, 11(1), 56–95.

4. “Belsky, J., & Fearon, R. M. (2002).” “Infant–Mother Attachment Security, Contextual Risk, and Early Development: A Moderational Analysis”. “Development and Psychopathology”, 14(2), 293–310.

5. “Bowlby, J. (1969/1982).” “Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment”. New York: Basic Books.

6. “Cassidy, J., & Shaver, P. R. (Eds.). (2016)” “Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications” (3rd ed.). New York: Guilford Press.

7. “Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. L. (1998)” “Parental Socialization of Emotion”.

“Psychological Inquiry”, 9(4), 241–273.

8. “Feldman, R. (2015)” “The Adaptive Human Parental Brain: Implications for Children's Social Development”. “Trends in Neurosciences”, 38(6), 387–399.

9. “Karreman, A., van Tuijl, C., van Aken, M. A., & Deković, M. (2006).” “Parenting and Self-Regulation in Preschoolers: A Meta-Analysis”. “Infant and Child Development”, 15(6), 561–579.

ГЕНДЕРНЫЕ РОЛИ, ВЛИЯЮЩИЕ НА СУПРУЖЕСКИЕ ОТНОШЕНИЯ

Душанова С.М.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *В статье подробно излагаются взгляды на роль и значение гендерного равенства в семейных отношениях и разделение ролей между мужем и женой, принятые в нашей республике решения и постановления и их сущность, роль проводимых исследований и вопросы гендерное равенство в мире.*

Ключевые слова: *семья, муж, жена, роли, пол, отношения, социальное, мир, решение, критерий, равенство, беременность, партнёрство, соглашение.*

Annotation. *The article provides a detailed account of perspectives on the role and significance of gender equality in family relationships and the division of roles between husband and wife. It discusses the decisions and resolutions adopted in our republic, their essence, the role of conducted research, and global issues of gender equality.*

Keywords: *family, husband, wife, roles, gender, relationships, social, world, decision, criterion, equality, pregnancy, partnership, agreement.*

Введение. Основная цель проводимых в Узбекистане реформ – создание в нашей стране здорового и образованного поколения, обладающего высокими духовно-нравственными качествами. Поскольку развитие во всем мире стремительно растет, преимущество получает та страна, которая использует высокотехнологичную продукцию, в том числе современные профессиональные знания и новейшие информационные технологии. Именно по этой причине информация, творчество и знания выступают в качестве стратегического ресурса в информационном обществе. Принято решение Сената Олий Мажлиса Республики Узбекистан №SQ-297-IV от 28.05.2021 «Об утверждении Стратегии достижения гендерного равенства в Республике Узбекистан до 2030 года». Закон Республики Узбекистан «О гарантиях равных прав и возможностей женщин и мужчин», принятый 2 сентября 2019 года, утвержден как правовая защита и правовая гарантия, направленная на место женщины в обществе.

Хорошо то, что на протяжении тысячелетий вопрос неравенства между мужчинами и женщинами в обществе и вопрос его решения всегда был актуален. В частности, как сказано в статье 1 закона, целью закона является регулирование

отношений в сфере равных прав и возможностей женщин и мужчин. Также в законе упоминается понятие гендера, согласно которому гендер – это взаимоотношения между женщинами и мужчинами во всех сферах общественной жизни и деятельности, включая политику, экономику, право, идеологию и культуру, образование и социальный аспект, проявляющийся в. показаны области науки. Следовательно, концепция гендера отражает не только интересы женщин. Возможно, тот факт, что представители обоих полов смело идут к своим мечтам и целям, говорит о том, что им следует предоставить одинаковую возможность улучшить качество жизни. Одним из требований развитого общества является обеспечение равных прав мужчин и женщин.

Литературный анализ и методология.

Испокон веков традиционно женщина являлась хранительницей домашнего очага, находясь в доме, поддерживала огонь, кормила и воспитывала детей, а мужчина, в свою очередь, осуществлял роль добытчика, охотника, роль главы семьи. Шли века, менялась история, семейные устои, однако суть ролей оставалась та же. В настоящее время, гендерные роли супругов претерпевают изменения на фоне общей модернизации. Понятие «гендер» определяется как социальный пол. Пол как продукт культуры. М. Ю. Кондратьев и В.А.Ильин характеризуют понятие «гендер» как социальный пол, во многом обусловливающий особенности собственно личностного и группового поведения и задающий правовую и статусно-социальную позицию индивида в обществе [1]. Понятие гендера означает совокупность социальных и культурных норм, которые общество предписывает выполнять людям в зависимости от их биологического пола. И.С.Кон отмечал [2]: «гендерные роли всегда связаны с определенной нормативной системой, которую личность усваивает и преломляет в своем сознании и поведении». Социальное проявление гендерной идентичности индивида. И.С.Кон считал, что и пол, и гендер являются системами условных обозначений, которые формируют определённый порядок отношений между людьми, их отношение к различным проявлениям сексуальности, а также определяют формы представления себя другим людям в разнообразных практиках социального взаимодействия. Многообразие гендерных ролей в различных культурах и разных эпохах, говорит о том, что наши гендерные роли формируются культурой, в которой росли и воспитывались. В дореволюционной России, на большей части ее территории преобладал патриархальный строй. Для славянских народов, нормы взаимоотношений мужчин и женщин, происходили от православных канонов, где положение мужчины признано главенствующим. Из древне взаимоотношения супругов четко регламентировались: в памятнике литературы Древней Руси «Домострое», расписаны роли мужа жены, принципы воспитания детей, отношения между поколениями, моральные нормы были едиными и основывались на христианских заповедях. Сферы деятельности супругов строго распределялись: муж — глава, он в праве поучать жену, детей, даже наказывать их физически; жене — надо быть трудолюбивой хозяйкой, заботиться о детях, во всем слушаться мужа. Однако, в реальной семейной жизни, данный уклад мог отличаться, о чем свидетельствуют некоторые произведения народного творчества, где влияние на мужа имела как раз-таки жена [3].

Результаты.

Предыдущие исследования с участием беременных женщин и их супругов подтвердили, что диадическое совладание играет решающую роль в содействии адаптации родителей и послеродовой адаптации а также в улучшении психического здоровья, близости и качества жизни (QOL) обоих партнеров . Диадическое совладание (DC) — это реакция и принятие решений интимных партнеров перед лицом общих стрессоров (G Bodenmann, 1995), которое включает

в себя позитивное, негативное и общее совладание. Позитивная способность к совладанию позволяет людям получать выгоды как для себя, так и для своего брака А когда отцы реагируют через избегание, это косвенно приводит к более высокому стрессу от воспитания у матерей, ухудшает романтическую привязанность и пагубно влияет на родительскую адаптацию Диадическое совладание может стать новой отправной точкой для улучшения здоровья и корректировки отношений. Однако большинство более ранних исследований были сосредоточены на беременных женщинах в первую беременность поэтому сейчас неясно, насколько диадическое совладание распространено в настоящее время среди беременных женщин с беременностью высокого риска, а также среди их супругов. Поэтому предпосылкой для эффективного использования преимуществ диадического совладания является понимание текущей ситуации диадического совладания и соответствующих факторов.

Предыдущие исследования продемонстрировали корреляцию между диадическим совладанием людей и широким спектром факторов, которые можно в целом разделить на две категории: внешние (объективные) и внутренние (субъективные). Внешними факторами являются пол, возраст, образование, стадия заболевания, продолжительность брака, медицинская страховка и т. д. Модель связности диадической регуляции (DR-CM) указывает на множественные аспекты внутренних факторов, которые влияют на совладание, включая бинарные отношения и индивидуальные эмоциональные и когнитивные характеристики. Исследования также подтвердили, что удовлетворенность браком, воспринимаемый стресс и самоэффективность тесно связаны с диадическим совладанием. По словам Суо и др. Эксперименты Мартоса и др. пришли к выводу, что воспринимаемый стресс отрицательно коррелирует с DC, и когда стресс высок, оба партнера более склонны к развитию отрицательного DC, такого как избегание и конфликт, отметили, что самоэффективность оказывает влияние на DC как на актера, так и на партнера. Люди с более высокой самоэффективностью с большей вероятностью контролируют свои эмоции и ищут помощи для себя и своих партнеров, и, таким образом, обладают повышенной способностью к диадическому совладанию. Однако в настоящее время мало доказательств, подтверждающих связь между этими характеристиками индивидуального уровня и индивидуальным диадическим совладанием для женщин с беременностью высокого риска и их супругов, популяции молодых и средних детородных взрослых, испытывающих сложные стрессовые обстоятельства. Между тем, большинство более ранних исследований детерминант индивидуального диадического совладания игнорировали взаимодействие между интимными отношениями в пользу концентрации на любом из партнеров.

Кроме того, в Теории взаимозависимости и Системно-транзакционной модели утверждается, что существование интимных отношений и взаимодействия между партнерами приводит к взаимному влиянию. На совладание одного партнера влияют не только его собственные факторы, но и факторы супруга. Многочисленные исследования с участием будущих матерей и их супругов также продемонстрировали взаимозависимость между парами Например, Хан подтвердили существование диадических эффектов воспринимаемого стресса и супружеского удовлетворения на пренатальную депрессию у беременных женщин с гестационным диабетом и их супругов, используя модель взаимозависимости актера и партнера. Поэтому, учитывая взаимозависимость между партнерами и специфику бинарных данных, анализ бинарных данных следует использовать для дополнения результатов на индивидуальном уровне. Модель взаимозависимости актера и партнера предоставляет эффективный метод для работы с взаимодействиями между бинарными данными, представляя как влияние

собственных факторов на собственные результаты («эффект актера»), так и влияние собственных факторов на результаты одного партнера («эффект партнера»).

Поскольку беременность с высоким риском представляет собой фиксированные факторы риска, крайне важно определить немодифицируемые, но наблюдаемые приоритетные факторы, а также модифицируемые факторы риска и защиты для облегчения диадического совладания во время беременности. Поэтому это исследование было проведено в группе китайских беременных женщин с беременностью с высоким риском и их супругов. Не только сосредоточившись на индивидуальных факторах диадического совладания, но и дополнив его построением APIM для глубокого изучения взаимодействия между партнерами с бинарной точки зрения. Цели этого исследования включали анализ текущей ситуации диадического совладания и различий в стратегиях совладания между партнерами; изучение внутренних и внешних факторов диадического совладания на индивидуальном уровне; и изучение диадических эффектов супружеской удовлетворенности, воспринимаемого стресса и самоэффективности на диадическое совладание обоих партнеров.

Самосострадание определяется как практика предоставления заботы и поддержки себе в трудные периоды [1]. Результаты исследований показывают, что самосострадание демонстрирует умеренную или большую величину эффекта в защите от развития психопатологии. Поскольку приверженность традиционным мужским нормам может потенциально препятствовать самосостраданию мы выдвигаем гипотезу что самосострадание будет служить частичным посредником в отношениях между несоответствием гендерных ролей и мужской депрессией. В частности, ожидается, что помимо прямого положительного влияния несоответствия гендерных ролей на мужскую депрессию, также будет существовать отрицательная корреляция между несоответствием гендерных ролей и самосостраданием. Впоследствии самосострадание будет отрицательно связано с мужской депрессией.

Ограничительная эмоциональность относится к характеристике мужественности, которая включает в себя переживание трудностей в выражении чувств и основных эмоций. Растущий объем доказательств указывает на положительную корреляцию между высоким уровнем ограничительной эмоциональности и снижением психологического благополучия среди мужчин. Эта связь особенно очевидна в повышенной вероятности проявления симптомов депрессии. Таким образом, мы выдвигаем гипотезу , что ограничительная эмоциональность будет действовать как модератор в отношениях между несоответствием гендерных ролей и мужской депрессией. В частности, ожидается, что по мере повышения уровня ограничительной эмоциональности положительное влияние несоответствия гендерных ролей на мужскую депрессию станет более выраженным.

Обсуждение. Несмотря на эти ограничения, настоящее исследование вносит значительный вклад. Прежде всего, выводы и вновь приобретенные знания и идеи относительно механизмов, лежащих в основе связи между несоответствием гендерных ролей и мужской депрессией, могут стать руководством для педагогов, родителей и политиков в содействии современному пониманию мужественности. Способствуя более прогрессивному восприятию мужественности, можно снизить уровень мужской депрессии среди мужчин и мальчиков. Наши выводы и новое понимание механизмов, которые способствуют взаимосвязи между несоответствием гендерных ролей и мужской депрессией, которое они предоставляют, также могут способствовать проведению вмешательств, которые могут снизить мужскую депрессию среди мужчин, которые испытывают

несоответствие гендерных ролей. Во-первых, специалисты в области здравоохранения имеют возможность поддерживать клиентов-мужчин, испытывающих несоответствие гендерных ролей, поощряя их самосострадание, тем самым позволяя им развивать эмоциональную невозмутимость перед лицом негативных мыслей и представлений о себе или своих жизненных обстоятельствах. Во-вторых, специалисты в области здравоохранения могут сотрудничать с клиентами-мужчинами, которые сталкиваются с несоответствием гендерных ролей, чтобы уменьшить их ограничительную эмоциональность, что впоследствии снизит у них уровень мужской депрессии. Когда мужчины переживают несоответствие гендерных ролей, они с большей вероятностью испытывают мужскую депрессию. Однако, когда мужчины испытывают несоответствие гендерных ролей, но сострадательны к себе, они испытывают меньшую мужскую депрессию. Более того, когда мужчины испытывают несоответствие гендерных ролей и имеют более высокий уровень ограничительной эмоциональности, они испытывают более мужскую депрессию.

Заключение. В заключение следует отметить, что настоящее исследование выявило интригующие культурные различия в моделях отношений и преодоления трудностей среди женщин из разных стран, подчеркнув влияние культурных ценностей, норм и убеждений на их поведение в отношениях. Эти результаты содержат ценную информацию для терапевтов и специалистов, работающих с парами из разных культурных слоев. Понимая факторы, влияющие на удовлетворенность женщин отношениями, специалисты из разных стран могут разрабатывать инструменты профилактики и вмешательства, которые учитывают культурные особенности и адаптированы к индивидуальным потребностям, включая учет дисбаланса сил расово-дифференцированных женщин, чьи партнеры-мужчины принадлежат к культурам большинства. Крайне важно иметь точные представления о динамике отношений в различных культурах, чтобы избежать ошибок обобщения и ненужной патологизации женщин, сталкивающихся с проблемами в отношениях.

Литература.

1. Бендас Т.В. Гендерная психология: учебное пособие. – СПб; Питер, 2006. – 431 с.
2. Змановская Е.В. Психология семьи. Основы супружеского консультирования и семейной психотерапии: учебное пособие – Москва: ИНФРА-М, 2021. – 378 с.
3. Куликова, В. А. Изменение гендерных ролей в современном мире как фактор трансформации семейно-брачных отношений и роста конфликтности в семьях / В. А. Куликова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2023. — № 1 (448). — С. 207-209.
4. Берн Ш. Гендерная психология. СПб., 2004 (или 2001). 316 С.
5. Ефремов В.А. Гендерный конфликт и гендерные стереотипы в современной телевизионной рекламе //Материалы Всероссийской конференции. К 250-летию со дня рождения А.С. Шишкова. 2005. 63-65 С.
6. Карнаухова К.С. Исследование гендерных стереотипов: возрастной аспект // Смоленский медицинский альманах. 2015. №3.
7. Ковалёва В.В., Кадацких И.Ю. Особенности гендерных стереотипов студенческой молодёжи // Территория науки. 2017. №2.
8. Поткина Александра Александровна Сексизм и гендерные стереотипы в российской рекламе // Знак: проблемное поле медиаобразования. 2018. №2 (28).

9. Штрикова Д.Б. Гендерные стереотипы в профессиональной деятельности // МНКО. 2016. №1 (56). 8. Чикер В. А., Артемьева Л. И. Гендерные стереотипы в семье (на примере гражданских браков) // Вестник СПбГУ. Серия 12. Социология. 2008. №3.

10. Словарь гендерных терминов [электронный ресурс] – URL: http://www.owl.ru/gender/alphabet.htm (дата обращения: 18.01.2020)

11. Casad B. Wexler B. Gender stereotypes //The SAGE Encyclopedia of Psychology and Gender. 2005. 11.Vedantam S. Schmidt J. Cohen R. Can A Child Be Raised Free Of Gender Stereotypes? This Family Tried. NPR. 2018

ПРОБЛЕМНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ И СОЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ПОДРОСТКОВ

Ермакова Д.А., Волченкова А.А.
(г. Ярославль, Россия)

Аннотация. *Современные подростки формируются в эпоху цифровых технологий, что негативно сказывается на их социализации и здоровье. Утрата навыков общения с людьми является серьезной проблемой и, безусловно, воздействует на адаптационные возможности человека и его социальное взаимодействие. Данная статья содержит теоретические и эмпирические материалы по изучению социального интеллекта подростков в условиях цифровизации.*

Ключевые слова: *цифровизация, социальный интеллект, киберпсихология, подростки.*

Abstract. *Modern teenagers are being formed in the era of digital technologies, which negatively affects their socialization and health. The loss of communication skills with people is a serious problem and, of course, affects the adaptive capabilities of a person and his social interaction. This article contains theoretical and empirical materials on the study of social intelligence of adolescents in the context of digitalization*

Key words*: digitalization, social intelligence, cyberpsychology, teenagers.*

Введение. О значимости средового фактора говорят многие исследователи, начиная с Л.С. Выготского [Выготский, 1984]. Информационная среда, как открытая и постоянно изменяющаяся система нуждается в реструктуризации с учетом наблюдаемых тенденций, социокультурных изменений. Если оценивать влияние цифровизации на все сферы жизни, то создаются новые условия развития промышленности и образования, развития конкуренции, изменяются форматы производства и потребления, порождающее новые требования к базовым компетенциям специалистов на рынке труда. В общественной жизни эти изменения ведут к трансформации культуры поведения и коммуникаций, преобразуют мировоззрение, в целом, меняют способы восприятия и типы мышления, в частности. Происходит тотальное экранирование мира, экраны начинают заменять тексты; наблюдается изменение видения и мироздания; конструирование единичных миров; появились новые формы виртуальной и реальной совместимости: совмещение виртуальных объектов с материальными,

дополненная реальность и многое другое. Как следствие, меняются требования к образовательным технологиям [Лисенкова, 2018].

Данные изменения влекут за собой новые требования к развитию личностных качеств, изменяя когнитивные функции и формируя новые запросы на развитие социального интеллекта. Парадокс заключается в том, что от взрослого человека требуют высокого уровня проявления эмоционального интеллекта, в то время как цифровизация зачастую негативно влияет на формирование этой личностной характеристики у детей. На вопрос о развитии социального интеллекта школьников стали обращать особое внимание, так как с каждым днем мы убеждаемся в его необходимости, как в одном из самых незаменимых навыков коммуникации. Социальный интеллект – это интеллект индивида, формирующийся в ходе его социализации, под воздействием условий определенной социальной среды. Социальный интеллект можно рассматривать как высший уровень развития интеллекта [Андреева, 2010].

Чтобы изучить социализацию подростков в обществе и в вирутальном пространстве, мы опираемся на теоретические положения современной литературы по киберпсихологии, возрастной и педагогической психологии (Г. М. Андреевой, Е. П. Белинской, А. Е. Войскунского, А. А. Лисенковой, Т. А. Нестика, Г. У. Солдатовой, Д. В. Ушакова и др.). Данное исследование актуально в связи с тем, что стоит высокая потребность практики в изучении личностного и социального портрета подростка в цифровую эпоху.

Цель – изучить специфику социального интеллекта подростков в контексте цифровизации.

Гипотеза – проблемное использование социальных сетей оказывает влияние на степень развития социального интеллекта подростков.

Методика и процедура исследования.

Испытуемые. Выборка состоит из подростков разных населенных пунктов, где люди имеют доступ в интернет и не имеют по погодным условиям. Так, исследование проводилось на базе школ г. Ярославля (Ярославская область) и п. Тикси (Республика Саха). В качестве испытуемых выступили 115 подростков, учеников 6-9 классов в возрасте от 13 до 16 лет (50 девочек и 65 мальчиков).

Использовались следующие *методики:* тест социального интеллекта Гилфорда (Гилфорд, 1977), опросник степени увлеченности компьютерными играми подростков (Гришина, 2014) и опросник проблемного использования социальных сетей (Marino et al, 2017). *Обработка данных и статистический анализ результатов:* Использовались процедуры описательных статистик, проверки на нормальность распределения, а также однофакторный дисперсионный анализ.

В соответствии с результатами, полученными по показателям социального интеллекта, все испытуемые сначала были разделены на две группы. В группу I вошли испытуемые, которые обладают высоким и средним уровнем социальным интеллектом, а в группу II – испытуемые, которые обладают низким уровнем социального интеллекта.

В ходе статистической обработки данных применялся однофакторный дисперсионный анализ, который имел своей целью определение различий между исследуемыми параметрами.

Результаты и их обсуждение. В результате проведения процедуры дисперсионного анализа, были выявлены различия между исследуемыми с низким/средним и высоким уровнем социального интеллекта. Показатели «регуляция эмоций в социальных сетях» ($F=1,1$; $p=0,3$) «эмоциональное отношение к компьютерным играм» ($F=1,9$; $p=0,1$) ниже у подростков первой группы (с нормальным уровнем социального интеллекта). Иными словами, чем выше

уровень социальный интеллекта у испытуемых, тем меньше социальные сети и компьютерные игры используются как способ регуляции эмоций и наоборот. Данный результат можно объяснить тем, что люди с более низким уровнем социального интеллекта часто не могут распознать свои эмоции и эффективно управлять ими без использования вешних средств, таких как социальные сети и компьютерные игры. Они не мотивированы общаться с реальными людьми и находить поддержку и удовлетворение в реальном мире.

Также, анализ межгрупповых различий показал, что у испытуемых с нормальным уровнем социального интеллекта степень самоконтроля в компьютерных играх (F=1,6; p=0,1) и компульсивность использований социальных сетей (F=2,5; p=0,1) выше, чем у группы испытуемых с низким уровнем социального интеллекта. Таким образом, подростки, имеющие высокий или средний уровень социального интеллекта могут отвлечься от игры без негативных эмоций и при необходимости спланировать окончание игры, но также, им свойственно компульсивное стремление чаще возвращаться в социальные сети. Этот результат можно объяснить тем, что в основе интернет-зависимого поведения лежит низкий самоконтроль, неспособность контролировать свои желания, стремление к немедленному их удовлетворению любым способом. При этом, согласно теории контроля, самоконтроль — это социальное качество, связанное с воспитанием, ослаблением или разрывом связей человека с обществом или с его группой. В своем исследовании Н. А. Цой выявила, что опосредующую роль в механизме развития интернет-зависимости играет низкий самоконтроль как социальный фактор, а не характеристика личности, следовательно, низкий уровень самоконтроля в интернет пространстве влияет на разные сферы повседневной жизни: дружеские отношения, учеба в вузе, занятия в свободное время, следовательно, и на социальный интеллект в большей степени у интернет-зависимых, чем у не интернет-зависимых пользователей [Цой, 2011].

Также, по результатам однофакторного дисперсионного анализа, были выявлены различия между исследуемыми группами подростков с проблемным и нормальным уровнем цифровизации. Результаты «Истории с завершением» (F=1; p=0,1) и «Группы экспрессии» (F=5; p=0,1) показали, что подросткам с отсутствием проблем в использовании социальных сетей характерна способность прогнозировать поведение людей в определенной ситуации и способность к логическому обобщению, выделению общих существенных признаков в различных невербальных реакциях человека. Данный результат можно объяснить тем, что что подростки с отсутствием проблем в использовании социальных сетей получают опыт невербального взаимодействия в реальной жизни, что развивает у них умение управлять и распознавать невербальные реакции других людей и прогнозировать их поведение. Д. Гоулман в своих работах, также отмечает недостатком сетевого общения отсутствие невербального общения в реальной жизни [Гоулман, 2018].

Литература.

1. Андреева Г.М. Социальная психология / Г.М. Андреева. – М.: Аспект Пресс, 2010. – 368 с.

2. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6 т. Т. 4. / Под ред. Д.Б. Эльконина. М.: Педагогика, 1984.

3. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ// Манн, Иванов и Фербер. 2018. - 560 с.

4. Лисенкова А.А. Вызовы и возможности цифровой эпохи: социокультурный аспект // Российский гуманитарный журнал. 2018. №3. С. 73-76.

5. Цой Н.А. Низкий самоконтроль как один из детерминирующих социальных факторов феномена интернет-зависимости // Журнал социологии и социальной антропологии. - 2011. - №3. - 72-85 с.

ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПЕРФЕКЦИОНИСТСКИХ ТЕНДЕНЦИЙ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ

Жуманиязова И.К.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *Перфекционизм – это установка человека на высокие требования к себе и окружающим, а также постоянное стремление к достижению идеального результата. С ростом социальных сетей среди молодежи усилилось стремление к совершенству и сравнение себя с другими. Данная научная статья направлена на изучение того, как социальные сети развивают перфекционистские тенденции.*

Ключевые слова: *личность, перфекционизм, деятельность, социальная активность, формы социальной активности, различные возрастные группы.*

Annotation. *Perfectionism is an individual's inclination to establish elevated expectations for oneself and others, coupled with an incessant pursuit of attaining optimal outcomes. The proliferation of social networks has exacerbated the pursuit of perfection and the need to compare oneself to others among youth. This research study seeks to investigate the development of perfectionist tendencies inside social networks.*

Keywords: *personality, perfectionism, engagement, social engagement, types of social engagement, various age groups.*

В социальном обществе каждый человек принадлежит к различным социальным группам. Следует отметить, что каждый человек формируется в рамках различных институтов [5], и это влияние становится заметным со временем, создавая противоречивые условия не только в самих усваиваемых нормах, но и в критериях их соответствия [6].

В качестве такого критерия может проявляться перфекционизм, который в научной литературе определяется как стремление человека к совершенствованию результатов своей деятельности, самосовершенствованию и стремлению быть свободным от недостатков во всем [7, 8]. В качестве компонентного состава перфекционизма исследователи L. Hewitt и G. L. Flett [10] предлагают рассмотреть перфекционизм, ориентированный на себя, перфекционизм, ориентированный на других и социально предписанный перфекционизм.

Теоретические данные показывают, что история развития проблемы перфекционизма иллюстрирует многообразие его концептуализации: перфекционизм определяется как вредное, патогенное (невротическое) явление [1, 11], а также как потенциал субъекта к саморазвитию [4, 8, 9] и возможность самостоятельно определять свою судьбу [2]. К этому также относится высокий уровень стандартов деятельности, предъявляемых человеком к себе в стремлении к совершенству.

Положительная оценка конструктивного перфекционизма связана с определением критериев его применения на практике, среди которых выделяются

стремление к успеху, способность учитывать свои ресурсы и ограничения, установка реалистичных целей и готовность адаптировать личные стандарты в зависимости от жизненных ситуаций [8]. В случае, если успех оказывается неожиданным, готовность к риску, участие в личностном развитии [2], необходимость устранения несоответствия между реальным и желаемым образом себя [4], а также стабильные мотивы, убеждения и отношения, связанные с другими потребностями — это способность быть совершенным как по отношению к себе, так и к другим [3]. Только в этом случае личность не окажется под влиянием проблем, возникающих в результате высокого перфекционизма.

Увеличение перфекционизма среди молодежи часто происходит через социальные сети. Социальные платформы служат важным инструментом для молодежи в самооценке, сравнении с другими и создании идеального образа жизни. Они постоянно сталкиваются с изображениями и историями успешных людей. Эта ситуация, в свою очередь, приводит к формированию у них высоких стандартов и идеальных требований. Успехи, счастье, красота и богатство, отраженные в социальных сетях, побуждают молодежь постоянно сравнивать себя с другими и ставить перед собой высокие требования.

Различные исследования показывают, что идеальный образ жизни, отражаемый в социальных сетях, может негативно влиять на психическое здоровье молодежи. В результате молодежь может ставить перед собой высокие требования и сталкиваться со стрессом и психическим давлением. Информация, представленная через социальные сети, часто является отобранной и может не соответствовать действительности, что приводит к отчуждению молодежи от реальной жизни. Все это снижает уровень самодостаточности молодежи и вызывает чувство неудовлетворенности жизнью.

В этом контексте изучение перфекционизма является важным для улучшения психологического здоровья молодежи. Самооценка, осознание своих возможностей и установление социальных отношений имеют крайне важное значение. Необходимо воспитывать молодежь в духе здоровой конкуренции и учить их избегать идеализации в социальных сетях. Поддержание здорового уровня самооценки поможет избежать сравнения себя с отраженными в социальных сетях успехами.

Эти процессы укрепляют уверенность молодежи в себе и обеспечивают психическую стабильность. Глубокое изучение взаимосвязи между социальными сетями и перфекционизмом открывает возможности для создания здоровой социальной среды среди молодежи. Это не только улучшает психологическое здоровье молодежи, но и способствует укреплению их социальных отношений.

Таким образом, понимание взаимосвязи между социальными сетями и перфекционизмом имеет большое значение для сохранения психологического здоровья современных молодых людей и направления их к здоровым взаимным отношениям. Правильное понимание и использование социальных сетей помогут молодежи сохранить свою индивидуальность и избежать идеализации.

Перфекционизм в основном основывается на требованиях, которые человек ставит перед собой, и на подходах к сравнению с другими. Увеличение перфекционизма среди молодежи часто связано с развитием современных социальных сетей. Социальные сети, такие как Instagram, Facebook и TikTok, постоянно побуждают пользователей сравнивать себя друг с другом и оценивать свои успехи. Молодежь, как правило, сталкивается с идеализированным образом жизни и успехами, представленными на этих платформах, которые часто далеки от реальной жизни. В результате они могут чувствовать себя неполноценными по сравнению с другими, что, в свою очередь, приводит к постановке высоких требований к себе.

Кроме того, на социальных сетях часто появляются фотографии и истории успешных людей, что способствует тому, что молодежь ставит перед собой высокие требования и формирует идеальные представления о том, каких успехов они хотят достичь в жизни. Эти идеальные представления могут негативно влиять на психическое здоровье молодежи, так как они чувствуют постоянное стремление к достижению идеала. Эти процессы также могут вызывать такие проблемы, как неудовлетворенность жизнью, депрессия и тревога.

Контент, распространяемый через социальные сети, часто является отредактированным и демонстрирует идеализированные состояния. Молодежь может воспринимать эту информацию как реальность, что снижает их уверенность в себе. Они также пытаются добиться удовлетворения, сравнивая свою жизнь с жизнью других. В результате это ухудшает их психоэмоциональное состояние и снижает уровень самоуважения.

Самооценка и сравнение с другими играют важную роль в адаптации молодежи к социальным условиям. Социальные сети побуждают молодежь вступать в конкурентную борьбу и постоянно сравнивать себя с другими, что, в свою очередь, снижает уровень самоуважения. В условиях постоянной конкуренции молодежь ставит перед собой высокие требования по сравнению с другими. Эта ситуация, со временем, может негативно сказаться на психическом здоровье.

Особенностью перфекционизма является его проявление в трех типах: самоперфекционизм, перфекционизм по отношению к другим и социальные требования. Самоперфекционизм обозначает высокие требования, которые человек ставит перед собой. Перфекционизм по отношению к другим подразумевает стремление человека к сравнению себя с другими и к их успехам. Социальные требования – это третий тип перфекционизма, который выражается в стремлении соответствовать стандартам, установленным обществом. Молодежь через социальные сети одновременно испытывает все три перфекционистских подхода, что негативно влияет на их психоэмоциональное состояние.

Кроме того, усиление перфекционизма среди молодежи связано с конкурентной атмосферой, созданной социальными сетями. Молодежь стремится к самооценке, сравнивая свои успехи с достижениями других. Этот процесс формирует у них высокие стандарты и идеальные требования. В результате они постоянно чувствуют, что должны стремиться к идеальному состоянию, которого хотят достичь в жизни.

В социальных сетях часто появляются указания на успех и счастье. Эти условия формируют идеализированный образ жизни среди молодежи. Сравнивая свою жизнь с успехами других, молодежь ставит перед собой высокие требования. Этот процесс может привести к снижению уровня самоуважения и негативно сказаться на психическом здоровье.

Поэтому необходимо воспитывать молодежь в духе здоровой конкуренции и обучать их поддерживать адекватную самооценку. Это может привести к избеганию идеализации в социальных сетях и к изменениям в самооценке. Молодежь может научиться избегать сравнений с успехами, показанными в социальных сетях, и адаптироваться к реальной жизни.

Такое обучение повысит уверенность молодежи в себе и обеспечит их психологическую стабильность. Более глубокое изучение связи между социальными сетями и перфекционизмом позволяет создать здоровую социальную среду среди молодежи. Это поможет не только улучшить психологическое здоровье молодежи, но и укрепить их социальные отношения.

Проблема влияния социальных сетей на формирование перфекционистских тенденций среди молодежи является важной частью современной жизни, и у нее есть несколько причин:

- *В социальных сетях молодежь постоянно видит блестящие жизни, достижения и творческие работы других, что приводит к повышению их собственных требований. Это сравнение заставляет молодежь сопоставлять себя с другими, чувствуя себя неудовлетворительными и недостаточными;*
- *Контент в социальных сетях часто отредактирован и идеализирован. Молодежь сталкивается с изображениями, которые адаптированы и далеки от реальной жизни. В результате они сравнивают свои жизни с этими идеальными образами, что может привести к недооценке реальных возможностей;*
- *Идеальные образы успеха и счастья в социальных сетях вызывают у молодежи постоянный стресс и психологическое давление. Они стремятся постоянно достигать идеального состояния, что может привести к стрессу, депрессии и чувству недовольства жизнью;*
- *Сравнение в социальных сетях формирует атмосферу конкуренции среди молодежи, что ведет к отсутствию здоровой конкуренции. Конкуренция между их достижениями и возможностями часто сопровождается негативными чертами, что дополнительно усиливает перфекционистские тенденции;*
- *Социальные сети могут помогать молодежи в самооценке, однако этот процесс часто оказывается нездоровым. Видя идеальные жизни, молодежь начинает ставить перед собой высокие требования, что негативно сказывается на психическом здоровье*

В результате понимание взаимосвязи между социальными сетями и перфекционизмом имеет важное значение для поддержания психического здоровья современных молодежи и для формирования здоровых межличностных отношений. Для понимания связи между социальными сетями и перфекционизмом в разделе результатов мы проиллюстрируем основные выводы с помощью различных диаграмм и графиков (Рисунок 1).



Влияние социальных сетей среди молодежи (рис 1)

В указанной диаграмме выделены основные аспекты влияния социальных сетей на молодежь. Фотографии успешных людей, видимые на социальных платформах, идеальный образ жизни и сравнение себя с другими приводят к тому, что молодежь ставит перед собой высокие требования.

Также отражается, как идеализированные образы жизни в социальных сетях негативно влияют на психическое здоровье молодежи. Презентация успехов и красоты постоянно приводит молодежь к стрессу и депрессии (Рисунок 2).



Влияние социальных сетей (рис 2)

Перфекционизм, то есть стремление к совершенству, является распространенной проблемой среди современной молодежи. Из-за влияния социальных сетей молодые люди постоянно сравнивают себя с другими и ощущают необходимость соответствовать идеальному образу жизни. Этот процесс может негативно сказаться на психическом здоровье, вызывая такие проблемы, как стресс, депрессия и неудовлетворенность жизнью. Поэтому необходимо преодолевать перфекционизм и воспитывать молодежь в духе здоровой конкуренции.

Следующие рекомендации предлагают методы, направленные на снижение негативных последствий перфекционизма и укрепление уверенности молодежи в себе. Эти методы служат не только для личностного развития, но и для создания положительных изменений в обществе. Рекомендации по преодолению перфекционизма имеют важное значение.

Воспитание в духе здоровой конкуренции: Обучение молодежи в здоровой конкурентной среде повышает их уверенность в себе и улучшает социальное здоровье. Этот подход учит молодежь уважать свои достижения и принимать конкуренцию с другими в дружеском ключе, что помогает избежать негативных последствий перфекционизма.

- *Поддержание здоровой самооценки: Сохранение здоровой самооценки помогает молодежи реалистично воспринимать свои способности и достижения. Осознание собственных возможностей и отсутствие сравнений с другими способствуют преодолению перфекционизма.*
- *Избегание идеализации: Важно не поддаваться влиянию идеализированных образов жизни, представляемых в социальных сетях, и принимать свою жизнь в реальных условиях. Обучение молодежи принятию реальных проблем и недостатков помогает снизить негативные эффекты идеализации.*
- *Правильное использование социальных сетей: Во время использования социальных сетей необходимо обучать молодежь анализировать информацию в социальных медиа и подходить к ней критически. Это поможет им отличать реальность от идеализированных образов жизни и распознавать истинные достижения.*

Перфекционизм следует рассматривать как социальный фактор, вызывающий проблемы психического здоровья среди молодежи. Социальные сети — это мощные платформы, влияющие на самооценку молодежи и их сравнение с другими. Идеализированные образы жизни и успеха, представленные на этих платформах, отделяют молодежь от реальной жизни и побуждают их ставить высокие стандарты. В результате этот процесс может усиливать чувства стресса, тревоги и неудовлетворенности жизнью.

Поэтому стратегии, такие как здоровая конкуренция, поддержание здоровой самооценки, избегание идеализации и правильное использование социальных сетей, имеют важное значение для улучшения психического

здоровья молодежи. Эти рекомендации побуждают молодежь принимать реальные проблемы, давать реалистичную оценку своим достижениям и развивать здоровые отношения в условиях сетевой среды.

В итоге, психологическая поддержка и образование играют ключевую роль в преодолении перфекционизма. Молодежь может избежать негативных последствий перфекционизма, повышая самооценку, управляя стрессом и развивая здоровые отношения. Этот процесс обеспечивает не только личное благополучие, но и социальную стабильность.

Литература,

1. Гаранян Н. Г., Холмогорова А. Б., Юдеева Т. Ю.Перфекционизм, депрессия и тревога // Консультативная психология и психотерапия. 2001. Т. 9, № 4. С. 18–48.

2. Золотарёва А. А. Перфекционизм в структуре само- регуляции личности // Психология и психотехника. 2012. № 3 (42). С. 58–68.

3. Ильин Г. С. Социально-психологическая интерпретация феномена «appearance» перфекционизм // Северо-Кавказский психологический вестн. 2011. Т. 9, вып. 2. С. 43–46.

4. Подбуцкая Н. В., Кныш А. Е., Богдан Ж. Б. Использование профессиональных фотографий для самопрезентации в социальных медиа как показатель лич- ностного перфекционизма // Социальная психология и общество. 2019. Т. 10, № 4. С. 112–130. DOI: 10.17759/ sps.2019100408

5. Шамионов Р. М. Социализация личности : системно- диахронический подход // Психологические исследования. 2013. Т. 6, № 27. С. 8 [Электронный ресурс]. URL: http://psystudy.ru (дата обращения: 21.04.2020).

6. Шамионов Р. М. Социальная активность личности и группы : определение, структура и механизмы // Вестн. РУДН. Серия: Психология и педагогика. 2018.Т. 15, № 4. С. 379–394. DOI: 10.22363/2313-1683-2018-15-4-379-394

7. Frost R. O., Heimberg R. G., Holt C. S., Mattia J. I.,Neubauer A. L. A comparison of two measures of perfectionism // Personality and Individual Differences. 1993. Vol. 14, № 1. P. 119–126. DOI: 10.1016/0191- 8869(93)90181-2

8. Hamachek D. E. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism // Psychology. 1978. № 15. P. 27–33.

9. Hesler K. Perfectionism, Social Support, and Social Anxi- ety in College Students // Proceedings of GREAT Day.Vol. 2015, Article 9. Available at: https://knightscholar. geneseo.edu/proceedings-of-great-day/vol2015/iss1/9 (дата обращения: 16.02.2020).

10. Hewitt P., Flett G. Perfectionism in the Self and Social Context : Conceptualisation, Assessment and Associa- tion with Psychopatology // J. of Personality and Social Psychology. 1991. Vol. 60, № 3. P. 456–470.

11. Shafran R., Mansell W. Perfectionism and psychopa- thology : a review of research and treatment // Clinical Psychology Review. Aug 2001. 21 (6). P. 879–906. DOI: 10.1016/S0272-7358(00)000072-6 Вып. 11. С. 79–87.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОПИСАНИЕ КОПИНГ-СТРАТЕГИИ СПЕЦИАЛИСТАМИ, РАБОТАЮЩИЕ С ДЕТЬМИ ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Жуманиёзова Н.Р.
(г.Ургенч, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье представлено психологическое описание копинг-стратегий специалистов, работающих со студентами с ограниченными возможностями. Копинг-стратегии направлены на преодоление трудностей в различных сферах психической деятельности. Даны психологические рекомендации, направленные на преодоление профессиональных проблем педагогов, психологов, дефектологов и педагогов, работающих со студентами с ограниченными возможностями здоровья. Объяснена важность копинг-стратегий в предотвращении профессионального эмоционального стресса и стресса.*

Ключевые слова: *инвалидность, специалист, педагог, дефектолог, логопед, профессиональное развитие, общественная среда, взаимная поддержка, жизненные кризисы, профессиональное угасание, стратегия совладания, эмоциональный стресс, методы совладания, психологический ресурс, внутренние (личностные) ресурсы, профессиональный рост, психологическое насилие, когнитивное поле, эмоциональное поле, поведенческое поле, внешний запрос, внутренний запрос, жизненные ситуации.*

Annotation. *This article presents a psychological description of coping strategies of professionals working with students with disabilities. Coping strategies are aimed at overcoming difficulties in various areas of mental activity. Psychological recommendations aimed at overcoming professional problems of pedagogues, psychologists, defectologists and educators working with students with disabilities are given. The importance of coping strategies in preventing professional emotional stress is explained.*

Key words: *disability, expert, pedagogue, defectologist, speech therapist, professional development, community environment, mutual support, life crises, professional fading, coping strategy, emotional stress, coping methods, psychological resource, internal (personal) resources, professional growth, psychological strength, cognitive field, emotional field, behavioral field, external demand, internal demand, life situations.*

Введение. Одной из важных задач современного общества является создание удовлетворительных условий для людей с ограниченными возможностями. Вопросы интеграции детей-инвалидов в общество и образование актуальны для медицины, социологии, психологии, педагогики и других наук. На государственных органах и ответственных лицах лежит ответственность за создание возможностей для этой категории лиц для профессионального и личностного развития. Важна роль специалистов в комплексной реабилитации студентов-инвалидов, психологическом сопровождении и адаптации к новым условиям. Одной из основных задач специалистов, работающих в этой области, является учет их индивидуально-психологических особенностей при создании необходимых условий для организации обучения и воспитания учащихся с ограниченными возможностями здоровья. Однако мы знаем, что проблемы специального образования могут вызвать у специалистов профессиональный

стресс. Повышение стрессоустойчивости, не впадать в депрессию в проблемных ситуациях, проявлять верность своей профессии – важные человеческие качества.

Анализ литературы по теме. На основе статистических данных мы можем наблюдать, что уровень инвалидности увеличивается, что создает необходимость научных исследований, направленных на изучение профессиональных проблем, возникающих в работе специалистов, работающих со студентами с ограниченными возможностями здоровья. Научные исследования по изучению проблемы инвалидности можно наблюдать в научных исследованиях зарубежных источников, в том числе стран Содружества Независимых Государств и узбекских ученых. Среди узбекских ученых-педагогов М.Ю.Аюпова, Ш.М.Амирсаидова, У.Ю.Файзиева, М.У.Хамидова, Л.Р.Моъминова, М.П.Полатова, Д.Нуркельдиева, В.С. Хотя научные исследования проводились Рахмоновой, исследованиям, посвященным психологическому описанию копинг-стратегий у специалистов, работающих со студентами с ограниченными возможностями, не было уделено внимания. Е.В. Морозова, Е.М. Старобина, О.Н. Владимирова, А.Т. Давыдова, М.И. Разумовский, Л.А. Видно, что такие ученые, как Козхушко, в своих научных исследованиях уделяли особое внимание таким вопросам, как социальное положение инвалидов и самооценка. По мнению Морозовой, важно обращать внимание лиц на их поведение в преодолении проблемных ситуаций. В рамках исследований в области современной психологии В. Н. Поникаров и Ю. Ю. Алексина изучили основные направления применения эффективных копирующих стратегий у лиц с инвалидностью. Е.С.Заицев и И.Г.Маракушина научно исследовали значение копирования стратегий у тех, кто страдает церебральным параличом. С.Л. Богомаз и С.Ф. Пашкович изучили стратегии преодоления проблемных ситуаций у людей с проблемами в мышечно-скелетной системе. В исследованиях В.Н. Дворак, К.А.Камозина, С.А.Станибули, Т.В.Ледовская, О.А.Пезчиковой были изучены стратегии копирования трудовой деятельности лиц с инвалидностью. Н. Г. Регьера, П. А. Пармелева изучили депрессию инвалидов и уделили особое внимание вопросам применения копирующих стратегий в преодолении этих проблем. Однако недостаточно проведены исследования, направленные на повышение устойчивости к проблемам у специалистов с ограниченными возможностями.

Методика исследования. Сегодняшний современный мир меняется с беспрецедентной скоростью и инновациями. Некоторые вещи, которые были нам знакомы еще вчера, сегодня вызывают у нас удивление. У большинства людей уже есть внутренние конфликты с самим собой. Но необходимо срочно пересмотреть возможности воздействия на них извне. Многие стрессовые ситуации наблюдаются в результате эпидемий различных форм заболеваний, роста безработицы, регулярного повышения цен, непонимания в системе взаимоотношений между людьми, увеличения семейных споров, неполного удовлетворения желаний. Невозможно жить в состоянии постоянного стресса, мы это точно знаем. Причина в том, что постоянный стресс приводит к депрессии. Депрессия вызывает различные заболевания. Тот факт, что подобные ситуации случаются со специалистами, работающими со студентами-инвалидами, приводит к их «затуханию» по отношению к своей профессии. Поэтому, как бы ни было сложно, человек должен стремиться освободиться от стресса и находить пути преодоления проблем, разрабатывать собственные стратегии.

Понятие «механизмы психологической защиты» было введено в науку Зигмундом Фрейдом, в котором человек пытается найти решение проблемной ситуации посредством бессознательных автоматических действий, которые устраняют или уменьшают конфликт с ним, то есть защищают его от негативных ситуаций, помогают сохранить целостность его внутреннего мира. Как мы знаем,

проблемные ситуации, происходящие с человеком, можно разделить на три типа. Это адаптивные, неадаптивные и частично адаптивные. Особенности опросника «Копинг-стратегии», предложенного Р. Лазарусом, можно определить следующим образом. Копинг-стратегии предназначены для выявления способов преодоления трудностей у людей, испытывающих трудности в различных областях психического функционирования. Это изучение причин и особенностей патологии у больных нервно-психическими заболеваниями, управление поведением людей в стрессовых ситуациях, определение проблемной толерантности в ходе групповой или индивидуальной психотерапии с учетом формирования гибких форм поведения здоровых или психоневрологическим людям при стрессе, дает эффективный результат при составлении психогигиенических и психопрофилактических программ. Этот опросник полезен при определении индивидуального стиля борьбы со стрессом. Кроме того, он эффективен для диагностики особенностей поведения личности, использования психологических и психических ресурсов.

Анализ и результаты. Цель исследования совладающих стратегий у специалистов, работающих со студентами с различными нарушениями зрения (зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, речи, умственной отсталости, аутизма и умственной отсталости). В исследовании приняли участие 670 респондентов с использованием анкеты «Совладающие стратегии», предложенной Р. Лазарусом. Данный опросник предназначен для определения механизмов преодоления социальных и профессиональных проблем в жизни, способов преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности, адаптированный Л. Крюковой и Е. В. Куфтяк. По мнению авторов, изучавших стратегии преодоления трудностей, существуют когнитивные и поведенческие действия, которые постоянно меняются, чтобы управлять внешними и внутренними требованиями, уникальными для человека. В исследовании уделено внимание вопросам использования копинг-стратегий, рационального использования своих психологических ресурсов, достижения снижения профессионального стресса, снижения негативных последствий профессионального стресса, избегания трудностей или терпения к этим трудностям при решении проблемных ситуаций специалистов. работа со студентами-инвалидами. Проанализированы шкалы копинг-стратегий, дистанцирования, самоконтроля, социальной поддержки, принятия ответственности, избегания проблем, планирования решения проблем, социальной переоценки в опроснике Копинг - стратегии предложенном Р. Лазарусом.

По результатам опроса, из 670 респондентов, у 67 есть умение управлять конфликтами, у 146 - дистанция в отношениях, у 54 - самоконтроль, у 99 - социальная поддержка, у 95 - ответственность, у 88 - избегание проблем, у 90 - планирование решения проблем и социальная переоценка обнаружена у 31 человека. (Рисунок 1).

Анализ приведенной выше диаграммы показывает, что 10% специалистов, работающих с учителями с ограниченными возможностями, боролись с конфликтами. В конфликтных ситуациях человек склонен к агрессивному поведению, чтобы изменить ситуацию. Такие личности обладают высокой степенью враждебности и склонностью к риску. В 22% самый высокий процент продемонстрировал желание сохранить дистанцию в отношениях, отстраниться от ситуации и выполнить когнитивные действия, чтобы снизить ее значимость. 8% проявили самообладание, стремясь регулировать свои эмоции и действия. В 15% случаев по результатам шкалы социальной поддержки у людей наблюдалось стремление получить информацию, стремление найти эффективную и эмоциональную поддержку, действия. 14% проявили ответственность, поиск путей решения проблем, осознание собственной роли в этих проблемах, стремление к

поиску решения. У 13% респондентов наблюдается избегание проблем, они постоянно стараются избежать проблем, не ища решения возникающих с ними проблем. У 13% тестируемых по шкале планирования решения проблемы имеются произвольные действия по изменению ситуации, материнский подход к проблеме. У 5% испытуемых зафиксированы результаты по положительным шкалам переоценки. На этом уровне предпринимаются действия для создания позитивного значения с упором на личностный рост. Например, человек следует своим религиозным знаниям при решении своих проблем, настаивая на том, что именно он является причиной таких испытаний.



Рисунок 1. Психологическое описание копинг-стратегий специалистов, работающих с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Важное значение имеет формирование уверенности специалистов в своих силах в преодолении трудностей в профессиональной и личной жизни. Постоянные конфликты с людьми. Людям, которые предпочитают сохранять дистанцию в отношениях, трудно решать проблемы. Важно осознавать ситуацию, активно менять ситуацию, управлять ситуацией и адаптироваться к ней через осознанное поведение при столкновении с профессиональными проблемами. Эти концепции важны для социальной адаптации здоровых людей. Его методы и стратегии рассматриваются как отдельные элементы сознательного социального поведения, посредством которых человек преодолевает трудности в жизни. В проведенной анкете было предложено 50 утверждений относительно поведения в трудных жизненных ситуациях. В зависимости от полученных результатов можно оценить, насколько часто происходит такое поведение.

Выводы и предложения. Таким образом, копинг-стратегиями специалистов, работающих со студентами-инвалидами, являются совладание с конфликтом, сохранение дистанции в отношениях, самоконтроль, социальная поддержка, принятие ответственности, избегание проблем, планирование решения проблем, социальное реагирование. - отражено в оценке. Каждый специалист должен хорошо понимать объектно-субъектные отношения в возникающих с ним профессиональных проблемах, должен знать индивидуально-психологические особенности детей с дефектами зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата и речи. Это вызовет у специалистов чувство удовлетворенности своей работой, предотвратит «профессиональное выгорание», повысит личные достижения. Мы знаем, что для каждого человека важно его здоровье. Для достижения этого важны его раннее распознавание проблемных ситуаций, его способность управлять ситуацией и стремление найти положительное решение. В заключение следует

подчеркнуть, что специалисты, работающие со студентами с ограниченными возможностями, могут улучшить качество их жизни, профессиональный рост, проблемные ситуации и стрессоустойчивость за счет повышения их способности эффективно работать.

Литература.

1. Lazarus, R.S.; Folkman, S. Stress, Appraisal, and Coping; Springer Publishing Company: New York, NY, USA, 1984.
2. Lee, J.; Pomeroy, E.C.; Bohman, T.M. Intimate partner violence and psychological health in a sample of Asian and Caucasian women: The roles of social support and coping. J. Fam. Viol. 2007, 22, 709–720. [CrossRef]
3. Carver CS, Scheier MF, Weintraub JK. Assessing coping strategies: a theoretically based approach. J Pers Soc Psychol. (1989) 56:267.
4. Абульханова, К. А. Принцип субъекта в отечественной психологии / К. А. Абульханова // Психология. Журнал Высшей школы экономики. - 2005. - Т. 2. - № 4. - С. 3-21.
5. Аверченко, Л. К. Психологические этюды о стрессе: учебно-методическое пособие / Л. К. Аверченко. - Новосибирск: Изд-во НГАЭиУ. 1997. - 92 с.
6. Богданов, В. А. Социально-психологические свойства личности: учебное пособие / В. А. Богданов. - Л.: ЛГУ, 1983. - 89 с.
7. Бодров, В. А. Проблема преодоления стресса. Часть 1. «Coping stress» и теоретические подходы к его изучению / В. А. Бодров // Психологический журнал. - 2006. - Т. 27. - № 1. - С. 122-133.
8. Борневассер, М. Стресс в условиях труда / М. Борневассер // Иностранная психология. - 1994. - №1. - С. 44-50.
9. Волкова, Н. В. Coping strategies как условие формирования идентичности / Н. В. Волкова // Мир психологии. - 2004. - №2 (38). - С. 119124.
10. Крюкова Т.Л. П. Методы изучения совладающего поведения: три копинг - шкалы. изд. 2-е, исправленное, дополненное). – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова – Авантитул, 2010. – 64 с.
11. B.B.Nurullayeva. Педагогларда касбий зўриқиш ва уни коррекцияси ўқув услубий қўлланма. Урганч. 2008
12. Jumaniyozova N.R. Autizm sindromli bolalar ota- onalarining koping strategiyalarini psixologik tavsifi // «Psixologiya» -Buxoro, 2022.-№ 4 B- 93-97. (19.00.00. №5)

SOCIAL PSYCHOLOGICAL FEATURES OF STRESS PREVENTION IN THE PROFESSIONAL ACTIVITY OF THE INDIVIDUAL (ON THE EXAMPLE OF HIGHER EDUCATION EDUCATORS)

Jumanova U.S.
(Guliston, Uzbekistan)

Abstract. *In educational and scientific research institutions all over the world, scientific research is carried out to clarify stress and the emotional, cognitive factors that cause it, reduce the manifestation of professional deformation observed as a result of negative complications of stress in an individual's professional activity, worsen the social psychological health of employees, decrease in competitiveness qualities, shape the individual's resistance to professional stress. In an analysis of literature on occupational stress, we examined how uncertainty in work activities, conflicts, insufficient control, overload of work, low salary and a number of other similar problems cause psychosomatic disorders and negative behavioral consequences*

Keywords. *Stress, depression, aggression, distress, eustress, deformity, emotional, cognitive, depersonilization, psychosomatic, somatapsychic.*

Аннотация. *Во всем мире в образовательных и научно-исследовательских учреждениях ведутся научные исследования по уточнению стресса и вызывающих его эмоциональных, познавательных факторов, снижению проявлений профессиональной деформации, наблюдаемых в результате негативных осложнений стресса в профессиональной деятельности личности, ухудшению социально-психологического здоровья работников, ослаблению качеств конкурентоспособности, формированию устойчивости личности к профессиональному стрессу. Анализ литературы по профессиональному стрессу показал, что неуверенность в производительности, конфликты, недостаточный контроль, перегрузка работой, низкая заработная плата и ряд других подобных проблем приводят к психосоматическим заболеваниям и негативным поведенческим последствиям*

Ключевые слова. *Стресс, депрессия, агрессия, дистресс, эустресс, деформация, эмоциональная, когнитивная, деперсонализация, психосоматическая, соматапсихическая,*

Today, stress in the professional activity of a person is a psychological problem, both theoretically and practically, throughout the world. Globally, there are crisis situations in addition to development, growth in political, economic, technical and other areas. Because of these crises, it is much observed that a person falls into stressful situations. This is certainly caused by a violation of Ecology, a harsh rhythm of urban life, an aggressive social environment, political instability, financial crises and many other similar factors. As a result of this, stress has time to become a constant companion of human life.

Scientists believe that small stresses are constant and harmless, but too much stress can cause large, urgent problems for a person and a group. Stress is such that it causes chaos in the human psyche, organism. In unfavorable situations, situations, in extreme situations, as a result of an increase in threat and pressure, a person becomes stressed in people as a result of not being able to do anything, not being able to escape anywhere, not being able to say anything.

G. Selye published his first scholarly work on “general adaptation syndrome” at McGill University in Monrell in 1936. In the same year, on July 4, in the “letters to the Editor” section of “Nature”, G.Celine's concept of stress is formulated under the title

“syndrome caused by various damaging substances”, which consists of only 74 lines. But for a long time did not use the term” stress“, instead using the concept of” nervous psychic tension". Starting in 1946, the general adaptation begins to use the term “stress” for the state of tension. G.In Selye's theory, stress is considered in terms of a physiological reaction to physical, chemical and organic factors. The main content of the theory can be summarized in four positions. 1. All biological organisms have innate mechanisms for maintaining the internal or equilibrium state of their systems. Maintaining internal balance is ensured by homeostasis processes. Maintaining homeostasis is a vital function of the body.

2. Stressors (stressors), i.e. strong external stimuli, disrupt internal balance. The body responds to any stress factor, pleasant or unpleasant, with uncharacteristic physiological arousal. This reaction is protective-adaptation.

3. There are several stages when stress develops and adapts to it. The flow of time and the transition to each stage depends on the level of resistance of the body, the intensity and duration of the stress factor.

4.The body has limited reserves of adaptive capabilities to prevent and stop stress – their reduction can lead to illness and death.

Generalization of research results G. Allowed Selya to determine the presence of three stages of a process called General adaptation (adaptation) syndrome

Anxiety phase-occurs when stress factors are first observed. In a short time, the level of resistance of the body decreases, some somatic and vegetative functions are impaired. Then the body's reserves are mobilized, and the mechanisms of self-regulation include protective processes. If protective reactions are effective, anxiety subsides and the body returns to normal activity. Many stressors are resolved at this stage. Such short-term stresses can be called acute stress reactions.

The resistance (resistant) display stage arises in the state of continuous exposure of stressors and the need to maintain the protective reactions of the organism. Against the background of voltage corresponding to the external conditions of functional systems, a balanced consumption of adaptive reserves occurs.

The stage of fatigue – reflects a violation of the mechanisms of regulation of the body's struggle with the overly intensive and long-term effects of stress factors. Adaptation reserves are significantly reduced. The resistance of the body decreases, as a result of which not only functional disorders can be observed, but also morphological changes in the body.

Occupational stress is a term often found in the description of psychological stress. The main difference between these two concepts is that the characteristics of occupational stress(causes of manifestation, consequences) depend on the specifics of different types of professional activity[55,648-b]. That is, the reasons for the origin of occupational stress are due to the intensive influence of factors in the duration of work activity, as well as the influence of organizational, social, environmental and technological characteristics of the work[23, p.24]123-126]. However, modern research shows that in order to understand the reasons for the development of stress, it is important not only to analyze the organizational environment, the conditions of activity and the intensity of the workload, but also to determine the specificity of the manifestation of stress, which depends on the characteristics of a particular profession.[43,b608-628]

In modern labor psychology, occupational stress is considered the state of the subject of Labor. It is her resource difficulties, her main mobilization to overcome the problems of professional activity is characterized. Currently, it is common to distinguish between types of occupational stress (Bodrovvv.A., 2000). A Stress condition can improve performance (eustress is formed if this condition is not overloaded and there is no operational mobilization condition). But if the workload for a particular employee is

excessive, stress becomes distress, which, with prolonged exposure, usually leads to psychosomatic diseases.

J.Rotter has cited in his studies how individuals perceive stress differently in both external and internal locus contract.

Social study of stress J.Vitkin's research is of particular importance. In her work," woman and stress", she argued that the results of the research of QAR brogan tried to shed light on the causes that can lead to psychological tension, stress, toiquis.

J.Sharith and G.Salvendi have defined occupational stress as a multidimensional phenomenon, insisting that it is expressed in physiological and psychological reactions to complex professional activities. This approach is a.N.Zankowski believes that stress allows us to identify the following areas of study[55,684,]

- to determine what parameters of this phenomenon are consistent with the type of professional activity under consideration;
- determination of the “desired areas " of each studied dimensions in terms of subjective and objective reactions of the working employee;
- standardization of deviations to correlate reactions in the measurements studied in each study;

C.Castle defines two main areas of interpretation of the concept of stress in professional activities, and these include;

A. Stress in the narrow sense is a professional activity in relation to the possibility of an individual-an excessive demand of the environment, that is, an excess of an overwork task that the individual cannot fulfill, an over-motivation of the working employee;

B. In a broader sense, stress is the formation of a relationship from an inconsistency in a “human – environment” holistic system.

This system covers not only the possibilities of meeting human needs, but also the Prevention of deficiencies in the relationship between the professional activities of balkim.

V.L.Marushuk and V.I.Describing short-term and long-term stress, the yevdakimov mentioned a sharp acceleration of pulse and respiration, rhythm disturbances, cold sweat pressing, expanding eyebrow diameter, sharp changes in Facial Facial Facial Facial Facial Facial Facial Facial Facial Facial Facial Facial Facial Expressions, and the like[86,b125-127].

Long-term stress in professional activities is characterized by the gradual mobilization and expenditure of” external “and” deep " adaptation opportunities[29b, 11-13]

It can be said that, depending on the duration of the stresses that occur in professional activities, the individual puts his internal psychic capabilities to work, and thus, in adaptation (adaptation) syndrome, the manifestation of coping behavior is observed. In order to reveal professional stress and its essence in psychology, it is necessary to focus not only on the role of stress factors, but also on the types of professional stress.

Objectives and objectives of the study. The person consists in determining the socio-psychological characteristics of stress prevention in his professional activity, the assumption of psychological capabilities of factors affecting the occurrence of professional stress, the elimination of factors that provoke professional stress, the involvement of professional stress with the level of psychic and emotional exhaustion.

The object of the study and the methods used. The object of the study was higher education educators, first of all, we chose methodologies aimed at identifying the predisposition to organizational stress among teachers of a higher educational institution, methodologies aimed at studying the presence and level of “emotional fatigue”, and secondly, methodologies aimed at identifying situations and personal concerns.

Results from the study.

According to the results obtained in the data analysis process, tables of results were compiled and they were subjected to mathematical analysis to determine the statistical reliability of the final resulting data and test hypotheses. The results and average values obtained in terms of meotriches are given in the table below.

One of the tasks set before us was to diagnose professional stress in Educators of a higher educational institution, determine the level of “professional exhaustion” in their professional activities, determine the level of anxiety “personal and situational (situational)” in professional activities. For this, from our respondents initially N.E.We used the methodology “organizational stress scale” adapted by Maklin, Vodopyanova. N.E.Results obtained using the Macklin organizational stress scale

Table 2.2 shows the results of organizational stress.

2.2.- table

The” organizational stress scale " is the result of the methodology (Macklin N. E. Adapted by Vodopyanova).

Scale name	Average result	Level
Organizational stress	50,2	High level

In general, the group found a high level of sensitivity to organizational stress, stress resistance, low tension, difficulty moving to new systems and conditions, they found it difficult to perceive the values of others. A high indicator indicates a weakness of an individual in relation to work stress, such individuals often experience depression, aggressiveness, impatience, excessive interference of others in the work process, which in most cases negatively affects and leads to exhaustion.

Of the 80 respondents, we found that 41 have a high level of sensitivity to organizational stress (Type A), as well as a tendency to develop depression, professional exhaustion. In a group with a high level of organizational stress, the average symptom outcome is 57.4. 29 people were found to be members of the AB behavioral type, with an average stress tolerance, with a group average of 45.3. The high tolerance level for organizational stress was determined by 10 out of 80 people, and the average result was 40.1 (type of behavior B) (Figure 5).

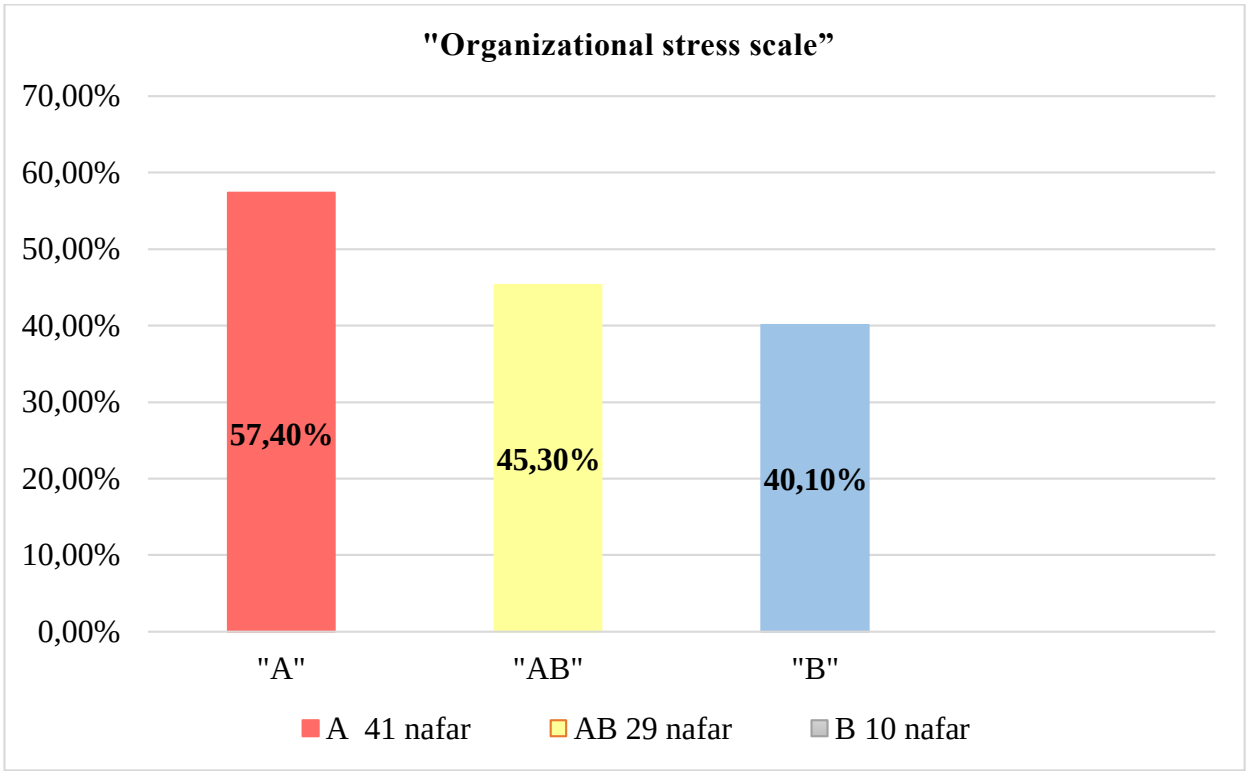


Figure 5” organizational stress scale " methodology result (Macklin N. E. Adapted by Vodopyanova).

V. V. The results obtained according to Boyko's method of “diagnosis of emotional exhaustion of a person” are presented in Table 3. V.V.Based on the results of the calculation of the Boyko methodology, the respondents found that in the process of formation of a single phase, a double phase was not formed. Of the 80 people, 13 were found to have emotional exhaustion during the phase of the emotional tension phase, while the average in the high exhaustion group was 77.9. The resistance phase formed in 28 out of 80 people, with a group average of 77.2. The fatigue phase was detected in 14 people, with an average weight of the phase in the group of 75.0.

In 16 out of 80 people, the tension(emotional tension phase) is in phase formation, with an average Group value of 47.0, while the resistance(resistance) phase is generated in 31 people, with an average of 46.2. The fatigue phase in the mid-range was determined in 17 individuals, while the average in the group was 55.8.

50 people have no emotional tension phase, 21 have no resistance phase, and 49 have no fatigue phase.

Table 2.3

V. V. Results obtained according to Boyko's method of “diagnosis of emotional exhaustion of a person

Scale names	Average score	Degree
Experiencing traumatic situations	10,0	developing symptom
Dissatisfaction with oneself	7,7	nonexistent symptom
Cage confinement	4,4	nonexistent symptom
Anxiety and depression	8,9	nonexistent symptom
Emotional tension	30,8	phase unformed
Incorrectly selected emotional response	16,0	existing symptom
Emotional and moral disorientation	11,3	developing symptom
Expanding the field of saving emotions	10,5	developing symptom
Decreased Professional Responsibility	13,8	developing symptom
Resistance(Resistance	51,5	phase in the formation phase
Emotional deficit	9,3	developing symptom
Emotional separation	9,9	developing symptom
Personal separation	7.0	nonexistent symptom

Psychosomatic and Psychovegetative diseases	9,2	developing symptom
Fatigue	35,5	phase unformed

In the respondents, we identified a symptom of psychotraumatic symptoms associated with experiencing developing situations. Working conditions and professional interpersonal relationships were found to be more psychotraumatic. At the same time: no other symptoms arose, such as dissatisfaction with oneself and one's own professional activity, a feeling of “being locked in a cage”, disappointment in the situation, a desire to change jobs, the absence of a depressive mood. In general, the stage of “emotional tension” for respondents was not formed.

The following formed symptom is an inadequate, selective emotional response, in general other symptoms have been found to be in the formation phase of the entire “Resistance” phase. Such a state can manifest emotional and moral disorientation, apathy, emotional isolation, alienation, decreased Professional Responsibility and unwillingness to fulfill professional obligations.

The” fatigue " phase revealed a developmental symptom of emotional separation in the group, which may indicate the gradual formation of a protective barrier in the professional relationship.

The remaining undeveloped symptoms - personal alienation, frivolous attitude towards colleagues and students, psychosomatic and psychovegetative diseases, deterioration of physical well-being, sleep disorders-were not observed.In general, the” fatigue " phase is not formed.

Figure 6 shows a graph of the signs and phases of emotional exhaustion.

Figure 6 the formation of phases of emotional exhaustion in accordance with the methodology " diagnosis of emotional exhaustion of a person "(V. V. Boyko).

Professional exhaustion diagnostics (C. Maslach, S. Jackson, N. E. Adapted by Vodopyanova) the result of the methodology is given in Table 4.

Table 2.4

Diagnosis of professional exhaustion (K. Maslach, S. Jackson, N. E. Adapted by Vodopyanova) the result of the methodology

Scale name	Average score	Degree
Emotional exhaustion	20,7	High level
Depersonalization	11,4	High level
Reduced individual achievement	34,0	High level
System exhaustion index	0,4	High level

Respondents found high levels of emotional exhaustion, depersonalization, decreased personal achievement, high rates of deformities in relationships with other people, a strong degree of dependence on others, increased importance of external assessments, increased negativism. There is also a decrease in self-esteem, a low assessment of their own professional achievements, negative workshops in relation to professional opportunities (Figure 7)

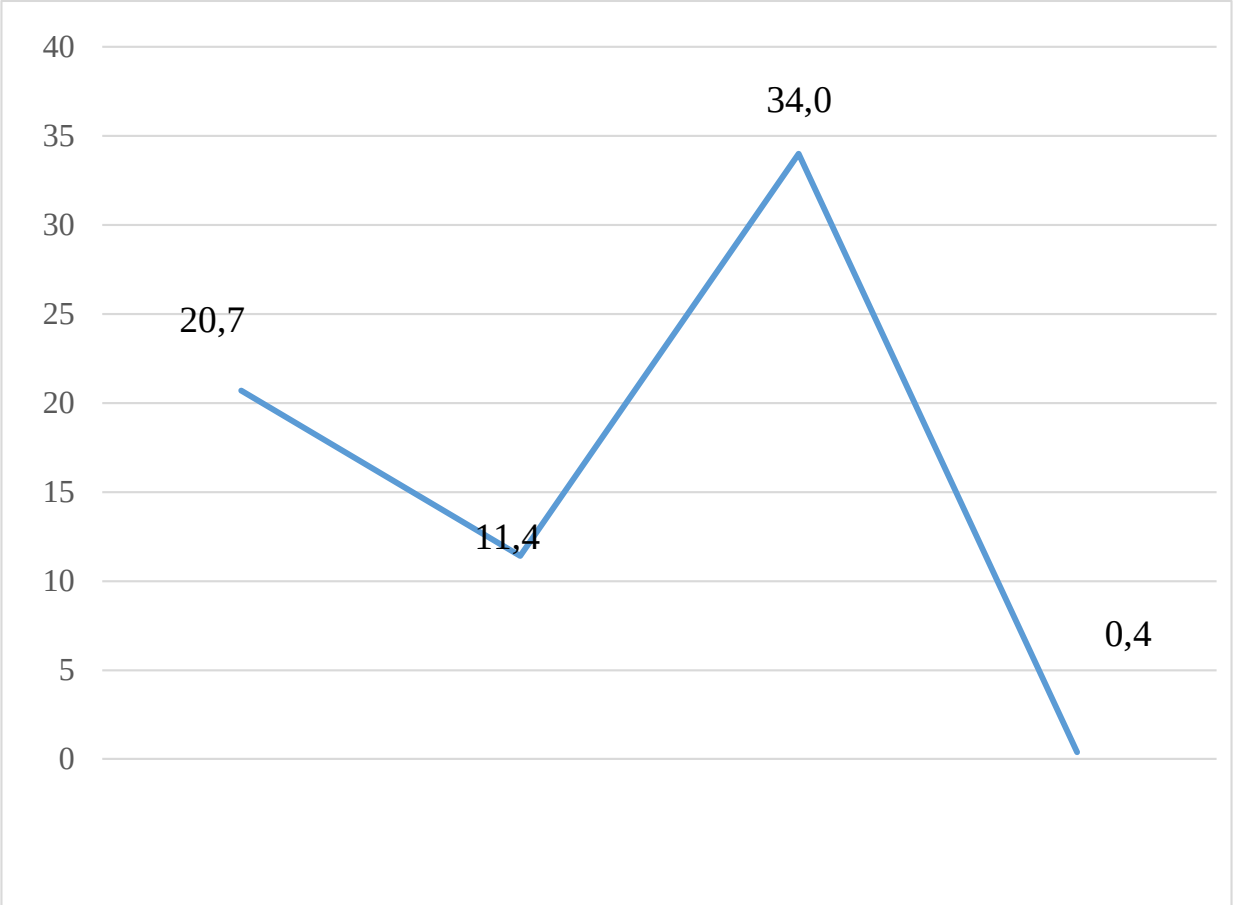


Figure 7-diagnosis of professional exhaustion (K. Maslach, S. Jackson, N. E. Adapted by Vodopyanova)

The result is a significant manifestation of the process of loss of professional effectiveness, communication skills decrease, and the level of neuropsychic dysadaptation increases (Figure 8).

Conclusion. From the analysis of the data, we found that the “Resistance” phase is in the formation phase, and all the symptoms associated with this phase are also in the formation phase.

The” tension “and” exhaustion “phases were not formed, but in them the processes of formation of symptoms” experiencing Psychotraumatic States“,” emotional deficit “and” emotional detachment " began. In general, we have identified a high level of professional exhaustion on all indicators of the methodology for diagnosing professional exhaustion in the sample. We also found that the situation and personal anxiety are moderate and that there is a tendency for high levels of organizational stress to “type a” behavior.

As a result of the analysis of the presented data, Higher School teachers identified the following parameters: the phase of “resistance” is at the stage of formation, the phases of “emotional tension” and “fatigue” are not formed. In general, a high level of professional fatigue was found in the sample according to all indicators of the methodology for diagnosing occupational fatigue (Maslach K). It also found a moderate level of situational and personal anxiety and a high level of organizational stress, suggesting that teachers are prone to “type a” behavior. The hypothesis that professional fatigue of teachers is associated with the experience of pedagogical activity has not been confirmed, which can be explained by the average age of the sample of 45.3 years.

Correlational analysis has been used to analyze the hypothesis that occupational fatigue of Higher School teachers is associated with anxiety and organizational stress predisposition indicators. Positive correlation relationships have been found on almost all scales that study occupational fatigue and anxiety and organizational stress, as evidenced by the confirmation of the hypothesis. As a result of the performance of the

work, it was possible to distinguish the factors of professional fatigue of Higher School Teachers, which were personal and situational anxiety, as well as a tendency to organizational stress.

Literature.

1. Bodrov, V.A. Psychologichesky stress: razvitie I preodolenie / V. A. Bodrov. - M.: Perse, 2006. – 350 P.
2. Boyko, V.V. Syndrome "emosionalnogo vigoraniya" v professionalnom obtshenii / V.V. Boyko. - SPB.: Peter, 1999. – 105 P.
3. Dyachenko, M.I. Psychology visshey scale / M.I. Dyachenko, L. A. Kandibović. - Minsk: izd-Vo BGU, 1978. – 145 P.
4. Emelyanenkova, A.V. Osobennosti syndroma" emosionalnogo vigoraniya "lichnosti spesialistov razlichnix professor system "chelovekchelovek" / a.V. Emelyanenkova, N.N. Safukova / / - M., 2014. - S. 106–110.
5. Ermakova, E.V. Izuchenie sindroma emosionalnogo vigorania Kak narusheniya tsennostno-smislovoy sferi lichnosti (teoreticheskiy aspect) // kulturno-istoricheskaya psychologiya / e.V. Ermakova. - 2010. - T 6. - № 1.
- S. 27–39.
6. Esareva, Z.F. Osobennosti deyatelnosti prepodavatelya visshey scale. / Z.F. Esaraeva. - L.: Izd-Vo Leningradsky University, 1993. S

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ БЕЗОПАСНОСТИ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ

Закирова Э.Б.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *В статье представлены ключевые психологические аспекты, влияющие на безопасность дорожного движения. Рассмотрены такие компоненты как: внимание и концентрация, включающая интеллектуальные, двигательные, сенсорные особенности водителя автотранспортного средства. Не менее важным являются рефлексы и реакции водителя на явления окружающей действительности, т.к. во многом дорожная безопасность зависит от того, как ведет себя за рулем каждый отдельно взятый водитель. Еще одна немаловажная составляющая — это эмоциональные реакции, эмоции- в рассматриваемой тематике, являются своеобразным “барьером” на пути к безопасному вождению. Наконец, в рамках данной статьи рассматривается такой аспект как- социальное влияние, который, несомненно, также вносит свои коррективы в поведенческие реакции в процессе наблюдения за другими участниками дорожного движения.*

Ключевые слова: *Дорожная безопасность, психология дорожного движения, рискованное вождение, водитель, эмоциональные реакции, социальное влияние.*

Abstract: *This article presents the key psychological aspects that influence road safety. Such components as attention and concentration, including intellectual, motor, sensory features of the driver of a vehicle are considered. No less important are the driver's reflexes and reactions to the phenomena of the surrounding reality, since road*

safety largely depends on how each individual driver behaves behind the wheel. Another important component is the driver's emotional reactions. Emotions - in this case, are a kind of "barrier" to safe driving. Finally, this article considers such an aspect as social influence, which, undoubtedly, also makes its own adjustments to behavioral reactions in the process of observing other road users.

Key words: *Road safety, road traffic psychology, risk driving, driver, emotional reactions, social influence.*

Ежедневно в средствах массовой информации появляются сообщения, связанные с дорожно-транспортными происшествиями, которые довольно часто сопровождаются негативными последствиями: наносят вред здоровью человека и самое страшное- отнимают жизни людей. Численность жертв дорожно-транспортных происшествий с каждым днем растет. Согласно данным официального сайта Всемирной Организации Здравоохранения жертвами дорожно-транспортных происшествий становятся более 1,19 миллиона человек, а дорожно-транспортный травматизм является первостепенной причиной смертности среди людей от 5 до 29 лет. Данный факт, несомненно, призывает к детальному изучения тематики дорожной безопасности, разрабатывая определенные рекомендации и всевозможные программы с целью минимизации жертв дорожно-транспортных происшествий. Анализ различных источников позволяет утверждать, что безопасность на дорогах зависит не только от технических аспектов, состояния дорог, транспортных средств, соблюдения правил дорожного движения, но и выявлена прямая зависимость от психологических состояний водителей и других участников дорожного движения. В данной статье мы предпримем попытку рассмотреть ключевые психологические факторы, оказывающие влияние на безопасность дорожного движения.

Внимание и концентрация. Одним из основных аспектов безопасного вождения является способность водителя сосредоточиться на дорожной обстановке. Внимание позволяет нам выполнять различные виды деятельности, и в деятельности водителя мы можем различить внимание произвольное- когда водитель сосредоточенно следит за дорожно-транспортной средой и прочими сопутствующими объектами, и можем наблюдать непроизвольное внимание- когда водителя автотранспортного средства привлекают различные внешние обстоятельства и его внимание, таким образом, рассеивается. Рассеянность, усталость или стресс могут существенно снизить уровень внимания и реакции водителя, что в свою очередь влечет высокий уровень аварийности. Можно с уверенностью утверждать, что внимание играет ключевую роль в безопасном вождении. Сосредоточенность водителя на дорожной обстановке позволяет своевременно замечать потенциально опасные ситуации и принимать адекватные, своевременные меры предосторожности. Однако внимание, также, может быть нарушено различными факторами, такими как усталость, монотонность дороги, использование мобильных устройств или другими отвлекающими элементами в салоне автомобиля.

Исследования показывают, что водители с опытом вождения приобретают более сосредоточенное внимание, а также у них наблюдается высокая скорость переключаемости внимания [4, с.58]. Можно сказать, что с опытом водительская наблюдательность, устойчивость, а также переключаемость приобретает более развитый характер- именно эти свойства признаны необходимыми в условиях быстрого принятия решений, при возникновении неожиданных ситуациях на дорогах и сглаживании монотонных эффектов, с которыми тесто связана деятельность водителей.

Другой актуальный вопрос в изучении данной тематики- методы диагностики внимания и работоспособности водителей. Анализируя различные методы диагностики на сегодняшний день, можно сделать вывод, что представлено бесчисленное множество различных методов и методик. Особое внимание привлекают доступные высокотехнологические средства, обеспечивающие надежность выявления показателей состояния концентрации внимания, точности и скорости. В качестве примера можно привести приложение *“PsyFace”,* разработанное компанией ООО «АЛГА» [2, с.60]. Как утверждают разработчики приложение за 4-8 минут позволяет выявить показатели работоспособности и продуктивности, анализируя функциональное состояние основываясь на данных психофизиологического мониторинга. Система полностью исключает возможность подделать результаты тестирования и уже показала свою надежность и валидность в ходе применения.

Таким образом, привлечение внимания водителей к подобным программам и обучение различным действенным техникам поддержания высокого уровня внимания, является важной частью общей стратегии повышения безопасности на дорогах.

Психология риска. Индивидуальное восприятие риска различается у каждого водителя. Некоторые люди склонны к более агрессивному стилю вождения, что может увеличить вероятность нарушений правил и несчастных случаев. Важно понимать, как личные черты личности влияют на дорожную безопасность. Психологи C.S. Dula и E.S. Geller предложили термин “Опасное вождение” и описали следующие виды опасного поведения за рулем: 1-умышленные физические, вербальные или невербальные проявления агрессии, целью которых является нанесение физического или психологического вреда другому лицу; 2-нарушение обработки сенсорной информации в результате снижения когнитивных функций или подавленного эмоционального состояния (злость, фрустрация и т.д.); 3-рискованное поведение (превышение скоростного режима, частые, необоснованные перестроения автотранспортного средства, необоснованные отвлечения внимания, вождение в состоянии алкогольного опьянения, принятия некоторых лекарственных препаратов или других психоактивных веществ). Н.Астрейко выделяет в своих работах стили вождения среди которых, к наиболее рискованным относит: агрессивное, высокоскоростное, диссоциативное (диссоциация выступает как механизм психологической защиты- человек воспринимает все события вымышлено или будто действия происходят не с ним), стиль характеризуется необдуманной, ездой безответственного характера с нарушением правил дорожного движения как правило необдуманным.

Изучая исследования, связанные с рискованным вождением, было обнаружено, что агрессивное поведение коррелирует с нарциссизмом. А если говорить о таком аспекте как нейротизм, то здесь данные несколько противоречивы. Тревожность как правило, заставляет человека испытывать чувство беспокойства, что в свою очередь побуждает соблюдать правила дорожного движения. Также, вывялено, что безопасные стили вождения взаимосвязаны статистически достоверно с доброжелательностью, добросовестностью. Исследования О.Таубман-Бен-Ари свидетельствуют о том, что поиск новых ощущений связан с безрассудным вождением или высокоскоростным, также, наблюдалась отрицательная корреляция с осторожным, терпеливым стилем вождения. А вот исследования Б. Эдвардса говорят о том, что ценности доброты и аккуратности в вождении выражены у осторожных водителей. Также, выявлено, что когнитивная эмпатия имеет отрицательную достоверную корреляцию с девиантным поведением водителей на дороге. [5, с.27]

Довольно популярным на сегодняшний день, особенно среди молодых водителей является своеобразный рискованный стиль вождения с телефоном в руках, что в свою очередь несет непредвиденные риски. Многие авторы рекомендуют просто убирать мобильное устройство из поля зрения, т.к. даже несмотря на то, что водитель может использовать специальные средства (дисплей, динамики, наушники и пр.), пристально следит за дорогой и держит руль двумя руками, это не дает ему целиком и полностью сконцентрироваться на дорожном движении, в особенности в случаях непредвиденных, опасных маневров со стороны других участников дорожного движения. В качестве одного из методов противодействия подобного рода отвлечений существует специальное мобильное приложение – *“Driving Detective”.* Данное приложение рекомендовано использовать водителям часто отвлекающихся на свой мобильный телефон. Приложение способно распознать, когда водитель находится за рулем, и автоматически блокирует все функции на телефоне, запуская функцию: “Не беспокоить”.

Еще одной проблемой, с которой сталкиваются многие водители во время монотонной езды, подвергая риску свою жизнь и жизнь других людей, является сонливость. В данном случае рекомендуется сон во время остановки (20-30 минут), кратковременные воздействия яркого света от цифровых устройств (пройти занятную видеоигру), задействование обонятельных рецепторов (тонизирующие запахи, например лимона, мяты и др.), различные дыхательные практики, которые к тому же отлично избавляют от негативных эмоций, приводят в норму сердечный ритм и нормализуют многие другие вегетативные процессы (например, можно сделать глубокий вдох, затем резкий и быстрый выдох).

Каждый водитель имеет свою собственную оценку риска и уровень толерантности к нему. В поисках сокращения времени в пути некоторые люди склонны к более агрессивному стилю вождения, предпочитая опережать других участников движения или игнорировать правила дорожного движения. Всегда необходимо помнить о том, что подобное поведение может привести к непредвиденным и самым плачевным обстоятельствам вернуть вспять которые, к сожалению, уже не получится. Понимание индивидуальных особенностей и обучение стратегиям управления рисками смогут помочь снизить вероятность дорожно-транспортных происшествий.

Эмоциональное состояние. Эмоции играют значительную роль в поведении на дороге. Стресс, гнев, усталость или радость могут сказываться на способности адекватно оценивать ситуацию на дороге и принимать обоснованные решения. Давно доказан факт влияния эмоций на поведение водителя на дороге: повышенный уровень тревожности влечет за собой рискованное вождение, гнев и ярость – превышение скорости, раздражение- ведет к потере самоконтроля, нервозность- влияет на эффективность принятия решений, концентрацию внимания, все это приводит к совершению ошибок в процессе управления транспортным средством. Исследователи отмечают, что и позитивные эмоциональные состояния также опасны, т.к. оказывают влияние на качество вождения. Что оказывает влияние на эмоциональные реакции? Это- определенный возраст (молодые водители чаще других испытывают эмоции гнева), пол (мужчины испытывают эмоцию гнева, когда другие водители мешают их передвижению, а женщины при столкновении с чувством враждебности или всевозможными препятствиями на дороге), опыт вождения (более опытные водители менее агрессивны и редко испытывают чувство гнева и раздражения, нежели начинающие, молодые водители) [3, с. 12]. Эмоции оказывают определенное негативное влияние на внимание водителя, т.к. осуществляется своеобразная замена задачи вождения на эмоциональные раздражители, все это снижает скорость переработки информации и тесто связано с безопасностью дорожного

движения. Согласно исследованиям Макуриной А.П. эмоциональные переживания в субъективно опасных обстоятельствах дорожно-транспортной среды приводят к неадекватным поведенческим реакциям и соответственно повышают риск попадания в дорожно-транспортные происшествия.

Если говорить о другой категории участников дорожного движения-пешеходах, которые изучались в рамках нашего исследования, получены весьма интересные результаты. Анализируя данные по эмоциональному компоненту, нашу выборку юношей и девушек (N=200) отличало отсутствие раздражительности в случаях не пропуска автомобилистами в процессе перехода улицы, дороги; большинство участников исследования испытывали грусть от того, что многие пренебрегают правилами дорожной безопасности, но при этом указывали на то, что сами спокойно переходят дорогу в запрещенных местах; испытывают раздражение при виде припаркованных беспорядочным образом автомобилей возле школы, дома; расстраиваются, когда слышат трагичные истории связанные с несоблюдением дорожной безопасности. Также, изучение различий в показателях соблюдения правил дорожной безопасности в зависимости от склонности к риску выявило достоверные показатели по эмоциональному компоненту ($U=4151{,}000$, $p<0{,}05$), получается, что достаточно эмоциональные юные пешеходы имеют низкий уровень склонности к риску, они более осторожны, наблюдательны и предусмотрительны.

Помочь отслеживать, контролировать свое эмоциональное состояние в особенности начинающим водителям, перед тем как сесть за руль, сможет простое в использовании мобильное приложение- *«Дневник эмоций и осознанность»* или *“Moodpres”*. Данные приложения помогут выступить в качестве инструмента, который позволит следить за мыслями, чувствами, эмоциями, лучше понять себя и научат контролировать эмоциональные всплески. Приложения анализируют показатели, вносимые пользователем, составляют персональные алгоритмы борьбы с негативными эмоциональными состояниями, включая различные медитации, антистресс-упражнения и многое другое. Обучение техникам релаксации и управления эмоциями сможет помочь водителям сохранять спокойствие.

Социальное влияние. Каждый из нас является частью социальной системы, которая представляет собой совокупность проявлений различных интеракций, которые в свою очередь обособленны действиями отдельных участников дорожного движения. Каждая отдельно взятая личность, как участник дорожного движения, является представителем определённой культурной среды, старается раскрыть свое видение и переносит свои ценности на других людей, в особенности сталкиваясь со сложными ситуациями. Эффективность и то, каким образом функционирует социальная система обеспечения безопасности дорожного движения тесно связаны с пониманием закономерностей формирования опасностей на улицах и дорогах. Особое внимание при рассмотрении интересующего нас вопроса требуют внутренние свойства личности, от которых зависит эффективность связей: «Человек-Человек», «Человек-Общество», «Человек-Транспортное средство» и т.д., но в основе мы всегда видим человека и его культуру.

Согласно мнению А.Р. Абдульзянова, всю социальную систему обеспечения безопасности дорожного движения можно рассмотреть в виде пяти основных блоков: 1-блока взаимодействия, 2- блока причинно-следственных механизмов и факторов, 3-блока агитации и пропаганды, 4-блока обучения и воспитания, 5-обеспечения материальной базы [1, с.67]. Данные блоки направлены на обеспечение безопасности участников дорожного движения, под которой автор понимает защищенность жизненно-важных интересов личности, семьи и общества.

Таким образом, культурные и социальные нормы также формируют поведение участников дорожного движения. Примеры вождения других людей и ожидания от окружающих могут оказывать определенное давление на некоторую категорию водителей и влиять на их решения за рулем.

Для повышения безопасности на дорогах необходимо учитывать психологические аспекты и разрабатывать меры, направленные на обучение водителей управлению своими эмоциями, улучшению концентрации и снижению рискового поведения.

В заключении можно сделать вывод о том, что безопасность на дорогах зависит от комплекса факторов, включая технические навыки и психологическую готовность участников движения. Понимание психологии вождения сможет помочь создать более безопасные условия и предотвратить множество непредвиденных ситуаций на дорогах.

Литература.

1. Абдульзянов Артур Рашидович Социальная система обеспечения безопасности дорожного движения как фактор преодоления «Вызова» безопасности общества // Вестник ВятГУ. 2010. №3. с. 65-68

2. Ермолаев В.В., Четверикова А.И., Воронцова Ю., Насонова Д.К. Особенности современных средств диагностики внимания и уровня работоспособности водителей [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2023. Том 12. № 1. с. 56-66 DOI: 10.17759/jmfp.2023120106 (дата обращения к сайту 02.10.2024)

3. Макурина А.П., Шпорт С.В., Дубинский А.А., Васильченко А.С. Особенности эмоциональных переживаний профессиональных водителей в зависимости от оценки дорожной ситуации // Российский психиатрический журнал. 2019. №3. с. 11-17

4. Никулова Е.А., Евдокимов О.К. Развитие внимания у водителей с разным стажем вождения // Вестник УМЦ. 2019. №1 (22). С.56-59

5. Шевкова Елена Викторовна, Малеев Дмитрий Сергеевич Психологические особенности водителей, практикующих опасный стиль вождения // Вестник ПГГПУ. Серия № 1. Психологические и педагогические науки. 2023. №1. с. 22-33

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДОБРАЧНЫХ ФАКТОРОВ В СЕМЬЕ

Зиядуллаева Д.Х.
(г.Самарканд,Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье рассматриваются психологические особенности добрачных факторов и, в свою очередь, важнейшие социальные задачи семьи: создание личности, воспитание детей, совершенствование людей физически и духовно, объединение их духовно, вместе задачи обеспечения содержания, выделены оказание взаимопомощи, обеспечение экономического и социального развития общества, улучшение демографических процессов.*

Ключевые слова: *молодое поколение, взросление, межличностные отношения, кризис детей, конфликтные ситуации в семье, крепкая семья, семейная забота, важнейшие социальные задачи семьи, семейные отношения, страна и нация, нормы семейного права, духовное воспитание, имеющее личностную характеристику*

Annotation. *This article examines the psychological characteristics of premarital factors and, in turn, the most important social tasks of the family: shaping personality, raising children, improving individuals physically and spiritually, fostering spiritual unity, and addressing the tasks of providing mutual support, ensuring economic and social development of society, and improving demographic processes.*

Keywords: *younger generation, maturation, interpersonal relationships, child crises, family conflict situations, strong family, family care, key social tasks of the family, family relations, country and nation, family law norms, spiritual upbringing, personal characteristics.*

Общественная и государственная забота о семье стала важным направлением нашей социальной политики. Президент Республики Узбекистан Шавкат Мирзиёев уделяет особое внимание вопросам семьи. В выступлении Шавката Мирзиёева в Послании Олий Мажлису особое внимание было уделено процессам подготовки молодых людей к семье и формированию их правовых представлений и воспитания: - “Словом, от рождения ребенка до 30 лет в этот период будет создана всеобъемлющая и непрерывная система, которая будет всемерно поддерживать его, помогать ему найти достойное место в жизни. Мировой опыт показывает, что инвестиции, потраченные на воспитание молодого поколения до взрослой жизни, по всем параметрам принесут обществу в десять, а то и в сто раз больше пользы”.

“Как бы это ни было сложно, мы должны найти уникальные и эффективные методы воспитания молодежи, созвучные сегодняшнему дню. Необходимо защитить наших дорогих детей от деструктивных и вредных идей, преступности, наркомании, равнодушия, моральной нищеты. Все мы, в первую очередь, дорогая молодежь, должны проявлять активность в устранении подобных негативных ситуаций. Вы, безусловно, способны сохранить духовную силу и вечные традиции нашего народа и прославить их на весь мир”, - сказал Президент Шавкат Мирзиёев в открытом диалоге с молодежью на форуме.

Следует отметить, что концепция семьи всегда волновала умы исследователей своими многочисленными проблемами. Например, социологи спорят о том, достаточно ли иметь мужа и жену для создания семьи или необходимо иметь детей, чтобы союз мужчины и женщины назывался семьей. С юридической точки зрения это не имеет большого значения. Юристы по этому поводу спорят, можно ли считать семейным союзом которая состоит из мужа и жены без соблюдения предусмотренных законом условий? Речь идет о мужчине и женщине, открыто живущих вместе длительное время без регистрации законного брака, даже если они проживают вместе и воспитывают детей. Строго говоря, такой союз не может быть браком и не создает никаких юридических последствий, исключающих права и обязанности родителей по отношению к детям. Именно поэтому гражданский брак или брак, называемый никахом, не может породить семью в юридическом смысле. Оно создает только материнские и отцовские отношения, т.е. кровнородственные связи, создающие определенный объем прав (например, право детей наследовать имущество любого из родителей). Сожители (по закону их нельзя называть супругами) не могут наследовать имущество друг друга.

Семья – результат длительного исторического развития, необходимая и неотъемлемая часть структуры общества.

В социальном смысле семья – это социально обособленная организованная группа людей, союз лиц, имеющих одинаковые духовные, экономические, бытовые и другие условия жизни и интересы.

Важнейшими социальными задачами семьи являются: создание и воспитание детей, рост людей физически и духовно, объединение их духовно-нравственных отношений, обеспечение совместного управления, взаимопомощ, экономическое и социальное развитие в обществе. Именно в этой семье формируются основы человеческого характера, отношение к труду, духовное и культурное богатство.

Родители, как и молодые люди, интересуются будущим новой семьи. Чтобы узнать, каким будет будущее семьи в столь ответственный момент, родителям и будущим женихам и невестам следует обратить внимание на следующие добрачные факторы.

Добрачные факторы: готовность к семейной жизни, причины создания семьи, условия периода знакомства до создания семьи, представления о будущей жизни.

Например: супружескую зрелость можно определить как физическую так и правовую, экономическую, духовно-этическую, психологическую стороны зрелости молодых людей, строящих семью. По рекомендациям психологов, не желательно создавать семью очень рано (16-17 лет) и поздно (28-30 лет спустя). Наконец, создание семьи в раннем возрасте и наличие их обоих в 17-18 лет может оказать негативное влияние на формирование молодого человека как главы семьи.

Девушка может быть готова выполнять обязанности матери и домохозяйки уже в 17 лет, иногда даже в 16 лет, но 17-летний мальчик еще не готов выполнять обязанности полноценного главы семьи. Иногда это может привести к тому, что невеста недостаточно уважает жениха.

Дело в том, что поздно создавать семью нецелесообразно, так как, с увеличением возраста (особенно у девочек) шансы создать семью уменьшаются, но количество критериев выбора супруга резко увеличивается. У каждого «кандидата» есть разные недостатки. Как и спешка, так и промедление в этом деле могут привести к ошибкам. Психологическая зрелость человека – это способность ставить цели, достижение которых неизбежно и умение адаптироваться к различным условиям жизни.

Теперь давайте рассмотрим психологические факторы перед вступлением в брак.

Их довольно много десятков, но в целом они делятся на три классификации:

1. Построение семьи по любви, т. е. молодые люди, познакомившись в какое-то время, встречаются и женятся.

2. Создание семьи из-за материальной заинтересованности. Когда молодые люди вступают в брак, они могут иметь в виду конкретную цель, например, богатство, карьеру, материальную или социальную выгоду, с помощью которой хотят добиться определенной карьеры и положения» или «Избавление от одиночества».

3. Построение семьи по стереотипу – то есть, когда молодых людей, построивших такую семью, спрашивают: «Все мои сверстники женились, я тоже женюсь» или «Все мои подруги вышли замуж, я тоже выйду замуж». Итак, какая из этих семей окажется сильнее?

Естественно, многие отвечают, что это любовь, потому что место любви в семье бесподобно. Конечно, большинство пар, которые любят и женятся, живут счастливой жизнью. Однако, по статистике большинство разводов происходит у влюбленных пар, создающих семью. Если те, кто заключил соглашение после построения семьи, не защитят свою любовь и не будут бороться за нее, говоря:

«Мурод – я добился своей цели», любовь погибнет, а мечты, созданные во имя любви, превратятся в миражи.

А вторая материальная причина в чем? - его эффект зависит от того, насколько реализуются эти причины. То есть, если все запланированное сбудется, это может обеспечить прочность брака. К сожалению, в семейной жизни у юношей и девушек не все складывается так, как ожидалось, в результате их брак оборачивается несчастьями, конфликтами и ссорами, по статистике самые крепкие семьи принадлежат тем, кто построил семью по стереотипу. У них очень мало разводов, потому что они «такие же, как все» и все живут вместе. Они тоже живут. Благодаря совместной жизни взаимопонимание между супругами может привести к взаимной привязанности и достичь уровня любви.

Не желательно, чтобы период знакомств был чрезвычайно коротким (до трех месяцев) и очень длительным (более 8-10 лет). Здесь необходимо упомянуть о чести девичества, которая исходит из человеческого духа и духа нации.

Любовь занимает определенное место среди добрачных факторов. Чувства любви проходят три стадии: а) начальную, в) осознанную, в) стадию взаимного уважения.

Во все времена существования человечества любовь вела человека в мир загадочных чувств, побуждала его преодолевать непреодолимые препятствия, покорять высокие вершины, воодушевляла его, дарила счастливые мгновения. До сих пор понятию любви не дано единого научного определения. Определить тип и стадию любви, есть ли вообще чувство любви можно по определенным стадиям чувств.

Пламенный, то есть второй этап заключается в следующем:

1. Эффект «единения». В таких случаях человек, испытывающий чувство любви, всегда имеет в уме, воображение любимого человека. Неважно, что он делает, где бы он ни был, он мысленно разговаривает с ней.

2. Идеализация восприятия. В таких случаях любимый человек воспринимается идеализированным. Воспринимается как уникальный человек, парень или девушка, необычайно красивый, умный, вежливый и обладающий другими положительными качествами.

3. Резкое выражение альтруизма. На этом этапе центр тяжести альтруизма направлен на девушку или парня, которые являются символом любви.

Благосостояние любимой девушки или парня он ставит выше благополучия себя, своих родителей и близких.

4. Безграничная вера в силу любви. В таких случаях человек, испытывающий чувство любви, мечтает быть со своим возлюбленным, построить с ним как можно скорее семью и быть с ним до конца жизни.

5. Видеть аспекты возлюбленного, которые не видят другие, — это проявление «любовного интеллекта».

6. У близкого человека возрастает любовь к жизни, он начинает глубже понимать жизнь, появляются и усиливаются чувства понимания и сострадания к другим.

Связь партнеров с любовью: холерик и сангвиник или их сочетание быстро и легко ладят с окружающими.

Флегматикам и меланхоликам трудно ладить с окружающими. Они не дружат ни с кем, кого встречают. Но когда они осознают ценность дружбы, они не оставляют ее по банальной причине. Их чувства настолько глубоки и скрыты, что другим трудно воспринять их со стороны.

Семейные эксперты и психологи утверждают, что большинство семейных расставаний являются результатом несовместимости партнеров, непонимания парами друг друга. Пары, которые близки друг другу или имеют одного и того же

партнера, могут не пережить указанную трагедию. Исключением является пара с партнером-холериком. Среди таких пар много ссор. Человеческий ребенок каждого пола постепенно взрослеет и достигает совершеннолетия. В зрелом возрасте человек естественным образом стремится найти партнера и жить вместе, или иными словами, человек вступает в половую жизнь, что является основным условием оставления потомства.[4] Медицинская наука учит, что интимные чувства возникают раньше (в 9 лет) у девочек и позже (в 11–12 лет) у мальчиков. Особенно это чувство развито в 15-18 лет. Поэтому в этом возрасте и мальчикам, и девочкам следует содержать свои половые органы в чистоте и всегда защищаться от факторов, вызывающих половое влечение.

При этом семейные правоотношения возникают по воле их участников. В правоотношениях этого типа их субъекты не только добровольно принимают свои права и обязанности, но, как правило, могут в любой момент изменить их содержание. С этой точки зрения супружеские правоотношения рассматриваются как нормальное состояние, основанное на свободном и равном определении прав и обязанностей супругов, в частности того или иного реального распоряжения их имуществом, в установленных законом рамках.

Литература.

1. Мирзиёев Ш.М. Речь, произнесенная на торжественной церемонии, посвященной дню Конституции Республики Узбекистан. Т., Народное слово, декабрь 2020.
2. Мирзиёев Ш.М. Из выступления «На молодежном форуме и о духовности» 25 декабря 2020, 18:00 Политика.
3. Семейный кодекс Республики Узбекистан. – Т.: Справедливость. 1998. Вестник Олий Мажлиса Республики Узбекистан, 1998, № 5-6, приложение.
4. Гражданский кодекс Республики Узбекистан. – Т.: Официальное издание. 2003. Вестник Олий Мажлиса Республики Узбекистан, 1996 год, Приложение №2; 1996, № 11-12.
5. Авторский коллектив. Комментарии к Семейному кодексу Республики Узбекистан. – Т.: Справедливость. 2000. – 446 с.
6. Нечаева А.М. Семейное право. Курс представляет собой лекцию. - М.: Юрист. 1998. – 336с.
7. Отаходжаев Ф.М. Семейное право. - Т.: ТДЮИ. 2005. – 280 с.
8. Рустамова А., Фозилова Б. Семейное ведение. Учебное пособие для профессиональных колледжей. Бухара «БПК» 2005. С. 80-85.
9. Андреева Г. М. Социальная психология: Учеб. для Вузов. М.: Аспект Пресс, 2000. – 376 с.
10. А.Н. Волкова. Методические приемы диагностики супружеских отношений. М. Речь 2005 г.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОБЛЕМ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ В СЕМЬЯХ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Икрамова Ш.Б.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *В наше время невозможно равнодушно смотреть на то, насколько сформирован ум и мировоззрение молодежи. Долг каждого из нас – воспитать свободного человека, который будет способствовать развитию грамотного, знающего и делового общества в будущем, сознательного и активного, преданного своему долгу перед Родиной. Свободный человек должен быть свободен от фанатизма, полагаться на свой ум и энергию и стремиться к благополучному браку добросовестным и честным трудом. Феномен семьи – одна из самых вечных ценностей в мире. Семья является одним из важнейших факторов, обеспечивших переход человечества от первобытной жизни к культурным, цивилизованным типам и быту. Семья как уникальный социальный институт развивалась на протяжении очень длительного исторического периода, возрастают ее социальная значимость и задачи. Семья – это место, которое постоянно развивается, совершенствуется, обогащается новым содержанием и сутью. В семье военнослужащих необходимо различать понятия, которые связаны между собой, но в то же время дополняют друг друга и часто употребляются как синонимы, такие как отношения детей и родителей, родительские отношения и родительские институты. По сути, семья – это место воспитания, обеспечивающее развитие человеческих качеств, добродетелей, ценностей, духовного наследия узбекского народа, которые формируются с самого раннего детства. В статье рассматривается проблема отношений отца и ребенка в семейных отношениях, особенности этих отношений в семье военнослужащих*

Ключевые слова: *семья, родитель и ребенок, взаимодействие, черта, явление, подросток, поддержка, забота, зависимость, автономия, составляющая, гиперпротекция, гипопротекция*

Annotation: *Nowadays, it is impossible to look indifferently at the extent to which the mind and worldview of young people are formed. It is the duty of all of us to educate a free person who will contribute to the development of a competent, knowledgeable and business-oriented society in the future, conscious and active, devoted to his duty to the Motherland. A free person should be free from bigotry, rely on his intelligence and energy, and strive for a prosperous marriage with conscientious and honest work. The family phenomenon is one of the most eternal values in the world. The family is one of the most important factors that ensured the transition of humanity from primitive life to cultured, civilized types and life. The family as a unique social institution has developed over a very long historical period, its social importance and tasks are increasing. The family is a place that is constantly developing, improving, enriching with new content and essence. In the family of military servicemen, it is necessary to distinguish between the concepts that are related to each other, but at the same time complement each other and are often used synonymously, such as the relationship of children and parents, parental relationship and parental institutions. In fact, the family is a place of education that ensures the development of human qualities, virtues, values, and the spiritual heritage of the Uzbek people, which are formed from the earliest childhood. The article discusses the issue of*

father-child relations in family relations, the specific characteristics of these relations in the family of military servicemen.

Key words: *family, parent and child, interaction, trait, phenomenon, adolescent, support, care, dependence, autonomy, component, hyperprotection, hypoprotection.*

Особенности отношения родителей к своим детям широко изучались такими психологами, как А.И. Захаров (1986), Р. Дрейкурс (1986), В.Я. Титаренко (1987), Е.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкий (1990). Забота родителей является ведущим фактором в воспитании ребенка. Уровень заботы или поддержки зависит от того, сколько сил и времени родители уделяют воспитанию ребенка. Поддержку можно разделить на две категории: чрезмерная защита (гиперпротекция) и недостаточная поддержка (гипопротекция). Родители тратят много времени на чрезмерную заботу и чрезмерную поддержку. Обучение становится смыслом их жизни. В виде недостаточной поддержки (гипопротекции) до тех пор, пока не произойдет серьезное происшествие, родители «не трогают» обучение.

Артур Риан исследует чрезмерный контроль в следующих четырех аспектах родительского поведения:

1. Контроль: попытка повлиять на деятельность ребенка. Определяется степень зависимости ребенка от требований родителей;

2. Требование зрелости: давление на ребенка путем принуждения его к выполнению задач, превышающих его умственные возможности, на высоком эмоциональном и социальном уровне;

3. Коммуникация: применение родителями убеждения к использованию ребенка с целью выяснения отношения или мнения;

4. Доброжелательность: степень проявления родителями интереса к ребенку (поощрение, радость его успехам), теплота, ласка, забота, сочувствие в своем отношении к нему.

Компонент родительского контроля ребенка изучен в двух системах: автономной и контрольной. Любой образец родительского поведения находится где-то между этими двумя пунктами: от полной автономии до подчинения воле родителя.

Маccoby включает в себя следующие компоненты родительского контроля:

1) лимитирующий – установление ограничения активности ребенка.

2) требовательность – требование от детей высокого уровня ответственности;

3) строгость – принуждение детей к чему-либо;

4) лукавство – влияние на отношения и планы ребенка;

5) демонстрация добровольного управления.

В первые годы жизни ребенка потребности ребенка удовлетворяются взрослыми. Однако как только у ребенка формируется двигательный и поведенческий контроль, родители начинают направлять и ограничивать его активность. Конечно, в воспитании детей для обеспечения их безопасности необходимо устанавливать ограничения и ориентиры. Инструмент интернализации и контроля навыков, используемый родителями, является основным механизмом формирования характерологических сторон ребенка, его ответственности и социальной компетентности. И.А. Захаров (1988) изучает родительский контроль в трех частях: коррекционный; посредственный; обладающий чертой авторитарной формы, превышающей норму.

Требования родителей должны быть ориентированы, прежде всего, на обязанности ребенка, на то, что ребенок делает. (самообслуживание, образование, помощь по дому и т. д.). Во-вторых, установить требование-запрет, над которым ребенок не сможет смеяться. Чрезмерные родительские требования, обязанности и требования, повышенный риск психической травмы ребенка – слишком высокая

требовательность к ребенку, не соответствующая его возможностям, недостаточная ответственность и требования – в таких случаях ребенок не несет ответственности за какие-либо домашние дела. – это минимальная обязанность ребенка со стороны родителя выполнить задание. Обычно под влиянием родительского контроля в семье военнослужащих формирование личности ребенка приводит к родительскому сопереживанию в авторитарном стиле, низкой самооценке, отсутствию ориентации на внешние требования.

Известно, что к параметрам, определяющим демократический стиль, относятся: высокий уровень речевого общения между родителями и детьми, обсуждение с детьми семейных проблем, уверенность в самостоятельном успехе ребенка и готовность помочь в случае необходимости. Стиль контроля подразумевает существенное ограничение детей, четкое и полное объяснение ребенку содержания, отсутствие разногласий между детьми и родителями по поводу дисциплинарного воздействия.

Э.Л. Горлова смогла изучить психологический портрет компетентного родителя. В практике психологического наблюдения современным компетентным родителем признается человек, не испытывающий вины и страха перед своим ребенком, не испытывающий страха перед «плохими» родителями. Этот человек готов видеть реальную ситуацию, в которой растет ребенок, и тратить свои силы на ее изменение. Грамотный родитель понимает, что развитие ребенка зависит от того, насколько хорошо в семье созданы условия для общения. Системный компонент авторитета позволяет описать следующий портрет четырех родителей, воспитывающих детей первого возраста.

Родители, относящиеся к первой группе, условно названной «составляющей», на основе фактических данных отвечают на вопросы, связанные с развитием ребенка, и адекватно выражают чувства ребенка в описываемой ситуации. Такие родители могут создать условия для развития своего ребенка. Всесторонняя поддержка родителей в развитии ребенка означает удовлетворение физических, интеллектуальных и эмоциональных потребностей ребенка на достаточном и необходимом качественном уровне.

Результатом такого воспитания является психологическое здоровье ребенка, которое является его счастьем. В настоящее время родительская компетентность изучается с трех позиций: первая связана с уровнем общих знаний родителей в том или ином возрасте развития ребенка; второй аспект связан с поведенческим компонентом, умением «чувствовать» своих родителей, вступать в грамотное взаимодействие с ребенком.

Неравномерное восприятие неадекватного ребенка, его неспособность оценить психофизиологическую информацию, прибавление этому ребенку болезни (инвалидизация); видя ребенка в роли «маленького», родители представляют его уязвимым, показывают его зависимость (инфантилизацию). К ребенку могут относиться как к социальному отстающему, поэтому родитель испытывает тревогу за дальнейшую жизнь ребенка, понижает его статус, представляет его как социальную опасность. Эмоциональный компонент включает в себя совокупность страданий, связанных с целостным принятием или непринятием. Оно занимает главное место в системе родительских отношений, что во многом и определяет характер его появления. В эмоциональном компоненте «симпатия-антипатия», «уважение и неуважение», «близость-расстояние». Поведенческая составляющая воспитания – это форма и способ общения с ребенком. Влияние прошлого поведения на ребенка может принимать разные формы: от родительского доминирования до детской автономии.

Итак, своеобразие взаимоотношений родителей и детей в семье военнослужащих показывает отношение родителей к ребенку. Психологи

традиционно делят структуру родительских установок на три: эмоциональную, когнитивную и поведенческую. Под когнитивным компонентом родительского отношения понимается восприятие родителем описания ценностей, интересов и потребностей своего ребенка. Но такая идея может быть, а может и не быть адекватной. Так как адекватное восприятие ребенка – это полное и объективное знание ориентации родителя, основанное на индивидуальных особенностях ребенка, склонностях, интересах, психических и к социологических особенностях.

Литература.

1. Акрамова Ф.А. «Психология организации поведения в семье» Т.: «Шамс АСА» 2006.
2. Каримова В.М. Психология семейной жизни Т.: 2006.
3. Крыгина Н.Н. Диагностика супружеских и детско-родительских отношений. Учебное пособие. - Магнитогорск, 1999.
4. Махмудова Д.А. Психологические особенности внутрисемейных отношений у жертв торговли людьми//Педагогическое мастерство. - Т.: 2023. №3. -С.11-14. (19.00.00.№11) ISSN 2181-6883.
5. Теория семейной системы Мюррея Боуэна: Основные понятия, методы и клиническая практика. 2-е изд. стереотип. - М.: «Когнито-Центр», 2008.

КОГНИТИВНЫЕ МЕХАНИЗМЫ ПАМЯТИ И ИХ РОЛЬ В ОБУЧЕНИИ ЯЗЫКУ

Икромов О.И.
(г.Навои, Узбекистан)

Аннотация. *Данная статья посвящена теме когнитивных механизмов памяти и их роли в изучении языка. Также в тексте статьи подробно анализируются мнемические аспекты изучения языка, памяти и ее возможности в контексте изучения иностранных языков, психологические особенности памяти учащихся, роль типа памяти в запоминании слов, понятия и их содержание исследователи-психологи определили механизмы памяти при изучении иностранных языков.*

Ключевые слова: *Память, иностранный язык, рабочая память, познание, механизм познания, обучающийся, язык, запоминание, эффективный метод, методология, современная психология, исследование, рабочая память, закрепление, успешная учеба.*

Annotation. *The article is devoted to the topic of the mechanisms of cognitive memory in the context of language learning. The text of the article also analyzes in detail the mnemonic aspects of language learning, memory and its capabilities in the context of learning foreign languages, psychological characteristics of students' memory, the role of the type of memory in memorizing words, concepts and their content; researchers-psychologists have determined the mechanisms of memory in learning foreign languages.*

Key words: *Memory, foreign language, working memory, cognition, mechanism of cognition, learner, language, memorization, effective method, methodology, modern psychology, research, working memory, consolidation, successful study.*

В условиях сегодняшних инновационных изменений и техногенного развития владение иностранным языком не является роскошью или уникальной способностью, оно становится повседневным явлением, необходимой составляющей современной динамичной жизни. Поэтому недаром многие исследователи интересуются процессом изучения иностранных языков и поиском путей его оптимизации. Определение факторов, определяющих процесс изучения иностранных языков, формирование компонентов языковой компетентности является важной проблемой современности, исходя из которой можно говорить о качественном и научно обоснованном совершенствовании методики обучения иностранным языкам. Эффективная методика обучения должна иметь психологическую основу, поскольку сам предмет обучения - иностранный язык - явление, тесно связанное с мыслительной деятельностью человека. В овладении человеком иностранным языком участвуют все виды познавательных процессов, одним из которых является память – одно из важнейших условий усвоения языкового материала. Поэтому представляется необходимым рассмотреть особенности памяти и способы оптимизации ее работы при овладении иностранным языком. По сути, язык представляет собой явление международного значения, он считается основным средством межкультурного и межэтнического общения и в буквальном смысле служит структурным инструментом формирования глобальной идентичности. Поэтому естественно преподавание иностранных языков как предмета во всех образовательных учреждениях в условиях передовых инноваций. Кроме того, для каждого высокообразованного современного специалиста актуально знание иностранного языка на повседневном уровне и выше. По мнению К. П. Бочаровой, в обучении языку важную роль играют следующие механизмы памяти [1]:

– Мотивация и интерес к изучению языка;
– Активная рабочая память и мышление;
– Способность к изучению языка;
– соотношение языка и речи в освоении;
– Препятствия в изучении языка и т.д.

В когнитивной психологии необходимость овладения психическими процессами и знаниями в большей степени основывается на определяющей роли и функциях когнитивных структур. Кроме того, рассматриваются такие вопросы, как эффективное обучение и его концепции, организация знаний в памяти человека, способы запоминания, соотношение вербального и визуального компонентов в информационном обучении. Например, Р. Солсо, один из крупнейших представителей когнитивной психологии, считает, что любая информация обрабатывается в периферической части памяти, затем передается в вербальную кратковременную память, где происходит первичная обработка и хранение информации о текущих событиях. место лади, после чего следует детальная и последовательная обработка информации, занимающая длительное время[2]. Следует отметить, что сам процесс изучения шетского языка способствует улучшению мозговой деятельности, укреплению памяти, развитию коммуникативных и творческих способностей. Исследователь Р. Кройц пишет, что для изучения иностранного языка необходима и хорошая память, при которой укрепляется и развивается только запоминание. Поэтому память – главное условие успешного обучения. Многие люди, особенно взрослые, считают, что не могут выучить иностранный язык даже на самом простом уровне из-за плохой памяти. Возникает вопрос: что такое хорошая память? Когда легко запомнить или, наоборот, когда легко запомнить нужную информацию в нужное время? Понятие «плохая» или «хорошая» память — это скорее психологический феномен. Поэтому

многие исследователи утверждают, что человек помнит практически все, что происходило с ним в жизни, и под воздействием гипноза может подробно рассказать то, чего он никогда не помнил без воздействия гипноза. Согласно передовым научным представлениям, связанным с когнитивной психологией, Р.Кройц утверждает, что механизмы формирования долговременной памяти включают несколько основных этапов:

1. Этап кодирования информации – первым этапом формирования долговременной памяти является кодирование информации, преобразующее поступающую информацию в сохраняемые сигналы;

2. Этап консолидации – после кодирования информация проходит процесс консолидации (хранения следов), в ходе этого процесса фиксируется в нейронных сетях;

3. На этапе хранения – информация долго сохраняется в памяти.

4. Фаза извлечения. Наконец, информация извлекается из памяти и используется при необходимости. Поэтому такие когнитивные процессы, как кодирование, консолидация, хранение и поиск информации, признаются условием усвоения информации или запоминания информации в памяти. По мнению О. В. Москвиной, одной из основных составляющих любого вида обучения является процесс запоминания полученных знаний. Устные ответы студентов всегда играли важнейшую роль в запоминании учебного материала [4]. Кроме того, психолог П.И. По мнению Зинченко, память как познавательный процесс в задачах запоминания, хранения и повторения и припоминания информации, в отличие от других психических процессов, занимает одно из важных мест в усвоении и обеспечивает всестороннее развитие человека [5]. Похожие идеи можно увидеть и в исследованиях В. Н. Дружининой. Автор говорит, что запоминание учебной информации является одним из важных факторов, влияющих на качество образования. По мнению исследователя Д. Келли, мысленное повторение запоминаемого материала «внутри» предполагает выполнение двух основных задач[6]:

– Во-первых, он обеспечивает сохранение в кратковременной памяти неограниченное время;

– Во-вторых, понятно, что оно способствует переносу материала из кратковременной памяти в долговременную для более длительного хранения. Н.Э. В своей статье Лысенко указывает следующее: по результатам опроса студентов, одной из причин, снижающих мотивацию к изучению иностранного языка, является «плохая память». Например, у студентов, когда противоположный метод заменяется осмысленным запоминанием, зубрежкой, они сталкиваются с проблемой «злоупотребления» памятью. Поэтому в условиях изучения языка наиболее эффективным мнемическим приемом является усвоение информации путем запоминания, и его активное использование должно быть одной из основных задач всех учителей-предметников. Исследователь И. Тивяева проанализировала внешние условия вербализации процессов памяти с точки зрения когнитивно-коммуникативного подхода. Именно такое положение позволяет более комплексно изучить лингвистические аспекты деятельности индивидуальной памяти, в частности характеризуются коммуникативно-прагматические, структурно-семантические, лексико-мнемические, грамматические и дискурсивные особенности слов и взаимодействия между этими содержаниями. по [7]. В другой статье автор подробно исследовал возможность вербального кодирования слов посредством процессов памяти, используя нemемический, семантический словарь английского языка. В своих исследованиях В.О. Ушаков изучал процесс запоминания и его проработку, а также динамику механизма мнемических способностей [8]. Автор приходит к выводу, что усовершенствовать методику

обучения тексту на иностранном языке можно с помощью наглядного сопровождения и мотивационных средств. Кроме того, широко изучены химические свойства запоминания учебного материала в процессе решения задач. Некоторые исследователи уделяют особое внимание типу психологически эффективных методов, используемых при изучении иностранного языка, и высказывают мнение, что с их помощью можно достичь успеха. Например, по мнению Н.Д. Гальсковой, она считает, что методика обучения детей иностранному языку базируется на четырех видах условий: игре, движении, музыке и визуализации. Эти методы во многом помогают улучшить качество изучения языка и, постоянно контактируя друг с другом, достигать лучших результатов. Они особенно эффективны при обучении лексике, так как позволяют весело и интересно представить новые лексические единицы и тщательно их отработать. В некоторой литературе понятие «лексический навык» рассматривается как «автоматическая, самостоятельная способность выполнять задания». По мнению А.Н. Щукина, в процессе формирования лексических навыков учащихся выделяют следующие специфические этапы[9]:

– Восприятие слова, в результате которого создается его звуковой образ;

– Понимание значения слова;

– Имитация слова (отдельно или в предложении);

– Знак, направленный на самостоятельное наименование предметов, обозначаемых словом и т. д. Согласно этой классификации автора, приобретение лексических навыков в условиях изучения иностранных языков считается наиболее эффективным подходом, и возможность изучения языка с их помощью существенно возрастает. Исследователь С. Гарибян пишет, что без когнитивной закономерности, то есть без знания словарного запаса и грамматического строя языка, невозможно эффективно изучать иностранные языки, поскольку чем больше у человека словарного запаса, тем больше внутренняя структура слов. Тем легче понять различия. То есть становится легче понимать написанный текст и выражать свое мнение[10]. Поэтому при понимании новых слов эффективное использование прошлого опыта и техники запоминания, а также возвращение необходимой информации в поле сознания считаются очень важными когнитивными особенностями. В контексте изучения языка упоминается также феномен необычайного «физиологического состояния» при запоминании информации. Существует область «врожденной физиологической предвзятости» в постоянных нейронных путях хранения информации в памяти. Благодаря этой области запоминаются имена, даты, адреса, анекдоты, фразы, стихи, цитаты и всевозможная информация. Согласно такому подходу автора, у некоторых людей есть врожденная склонность поглощать информацию и запоминать неизвестные слова. Эта когнитивная предвзятость играет важную роль в запоминании новых слов.

Совершенно очевидно, что необходимость изучения английского языка сегодня признается большинством родителей, учителей и учащихся, поскольку современное общение зачастую требует идеального владения иностранным языком, а для одаренных учащихся возможности открытого международного образования также требуют английского языка. В соответствии с государственным образовательным стандартом преподавание шетских языков считается очень важной задачей, развивающей коммуникативную компетентность учащихся, коммуникативную в иноязычной среде, приобщающую их к культуре, традициям и действительности. В соответствии с этим требованием времени является организация тем, видов деятельности и ситуаций общения, а также создание передовых педагогических разработок, соответствующих опыту, интересам и психологическим особенностям учащихся на разных этапах.

В лингвистической и психологической литературе существует множество определений эффективных методов овладения языком. Среди них большее признание имеет определение, данное исследователем С.А. Песиной, а авторы говорят, что «когнитивная лингвистика» признается направлением, направленным на кодирование и преобразование информации. То есть язык – это продукт человеческого мышления, который напрямую связан с восприятием окружающего мира, мышлением, воображением, а главное – жизненным опытом человека. С помощью такого подхода можно понять, что язык и мышление не являются взаимозаменяемыми, синонимичными понятиями, это два взаимодействующих элемента. По мнению Т. М. Пановой, языковая форма — это условие реализации и передачи мысли, а мысль — результат взаимодействия человека с внешним миром и полученной о нем информацией. В контексте изучения иностранных языков еще одной проблемой, с которой сталкиваются студенты, является использование в речи новых слов и словосочетаний. Если студент может свободно говорить на иностранном языке на любые бытовые темы, то он легко запоминает простые языковые конструкции и использует их в устной и письменной речи [11]. Однако более сложные слова и словосочетания сложно включить в активный словарный запас. В результате учащиеся демонстрируют ограниченный словарный запас, монотонную речь и не могут ясно выражать свои мысли. Итак, упомянутые выше авторами проблемы являются одним из препятствий в изучении иностранного языка. На наш взгляд, широкое использование когнитивных технологий в образовательном процессе существенно облегчает возможности учащихся к изучению иностранных языков, а для достижения успеха необходимо изменить отношение учащегося к предмету и повысить его мотивацию к его изучению.

В условиях изучения иностранного языка студенты проявляют активный интерес к науке в начале обучения, однако в процессе обучения студенты могут потерять мотивацию к изучению иностранного языка по ряду причин. Кроме того, когда студент изучает язык, это связано с тем, что он не может применить его на практике, тогда изучение привычной лексики и выполнение грамматических упражнений становится скучным занятием. Это происходит в результате недостаточно развитых коммуникативных навыков. Возможно, больше внимания уделяется грамматике и выполнению однотипных упражнений, при этом основной упор должен быть сделан на построение общения. Согласно принципам когнитивной психологии, одним из механизмов усвоения неизвестных слов и информации является память и схемы. Все знания приходят через рабочую память нашего мозга. Блоки памяти необходимы для обработки и временного хранения информации извне. Кроме того, блоки непосредственно участвуют в процессе организации и сортировки данных. Проще говоря, учащиеся могут эффективно усваивать и запоминать лишь ограниченный объем информации. Если мы перегрузим их мозг на тренировках, это не принесет желаемого результата. Чем больше информации вы предоставите, тем меньше она будет усваиваться, запоминаться, повторяться и использоваться. Вот здесь-то и работает магическое число семь или принцип кошелька Миллера. Эту закономерность обнаружил американский психолог Джордж Миллер. Оно гласит, что кратковременная память человека способна запоминать и повторять не более 7±2 предметов. Долговременная память хранит уже усвоенную информацию, на которую можно положиться в следующем процессе обучения. Без необходимых знаний в долговременной памяти рабочая память не может выполнять сложные задачи. То есть наличие или отсутствие знаний в долговременной памяти должно учитываться, чтобы в процессе обучения усваивать новую сложную информацию.

Короче говоря, согласно когнитивной теории, схемы — это когнитивные структуры, составляющие основу человеческих знаний. На основе этих механизмов

человек способен решать проблемы, которые приходят ему в голову и требуют реализации, и усваивать новую информацию. То есть задача каждого продвинутого педагога направлена на постепенное развитие ученика и предоставление более сложных схем. Особенно ярко эта ситуация проявляется в комплексных науках. Сначала учащиеся изучают сложение и вычитание, затем умножение, затем деление и так далее. Соответственно, они запоминают ограниченный объем информации, которая постепенно наслаивается и сохраняется в долговременной памяти. Поэтому в контексте изучения языка более широкое исследование когнитивных механизмов памяти и разработка методических предложений и рекомендаций в этом отношении считаются одной из актуальных задач, стоящих перед современной психологией.

Литература.

1. *Бочарова С. П. Психология и памят. Теория и практика для обучения и работы. Харков: Гуманитарныйцентр, 2007. – С.63-64.*

2. Солсо Р. Когнитивная психология / Р. Солсо. – СПб.: Питер, 2006. – С.96 - 98.

3. Mukhortova E.A. Types of Memory and Their Development with Students of a Non-linguistic University in Foreign Language Training. Humanities and Social Sciences. Bulletin of the Financial University. 2022/ – 101-105.

4. Москвина О. В. интерактивный метод обучения иностранному языку как способ достижения студентами коммуникативной и языковой компетенций // Социалные коммуникации и эволюция обществ: материалы Международной научно-практической конференции. - Новосибирск, 2008. – С. 402 - 407.

5. Зинченко П И. Непроизволное запоминание/Под ред. В.П. Зинченко и Б.Г. Мещерякова. – М.. Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЕК»,1996. – С.85.

6. Психология личностных конструкторов и когнитивная психология / Дж. Келли и А. Бек. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. – С.91-93.

7. Тивяева И. В. Когнитивно-коммуникативный подход к исследованию языковой репрезентации процессов памяти // Вопросы психолингвистики. 2017. №1 (31). – С.28-30.

8. Ушаков В. О. Исследование динамики функционирования механизмов мнемических способностей при усложнении мнемической задачи · 2014, Т. 11 № 3. С. 149 – 163.

9. Щукин А.Н. Обучение иностранным языкам: Теория и практика: Учебное пособие для преподавателей и студентов/ 2-е изд., испр. и доп. – М.:Филоматис, 2006. – С.37 – 39.

10. Гарибян С. Английский без английского. Чудо-словар запоминания 3500 английских слов. – М. : Ас-Траст, 2008. – С.74.

11. Панова Т.М. Обучение иноязычной профессионально ориентированной лексике студентов естественных факультетов на основе интегрированного курса: автореф. дис. .. канд. пед. наук. - СПб., 2007. – 23 с.

ПСИХОДИАГНОСТИКА И ПСИХОКОРРЕКЦИЯ СТРЕССА У ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Иргашев З.Д.
(г.Андижан, Узбекистан)

Аннотация. *В статье на основе изучения психологических особенностей военнослужащих проведен анализ стрессообразующих факторов, проявляющихся у них, что позволяет исследовать способы их профилактики, а также исследованы методы и средства выявления социально-психологических особенностей проявления стресса в личности военнослужащих и даны эффективные рекомендации.*

Ключевые слова: *социальная ситуация, определение проявления уровня толерантности, психологические знания, военная служба, стресс, военнослужащий, социальная среда и факторы стресса.*

Annotation. *based on the study of the psychological characteristics of military personnel, the analysis of the factors that provoke stress manifested in them makes it possible to research methods of their prevention, and methods and means of revealing the socio-psychological characteristics of the manifestation of stress in the person of military personnel are researched and effective recommendations are presented.*

Keywords: *social situation, determination of the manifestation of the level of tolerance, psychological knowledge, military service, stress, military personnel, social environment and stress factors.*

Ни для кого не секрет, что сейчас специалисты нашей страны подчеркивают, что это одна из важнейших проблем современности. Ведь стресс любого человека, особенно военнослужащего, оказывает серьезное негативное влияние не только на его работу, но и на психическое и физическое здоровье. По данным Всемирной организации здравоохранения, 65% существующих заболеваний связаны со стрессом. Соответственно, недаром возможность приобретения различных соматических и психосоматических заболеваний вследствие стресса военнослужащих стала в центре внимания современной психологии. Поэтому современный военнослужащий должен иметь информацию о стрессе и способах выхода из него. В этой диссертации мы хотим поделиться некоторыми методологическими вопросами, которые необходимы исследователям, желающим внести свой вклад в развитие этой области.

Классификация стресса основана на различных принципах:

1) на основе анализа условий и факторов, вызывающих стресс: это раздражители, вызывающие нарушение целостности и гомеостаза живого организма; раздражители, нарушающие деятельность личности (потеря цели, отвлечение внимания); социально влияющие стимулы (социальные конфликты, образ жизни);

2) на основе учета интенсивности силы воздействия: в этом случае негативное влияние с высоким уровнем влияния вызывает психологическую и эмоциональную травму, а негативное воздействие с низкой интенсивностью приводит к фрустрации;

3) через оценку ответной реакции в стрессовой ситуации. Врожденные безусловные отрицательные рефлексы вызывают определенный уровень стресса,

тогда как условные рефлексы, приобретенные в ходе жизненного опыта, демонстрируют иной уровень стресса.

4) возможно возникновение состояния стресса на основании анализа роли эмоционального фактора в состоянии напряжения. Представляется, что среди эмоциональных ситуаций стресс по отношению к другим людям является одним из наиболее распространенных переживаний в жизни человека. Именно поэтому большинство исследований рассматривают проблему стресса как особо актуальную проблему при изучении эмоционального состояния человека.

Проведенные исследования по проблемам стресса и стрессоустойчивости привели к достижению двух основных результатов: - во-первых, разработаны тестологические инструменты, позволяющие определить показатели стрессоустойчивости человека, т.е. высокие, средние и низкие показатели; - во-вторых, обосновано, что любая деятельность человека прямо или косвенно связана с его устойчивостью к стрессам. Иными словами, установлено, что чем выше стрессоустойчивость человека, тем выше эффективность его деятельности, и наоборот, тем ниже показатель стрессоустойчивости определяется тем, что человек тратит свою энергию. и резервы устранения негативных психологических состояний при стрессе.

Принимая во внимание существование стрессовых ситуаций, серьезно влияющих как на физическое, так и на психическое здоровье современных военнослужащих, и принимая во внимание, что устойчивое отношение к ним является не только залогом защиты их здоровья, но и важным фактором, влияющим на эффективность В их деятельности сегодня большое значение приобретает изучение стрессоустойчивости военнослужащих как предмет исследования.

Важно изучить проблему выражения стресса в личности военнослужащих, определить, какие характеристики обусловили формирование поведения военнослужащего, каковы причины совершения того или иного поведения, и это следует эмпирически выяснить. подтверждаться должно основываться на сделанных выводах и не ограничиваться объяснением прошлого и настоящего существования военнослужащего, но и уметь прогнозировать изменения, которые могут произойти в его поведении в будущем. В этом процессе меняются личностные особенности, мотивация, развитие поведения военнослужащих и основная причина того, почему некоторые военнослужащие легко адаптируются к воинскому коллективу, процессу боевой деятельности, а некоторые испытывают трудности во взаимодействии с другими (коллегами, начальством и подчиненными).) Важно раскрыть тему встречи. Любая деятельность, даже обычная, может вызвать стресс, и командир не должен это игнорировать.

Следующие факторы вызывают профессиональный стресс у военнослужащих:

- испытывают трудности с привыканием к условиям военной службы;
- унижение, надругательство над его личностью со стороны сослуживцев или начальства, отсутствие здоровой духовно-психологической среды в воинских коллективах;
- страдающие стойкими соматическими заболеваниями, физической слабостью, психическими заболеваниями; - он отказывается нести ответственность за совершенное им преступление;
- потерять свой социальный статус в воинском коллективе, быть вытесненным из своего коллектива и изолироваться; - смерть близкого человека;
- проблемы в семейных отношениях, ставшие важными для его жизни и т. д.

Можно сказать, что важно изучить проблему выражения стресса в личности военнослужащих, определить, какие характеристики привели к формированию

поведения военнослужащих и что лежало в основе того или иного поведения. , и это подтверждается эмпирически. Оно должно основываться на выводах, которые ему предстоит найти, и не ограничиваться объяснением прошлого и настоящего существования военнослужащего, он должен также уметь прогнозировать изменения, которые могут произойти в его поведении в будущее.

Анализ изучения проблемы стресса и стрессоустойчивости у военнослужащих в зарубежной психологии. Исследование исследований узбекских учёных по стрессоустойчивости. Определение уровня стрессоустойчивости в учебной деятельности студентов. Определение связи между стрессоустойчивостью и самооценкой в учебной деятельности студентов. Создание программ психологического тренинга для формирования стрессоустойчивых качеств учебной деятельности студентов.

По мнению Б. Х. Варданяна [4], цель исследования состоит в том, что «стрессоустойчивость – это свойство личности, которое поддерживает гармоничную взаимосвязь всех психологических компонентов человека в эмоциональных ситуациях и помогает успешно осуществлять деятельность». Кроме того, мы видим, что Р. Лазарус [5] был первым ученым, который попытался разделить стресс на виды как физиологические и психологические понятия. Согласно идее в выдвинутой им концепции, «Физиологический стресс возникает под воздействием реальных триггеров, а психологический стресс возникает в результате оценки человеком сложившейся ситуации как опасной и сложной на основе его индивидуальных знаний и опыта». выдвигает идею.

По мнению В. И. Петрушина, понятие «напряжение» впервые было использовано в 1303 году поэтом Р. Маном, употребившим этот термин в своей поэме. Этот термин выражен в стихотворении как «Это наказание послано Аллахом людям, которые сорок лет зимовали в пустыне и испытывают сильный стресс».

В рамках этой проблемы зарубежные учёные Г. Селе, Д. Ричардсон, Ф. Миллман, Р. Лазарус, С. Фолкман, В. С. Мерлин, Д. У. Роттер, Р. Мак-Крей, Д. Д. Паркер, Б. Х. Варданян, П. Б. Зильберман, Русская психология Л.М. Маленова, Л.В. Либина, Ю.Г. Чирков, Л.А. Китаев-Смик, В.В. над вопросами, связанными с этой проблемой, работали такие исследователи, как Субботин, а также узбекское научное сообщество. Крупные ученые, такие как Остонов, Д.У.Мамадьярова, Ф.Т.Шерматов, Г.Д.Тешабаева и их ученики, выполнили ряд работ. Если просмотреть анализ психологической литературы сегодня, то можно встретить множество различных трактовок понятий «стресс» и «стрессоустойчивость».

Первое исследование стресса как научного термина принадлежит канадскому учёному Г. Селе. В вышедшем в то время номере журнала Nature от 4 июля 1936 года была опубликована статья Г. Зеле под названием «Синдром, вызванный различными повреждающими факторами», а в ней — стандарт, возникающий при воздействии на организм различных заболеваний. -вызвавшие факторы представлены сведения о реакциях. Эти данные стали основой для начала теории стресса. Проблема стресса впервые была изучена Г. Зеле как предмет специального научного исследования, и по этой проблеме до сих пор проделана большая работа. В частности, понятие стресса, его виды, стадии развития и вопросы толерантного отношения к нему стали источником исследований для многих исследователей.

Известно, что большинство людей ежедневно подвергаются воздействию стрессоров. Например, опоздание на работу или учебу, потеря денег, получение низких оценок на экзаменах – это лишь некоторые из факторов стресса, оказывающих негативное влияние на физический и психический характер человека. Если человек живет в таком состоянии каждый день, он становится легко восприимчивым и к другим стрессовым факторам, помимо сильного влияния

упомянутых стрессовых факторов. Факторы стресса уже много лет всесторонне изучаются врачами, биологами и психологами, и сегодня неудобствами условий труда являются температура воздуха, шум, вибрация, различные запахи и т. д., личные и душевные переживания, отсутствие цели, неуверенность в себе. в будущем причиной может стать отсутствие перспективы и т. д. Особенно внутри коллектива к стрессовым ситуациям часто приводят межличностные разногласия, взаимные ссоры, неорганизованность, отрыв от коллектива, слабое или полное отсутствие взаимной поддержки. К сожалению, в большинстве сообществ распространена обратная ситуация.

Таблица 1

Проявление стрессоустойчивости и самооценки у испытуемых в процентных показателях (анализ регионов по Чиланзорскому району).

		Уровень устойчивости к стрессу			
		Высокий (11 ta)	Выше среднего (8 ta)	Середина (5 ta)	Ниже среднего (4 ta)
Самооценка	Высокий	72.7% (8 ta)	75% (6 ta)	40% (2 ta)	25% (1 ta)
	Середина	27.3% (3 ta)	25% (2 ta)	60% (3 ta)	25% (1 ta)
	Низкий	0	0	0	50% (2 ta)
	Процент	100%	100%	100%	100%

Как видно из результатов исследования, на основании взаимозависимости уровня устойчивости к стрессу и адекватной самооценки 30 девочек-подростков Чиланзорского района получен следующий результат, то есть 60% девочек-подростков считают , могут принять любые сильные удары как жизненный урок и быстро восстановить свое психическое состояние.

72,7% девочек-подростков, имевших неадекватную оценку, т.е. высокую оценку, т.е. высокую оценку, составили 72,7%. Это значит, что тест показывает, что в формировании личности подростков имеются некоторые отклонения. Чрезмерная самооценка показывает незрелость личности, наличие таких ситуаций, как правильная оценка собственной деятельности и сравнение с другими.

100% испытуемых с низкой самооценкой и низкой стрессоустойчивостью. Отсюда мы видим, что это означает, что наши испытуемые не ценят себя и несколько негативно относятся к своему личностному развитию. Такие студенты составляют «Опасную группу», что редко встречается в современном обществе. В целом за низкой самооценкой могут стоять два типа психологических проявлений: сильная неуверенность в себе или «защитная реакция», при которой самооценка заключается в том, что «я ничего не могу сделать», ничего не пытаюсь, или приводит к неизменность.

Кроме того, в ходе бесед с экзаменаторами было установлено, что школьницы, предпочитающие избегать проблем в стрессовой ситуации, помимо обращения к виртуальному миру, используют следующие методы: при столкновении с проблемной ситуацией некоторые девочки стараются отвлечься от этой ситуации, т.е. вместо решения возникшей проблемной ситуации тестируемый пытается отвлечь себя различными другими задачами; в то время как другие те же испытуемые обращаются к социальному общению, чтобы забыть о проблеме, то есть девушки пытаются общаться с другими людьми в проблемной ситуации, например, вспоминают хорошие дни, проведенные вместе с друзьями и родственниками, хорошие времена, различные ходит в увеселительные заведения.

Следует отметить, что хотя такие способы ухода от проблемы временно помогают субъекту отвлечься от стрессовой ситуации, ни занятие другими делами, ни общение с близкими людьми не решат существующую проблему, стрессовую ситуацию. Вот почему подобные стратегии избегания проблем часто оказываются неэффективными.

Восприимчивость к стрессу на самом деле зависит от ряда других факторов, таких как сила и продолжительность действия стрессора, а также реакция человека на стрессоры. Кроме того, на основе обзора литературы по данной теме можно сказать, что стрессоустойчивость связана с рядом факторов, в частности, с самооценкой человека, его уровнем уверенности в себе, своими способностями. а также возможности применения, важно увеличить или уменьшить показатель устойчивости к нагрузкам. Соответственно, в наше исследование мы включили в исследование связь между устойчивостью к стрессу и самооценкой, а также изучение связи между устойчивостью к стрессу и уверенностью в себе и способностью использовать способности у испытуемых, и их мы рассматривали анализ.

Выводы и рекомендации. По изученной литературе и результатам проведенных исследований можно сделать следующие выводы:

Следующие факторы вызывают профессиональный стресс у военнослужащих:

- испытывают трудности с привыканием к условиям военной службы;

- унижение, надругательство над его личностью со стороны сослуживцев или начальства, отсутствие здоровой духовно-психологической среды в воинских коллективах;

- страдающие стойкими соматическими заболеваниями, физической слабостью, психическими заболеваниями; - он отказывается нести ответственность за совершенное им преступление;

- потерять свой социальный статус в воинском коллективе, быть вытесненным из своего коллектива и изолироваться; - смерть близкого человека;

- проблемы в семейных отношениях, ставшие важными для его жизни и т. д.

Можно сказать, что важно изучить проблему выражения стресса в личности военнослужащих, определить, какие характеристики привели к формированию поведения военнослужащих и что лежало в основе того или иного поведения. , и это подтверждается эмпирически. Оно должно основываться на выводах, которые ему предстоит найти, и не ограничиваться объяснением прошлого и настоящего существования военнослужащего, он должен также уметь прогнозировать изменения, которые могут произойти в его поведении в будущее.

Литература.

1. Serbyakova T.A. Psixologiya stressa:Uchebnoe posobie.-Novogorod, 2009

2. Voinskiy trud: nauka, iskusstvo prizvanie /Laptev L.G, dotsent Markitan R.V : Sovershenstvo,1998.- s.71

3. Boboyev X.Y “ Harbiy xizmatchilar shaxsida stressni namoyon bo’lishining ijtimoiypsixologik xususiyatlari” Toshkent 2022.

4. Kaxarova, M., & Akbarova, M. (2022). Guruhlar ishlarini tashkillashning frontal darslardan avzalliklari. ta'lim va rivojlanish tahlili onlayn ilmiy jurnali, 2(10), 165-169.

5. Kaxarova, M., & Xaydarova, O. (2022). CHet tili darslarida guruhlarda ishlash texnologiyalari. ta'lim va rivojlanish tahlili onlayn ilmiy jurnali, 2(10), 170-175.

6. Kaxarova, M., & Zohidov, I. (2022). Xorijiy tillarni o’rganishda qo’llanilgan metodlarda test topshiriqlari turlarining ahamityati. ta'lim va rivojlanish tahlili onlayn ilmiy jurnali, 2(10), 161-164.

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ МЕЖДУ РОДИТЕЛЯМИ И ДЕТЬМИ

Исматова Д.Т.
(г. Бухара.Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье разработаны соответствующие выводы и рекомендации относительно эмоциональных отношений между родителями и детьми. В процессе исследования проводились интервью, наблюдение, анкетирование, контент-анализ, а также анализ и обобщение литературы по теме, анкетирование, эксперимент, методы прогнозирования и диагностики. Также в статье содержится информация о наиболее изучаемых аспектах родительских отношений или детско-родительских отношений, а также об особенностях восприятия родителей, способах их общения с ребенком.*

Ключевые слова: *восприятие, память, эмоциональное, познавательное, поведение, позиция, способности, родительские мотивы, социализация, эмоциональное отношение, социальный контроль, санкции, избирательное эмоционально-оценочное.*

Annotation. *In this article, relevant conclusions and recommendations were developed regarding the emotional relations between parents and children. In the research process, interview, observation, questionnaire, content analysis, as well as analysis and generalization of literature on the topic, questionnaire, experiment, prediction and diagnosis methods were carried out. Also, the article contains information about the most studied aspects of parental relationship or parent-child relationship, as well as the features of parents' perception, the way they communicate with the child.*

Key words: *perception, memory, emotional, cognitive, behavior, position, ability, parental motives, socialization, emotional attitude, social control, sanction, selective emotional-evaluative.*

Воспитание, или детско-родительские отношения, является одним из наиболее изучаемых аспектов. При этом по заданию родителей он понимает систему или комплекс эмоционального отношения родителей к ребенку, восприятие родителей и способы поведения с ним. Семья – это дом, где учишься любить людей и мир. Добрые и светлые воспоминания ребенок сохранит на всю жизнь. Семья согревает детские сердца, укрепляет волю ребенка в самые трудные минуты жизни. Семья может расширить те хорошие качества, которые уже присутствуют в ребенке. Процесс воспитания в семье имеет противоположную природу: родители воспитывают себя, обучая своих детей. В зависимости от характера воспитания (образовательной модели) отношения родителей к ребенку изучаются точнее в рамках этих сфер, различных ситуаций в стране, формирования определенных (иногда достаточно устойчивых) отношений между ними происходит.

Понятие родительских отношений является наиболее общим и показывает взаимодействие и взаимозависимость между родителем и ребенком. Отношение родителей включает в себя субъективно-оценочное, сознательно выбранное представление о ребенке, определяющее особенности восприятия родителей, способ общения с ребенком и характер способов воздействия на него. Как правило, структура родительских отношений делится на эмоциональный, когнитивный и поведенческий компоненты. Понятия родительский статус и родительское отношение используются как синонимы родительского отношения, но различаются

по уровню осознанности. Позиция родителя исследует ситуации, связанные с развитыми установками и намерениями, возможно, сознательно принятыми. Детско-родительские отношения как целостная система составляют важнейшую подсистему семейных отношений. В зависимости от возрастных особенностей ребенка и родителей его можно считать непрерывным, длительным и промежуточным.

По мнению Е.И.Захаровой и Г.В.Бурменской, характеристики детско-родительских отношений, определенные многолетними исследованиями, воплощают в себе наиболее эффективные и характерные черты для описания эмоционального взаимодействия. Другая характеристика родительских отношений помогает формировать семейный климат, позицию и стиль родителей, семейное воспитание, родительские отношения, эмоционально-ценностные отношения родителей.

Е.И.Захарова дает полную характеристику эмоциональных детско-родительских отношений, выделяет три блока эмоционального взаимодействия родителей и детей:

1. деликатный блог,
2. блог эмоциональных проявлений
3. блок поведения;

Первый блок - родительская чувствительность - в этот блок входят особенности восприятия и способность распознавать эмоциональное состояние ребенка. Во взаимодействии это проявляется в умении понять причины состояния матери и ребенка, сочувствовать проблемам ребенка, ведь любящий родитель очень чувствителен к малейшим изменениям эмоционального состояния ребенка.

Второй блок эмоциональных проявлений включает чувства матери по отношению к своему ребенку. Проявление положительного эмоционального фона, если мать испытывает искренний интерес к ребенку, сочувствие и любовь к своему ребенку, если ребенок испытывает такие же чувства к матери, и наоборот, если мать злится, возникает напряженный эмоциональный фон. будет проявлено В этот блок также входит характеристика отношения к себе как к родителю.

Третий блок поведенческих проявлений – поведенческие проявления взаимодействия отражает родительскую чувствительность и особенности эмоционального взаимодействия матери и ребенка. Сюда входит оказание эмоциональной поддержки ребенку, стремление к физическому контакту и возможность влиять на эмоциональное состояние ребенка.

По мнению А.С. Спиваковской, под детско-родительскими отношениями обычно понимают важнейшую детерминанту психического развития и процесса социализации ребенка, которую можно определить по следующим параметрам:

• характер эмоционального отношения включает эмоциональное принятие ребенка родителями (родительскую любовь), зависимость ребенка от родителей и эмоциональное отношение. Особенностью детско-родительских отношений по сравнению с другими межличностными отношениями является их высокая значимость для обеих сторон.

• мотивы воспитания и воспитания

• уровень вовлеченности родителя и ребенка в детско-родительские отношения

• удовлетворение потребностей ребенка, забота и внимание родителей к нему;

• стиль общения и взаимодействия с ребенком, особенности проявления родительского лидерства;

• поддержка самостоятельности ребенка как способа решения проблемных и конфликтных ситуаций;

• социальный контроль – требования и запреты, их содержание и объем, способ контроля, санкции (поощрение и подкрепление) и родительский контроль;

• уровень устойчивости и последовательности (непостоянства) семейного воспитания.

А.С. Спиваковская выделяет следующие интегральные показатели взаимоотношений родителей и детей:

• позиция родителя определяется характером эмоционального принятия ребенка, мотивами и ценностями воспитания, образом ребенка, образом себя как родителя, ролевыми моделями родительского поведения, уровнем удовлетворенности воспитанием детей.

• тип семейного воспитания определяется параметрами эмоциональных отношений, стилем общения и взаимодействия, уровнем удовлетворения потребностей ребенка, особенностями родительского контроля и уровнем последовательности в его реализации;

• имидж родителей как учителей и образ системы семейного воспитания ребенка. Этот показатель в последнее время стал предметом научных исследований и широкого обсуждения. Возникновение интереса к изучению места ребенка в системе детско-родительских отношений связано с тем, что ребенок является таким же активным участником, как и родители.

Как отмечала В.С. Мухина, «в реальной жизни все сложнее любой классификации», поэтому современные родители должны сознательно стремиться найти наиболее эффективный метод воспитания отдельного ребенка в семье. По мнению наших местных исследователей Б. Г. Ананьева и

В. Н. Мясищева, детско-родительские отношения – это отношения между ребенком и его родителями с избирательной эмоционально-оценочной психологической связью, такие отношения связаны с возрастно-психологическими особенностями. Поведение детей, культурное поведение и собственная жизненная позиция определяют особенности восприятия ребенком своих родителей и способа его общения с ними.

А.С. Спиваковская Под «детско-родительскими отношениями» мы понимаем реальное направление, позволяющее охарактеризовать широкий спектр отношений, основанных на сознательной или бессознательной оценке ребенка, выражающейся в способах и формах взаимодействия с детьми. Нам необходимо представить эту структуру в целом и изучить, как другие, сознательные и неосознанные мотивы структуры личности родителей проявляются и реализуются в конкретных формах поведения и взаимопонимания с детьми.

Э. Г. Эйдемилер выделил 3 основных типа отношений между родителями и детьми:

1. Чрезмерный тип вмешательства (авторитарный контроль)

2. Чрезмерный тип отстраненности (эмоциональное неприятие).

3. Оптимальный тип.

Своего рода чрезмерное вмешательство. Чрезмерная родительская любовь заключается в чрезмерной заботе и участии в делах и жизни ребенка, проникая даже в его внутренний мир. В этом случае родители стараются не только удовлетворить все потребности ребенка, но и предугадать и выполнить его желания, они часто не все прощают ребенку, думают и действуют вместо него.

Какая-то крайняя разлука. Этот тип отношений характеризуется следующим. Игнорирование ребенка, нежелание учитывать его особенности и не уделять ему должного внимания, это, естественно, отрицательно сказывается на развитии личности ребенка. Ребенка строго контролируют или, наоборот, игнорируют. Природные качества не усиливаются и не подавляются при поступлении в школу. Если нет возможности для самовыражения и развития, эти качества могут стать

отрицательными. Это упрямство, упрямство, яркость со своими особенностями и полное пренебрежение к ней.

Существует 4 принципа, которые следует учитывать при реализации оптимального типа детско-родительских отношений:

- принцип равенства
- принцип добровольности,
- принцип открытости и искренности.
- принцип взаимного уважения

Все эти характеристики выявляют принципиальные эмоциональные ситуации между родителями и детьми.

По мнению О.А. Карабанова, детско-родительские отношения представляют собой систему межличностных отношений, направлений и ожиданий в вертикальном направлении по возрастной лестнице, снизу вверх («ребенок-родитель») и сверху вниз («родитель-ребенок»). «диада») определяет совместную деятельность и общение членов семьи. Детско-родительские отношения как целостная система составляют важнейшую подсистему семейных отношений и носят постоянный, долговременный характер и считаются связанными с возрастными особенностями ребенка. и родителей. Детско-родительские отношения, как важнейшее в психическом развитии ребенка, могут определяться следующими параметрами:

• характер эмоциональной связи,
• образовательные и родительские мотивы;
• уровень участия родителей и детей в детско-родительских отношениях;
• удовлетворение потребностей ребенка,
• родительская забота и внимание к нему,
• стиль общения и взаимодействия с ребенком;
• Особенности проявления родительского лидерства;
• метод решения проблемных и конфликтных ситуаций;
• поддержка самостоятельности ребенка,
• социальный контроль,
• уровень устойчивости и последовательности (непостоянства) семейного воспитания.

Роль образа родителя и ребенка в детско-родительских отношениях заключается в достижении последовательности и сотрудничества в решении задач совместной деятельности и обеспечении необходимых условий для развития ребенка.

Местные психологи выделяют важнейшие особенности гармоничных отношений между детьми и родителями:

Во-первых, это безопасность и эмоциональная близость с другими людьми, удовлетворение основных потребностей ребенка в системе родительских отношений. Удовлетворение потребностей, возникающих в ходе взаимодействия ребенка и родителей, принятие и признание индивидуальности ребенка, сохранение собственного «Я» ребенка как автономной реальности.

Во-вторых, родителям важно достаточно знать индивидуальные особенности ребенка, понимать их психофизиологическую, психологическую и социально-психологическую природу.

В-третьих, родители должны сознательно и ответственно организовать метод конструктивного взаимодействия, соответствующий индивидуальным особенностям развития ребенка. Все эти качественные особенности и условия детско-родительских отношений определяют содержание взаимодействия родителей и детей. Ключевой особенностью эффективных отношений является эмоциональная поддержка.

Отношение родителей является одним из важных факторов формирования индивидуальной личности и поведения ребенка. Проблема человеческих взаимоотношений давно волнует практикующих психологов и изучается в рамках психологической науки.

В современной психологии существует множество классификаций родительских отношений. Родительские отношения представляют собой систему различных чувств к ребенку, понимаются стереотипы поведения, используемые в общении с ним, восприятие характера и личности ребенка, особенности его поведения и понимания.

В заключение можно отметить, что, рассматривая особенности детско-родительских отношений в отечественной и зарубежной психологии, мы видим, что они освещаются на основе разных теорий отечественных и зарубежных психологов. Также очень велико влияние методов воспитания и родителей на формирование характера ребенка. Анализируя роль семьи как фактора развития ребенка, можно отметить, что семья – это социальный институт, ячейка общества, в которой происходит формирование личности, вступающей в жизнь.

Именно в семье, особенно в раннем детстве, ребенок быстро приобретает знания, умения и жизненный опыт, создает социальные основы поведения и личности. Если всю деятельность, связанную с формированием личности ребенка, родители основывают на научной основе, если воспитание растущего человека является их естественной потребностью и гражданским долгом, современная семья может успешно выполнять воспитательную функцию. Здоровый, полноценный образ жизни в семье, комфортный психологический климат в семье занимает ведущее место в семейном воспитании. Факторный анализ показал, что для эмоционального благополучия дошкольников важны благоприятная окружающая среда, уверенность в себе и достаточная самооценка. Процесс воспитания в семье имеет противоположную природу: родители воспитывают себя, обучая своих детей.

Литература.

1. Адлер А. Воспитание детей. Взаимодействие полов /А. Адлер. Ростов-н/Д., 1998.448 с.

2. Айламзян Э. К. Психика и роды / Э. К. Айламзян. СПб., 1996.120 с.

3. Акивис Д. С. Отцовская любовь / Д. С. Акивис. М., 1989.250 с.

4. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. Л., 1968.280 с.

5. Репринцева Г.И.Детско – родительские отношения в современной семье // Социальная педагогика в России. Научно-методический журнал. 2010, № 2.

THE ROLE AND INFLUENCE OF LOCUS OF CONTROL IN STUDENTS' MOTIVATION TO ACHIEVE SUCCESS

Ismatulloyev A.N.
(Bukhara, Uzbekistan)

Abstract. *This article analyzes the relationship between locus of control and achievement motivation among students, as well as the impact of internal and external locus of control on this motivation. Based on empirical research, it discusses the concepts of self-efficacy and attribution. Strategies are proposed to enhance students' active participation in the educational process and improve their academic performance, thereby fostering adaptive behavior. The results are relevant for pedagogical practice and modern educational systems, supporting the development of academic motivation and psychological resilience in students.*

Keywords: *locus of control, externality, internality, achievement motivation, personal activity.*

Аннотация. *Статья анализирует взаимосвязь между локусом контроля и мотивацией достижения успеха у студентов, а также влияние внутреннего и внешнего локуса контроля на эту мотивацию. Основываясь на эмпирических исследованиях, рассматриваются концепции самоэффективности и атрибуции. Предлагаются стратегии для повышения активного участия студентов в учебном процессе и улучшения академической успеваемости, что способствует формированию адаптивного поведения. Результаты имеют значение для педагогической практики и современных образовательных систем, поддерживая развитие академической мотивации и психологической устойчивости студентов.*

Ключевые слова: *локус контроля, экстернальность, интернальность, мотивация достижений, личностная активность.*

Introduction. In the educational system, the role of motivation and personal locus of control in students' success is crucial. Locus of control refers to a cognitive variable that determines an individual's belief in their ability to control their life and its outcomes, distinguishing between an internal or external locus of control. The study of locus of control in contemporary psychological research is particularly significant for enhancing the effectiveness of the educational process, requiring a focused approach in strategies aimed at improving educational outcomes.

The relevance of this article is based on the necessity to deeply investigate the interconnection between locus of control and motivation for success in students. The modern educational system demands the development of measures to boost students' confidence in their abilities and to engage them actively in the learning process. Therefore, exploring the psychological mechanisms of locus of control and motivation for achieving success is an essential area for pedagogical and psychological research.

The scientific novelty lies in the investigation of the interaction between locus of control and motivation for success among students through a specialized psychodiagnostic study. The results of this research analyze the relationship between students' levels of personal control and their aspirations for success in the educational process, providing empirically grounded data.

Locus of control has two main forms: internal locus of control (internality) and external locus of control (externality). Individuals with an internal locus of control perceive

personal responsibility for events in their lives, which leads to higher motivation for academic success. Conversely, students with an external locus of control tend to attribute their outcomes to external factors such as luck or the influence of others. This can decrease motivation and lead to passivity in the learning process.

Motivation for success manifests as an intrinsic drive associated with an individual's desire to achieve their goals and their ability to overcome challenges. This motivation is closely linked to self-efficacy, self-awareness, and the valuation of success. A highly motivated student sets ambitious goals and diligently works to achieve them, viewing failures as temporary setbacks while striving to further develop their abilities.

From a psychological perspective, students with an internal locus of control tend to have higher levels of success. This is because they relate their outcomes to personal responsibility, which encourages them to work harder. In contrast, external locus of control often leads to passivity and avoidance behavior, which can obstruct success.

For example, Carol Dweck's research demonstrates a strong correlation between internal motivation and success. In her studies, she has shown how a growth mindset positively influences educational achievements. Dweck emphasizes that belief in one's abilities and a desire to learn foster high levels of motivation. Such an approach empowers learners to overcome difficulties, resulting in enhanced academic accomplishments.

Motivation for success is also integrally connected to cognitive and emotional processes. Research by H. Heckhausen and other scholars links motivation for success to the development of an individual's abilities and their need to achieve results. In this context, a student's goals, assessment criteria, and subjective significance are vital. According to Atkinson, motivation for success is formed through the integration of two factors: the drive to achieve success and the avoidance of failure.

From childhood, the need for success is shaped by parental influence. In this process, parental pressure should be moderate, allowing the child to be more motivated to test their abilities independently. The environment also provides essential conditions for the child to develop social and empathetic skills, which helps build resilience to stress and psychological adaptability in the future.

Research Object and Methods. In our research, we proposed the following hypothesis: there is a significant correlation between an individual's locus of control and motivation for success. The theoretical basis of the study is grounded in cognitive psychology and motivational theories. According to these principles, an individual's desire for success and how they evaluate it is largely determined by their level of confidence in managing their experiences and life.

During the empirical research process, we utilized J. Rotter's "Locus of Control" methodology, which measures the tendency to explain successes and failures through internal or external factors. Additionally, T. Ehlers' "Motivation for Success" methodology was employed to assess an individual's motivation to overcome challenges and achieve set goals. These methodologies help deepen the understanding of the dynamics of motivation through psychological constructs such as self-efficacy and the influence of internal and external factors.

During the research, statistical data were analyzed using SPSS software. Pearson's correlation coefficient was utilized to determine the relationship between locus of control and motivation for success. A total of 357 students participated in the study, and the results provided a scientific basis for the final conclusions.

Obtained Results and Analysis. According to the results of J. Rotter's "Locus of Control" methodology, it was found that among the 357 participating students, 191 had a dominant external locus of control, while 166 exhibited a dominant internal locus of control. Students with an external locus of control demonstrated high levels of conformism, which is the tendency to adjust to and follow the influence of others. Their

motivation levels were low, characterized by self-doubt, high anxiety, and a need for social approval. These students acted based on others' perceptions and evaluations, were more susceptible to social influence, and had a greater need for leadership from others in collaborative activities. Their failures in various situations reflected the preeminence of external factors.

Table 1

Correlation indicators of students' locus of control levels with T. Ehlers' Achievement Motivation Assessment Methodology results (n=357)

Achievement Motivation	Locus of Control	Mean Value	Standard Deviation	Pearson Correlation	p-value
Low Level	Externals	7,810	2,131	0,628**	0,004
	Internals	5,190	1,203		
Medium Level	Externals	11,174	1,742		
	Internals	13,133	1,848		
High Level	Externals	10,883	1,315		
	Internals	16,913	1,715		
Note: Correlation is significant at the 0.01 level (two-tailed).					

The relationship between students' levels of locus of control and motivation for success was analyzed using Pearson's correlation analysis. This analysis aimed to identify the correlation between the types of locus of control—external and internal locus of control—and their levels of motivation for success. The obtained results contribute to a deeper understanding of the interrelations between various aspects of locus of control and motivation for success.

The correlation coefficient between students' levels of locus of control and T. Ehlers' methodology for determining motivation for success is 0.628, indicating an average or strong correlation between these two variables. The p-value is 0.004, which signifies that the result is statistically significant at the 0.01 level ($p < 0.01$). Therefore, the identified correlation is not random but real. This correlation demonstrates that there is a significant and clear relationship between students' locus of control and motivation for success.

Significant differences in the levels of motivation for success between externals and internals were observed. The average value for externals with low levels of motivation for success is 7.810 with a standard deviation of 2.13, while the average value for internals is 5.190 with a standard deviation of 1.203. These results indicate that low levels of motivation for success are more characteristic of individuals with external locus of control. In the case of medium levels of motivation for success, the average value for externals is 11.174 with a standard deviation of 1.742, and for internals, it is 13.133 with a standard deviation of 1.848, showing that internals have a higher level of motivation for success.

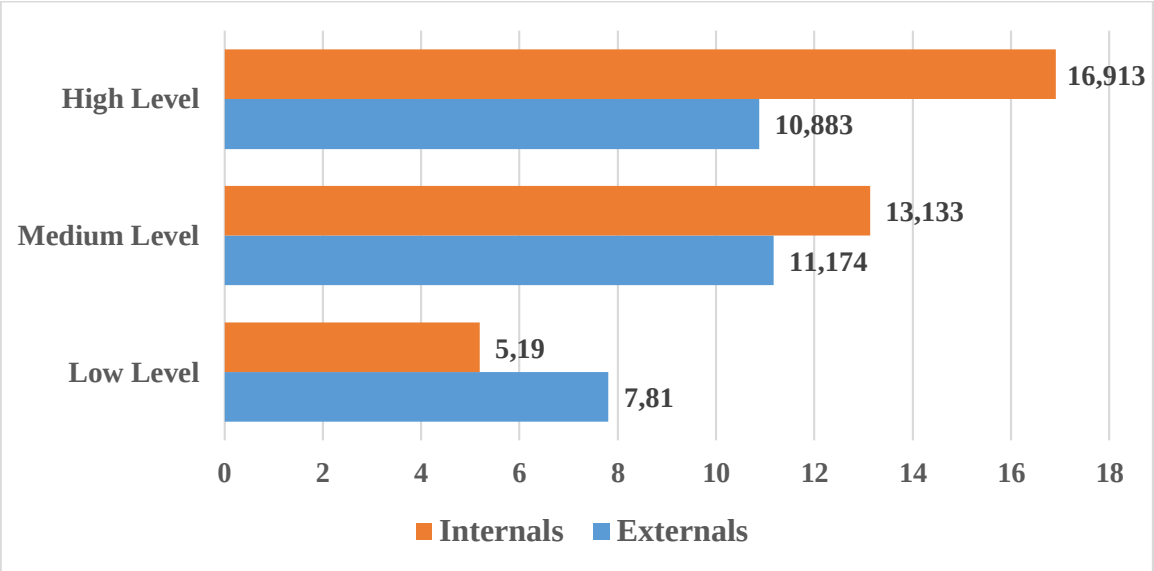
In high levels of motivation for success, the average value for externals is 10.883 with a standard deviation of 1.315, while the average value for internals is 16.913 with a standard deviation of 1.715. This indicates that internals have significantly higher results in terms of high levels of motivation for success compared to externals. Internals maintain their motivation at a high level, believing in their abilities and actions regarding their successes and outcomes.

Based on the analyses, the clarity of the interrelation between levels of locus of control and motivation for success was confirmed. Pearson's correlation analysis demonstrated a significant correlation between the types of locus of control and the various levels of motivation for success. It was found that at low levels of motivation, externals have higher motivation than internals, while at medium levels of motivation,

internals have considerably higher results than externals. Furthermore, at high levels of motivation, it was revealed that internals significantly surpass externals in motivation for success. These results contribute to a deeper understanding of the impact of locus of control on motivation for success and shed light on the motivational differences between internals and externals.

Figure 1

Results of locus of control and achievement motivation among students presented in a diagram format.



As seen in Figure 1, there is a clear correlation between locus of control and motivation for success. In particular, students with a high level of motivation for achieving success tend to exhibit an internal locus of control. This psychological interrelationship indicates that such students have a strong desire to achieve high results in their educational pursuits or other activities. They attribute their success to personal resources, namely internal capabilities and individual qualities, which confirms that their internal motivation is at a high level.

Students with an internal locus of control are more likely to take full responsibility for the outcomes of their actions, which positively affects their self-management abilities and personal effectiveness. Thus, the connection between internal locus of control and motivation for success emerges as a key psychological factor determining an individual's achievements in education and other activities. The awareness of their personal responsibility and their focus on internal locus of control significantly enhance their overall psychological well-being and their ability to achieve goals.

On the other hand, students with a low level of motivation for success exhibit a predominance of external locus of control. Such individuals attribute the results of their actions to external factors, such as society, environment, or the influence of those around them. This indicates their tendency to evade responsibility and to blame external reasons for their failures.

Students with an external locus of control tend to engage in activities directed more towards avoiding failure, which diminishes their effectiveness in achieving goals. Because they link their success or failure to factors outside of themselves, external motivation and emotional states take precedence. Thus, the connection between motivation to avoid failure and external locus of control significantly impacts an individual's psychological stability and overall effectiveness.

Conclusion. The results of this research indicate a significant correlation between students' locus of control and motivation for success. Students with an internal locus of control are more likely to achieve success, as they take responsibility for managing their

lives and outcomes. Such students exhibit high motivation for academic achievements and personal development. They believe in their capabilities and demonstrate positive thinking in overcoming challenges.

Conversely, students with an external locus of control attribute their outcomes to external factors, such as chance, others, or the influence of the social environment. These students tend to link their failures to external circumstances and are inclined to avoid taking responsibility. As a result, their motivation for success is at a low level, and they exhibit passive behavior in the educational process.

The practical significance of this study lies in the need to analyze students' levels of locus of control to enhance their motivation and success within educational institutions. Developing an internal locus of control provides students with a strong source of motivation to increase their confidence in their abilities, achieve academic success, and foster personal development.

References.

1. Dweck, C. S., Ph.D. Mindset: The New Psychology of Success, Updated Edition. Ballantine Books / Softcover / Dec 2020. 320 pages.
2. Dweck, C. S., Ph.D. Self-theories: Their Role in Motivation, Personality, and Development. Psychology Press, Jan 7, 2014. 212 pages.
3. Heckhausen, H., & Heckhausen, J. Motivation und Handeln (Springer-Lehrbuch) (German Edition). 2006. 510 pages.
4. Johnson, W. A. "The Role of Genetics in the Development of Internal and External Locus of Control." 2008. Journal of Personality, pp. 123-135.
5. Bykov, S. V., & Korokoshko, I. O. "The Problem of Motivation in Educational Activities of Students." Vestnik of Samara Humanitarian Academy. 2012, pp. 60-65.
6. Gippenreiter, Y. B., & Falikman, N. V. Psychology of Motivation and Emotions. Moscow, 2009. 576 pages.
7. Ilyin, E. P. Motivation and Motives. St. Petersburg, 2011. 512 pages.
8. Ilyin, E. P. Psychology of Individual Differences. St. Petersburg: Piter, 2010. 704 pages.
9. Leontev, D. A. Modern Psychology of Motivation (edited by D. A. Leontiev). Moscow: Smysl, 2002. 344 pages.
10. Ogarodova, T. V., & Tokareva, V. B. "Locus of Control and Achievement Motivation in Hockey Players." Bulletin of Chelyabinsk State University. 2013, pp. 65-67.
11. Strokun, S. A. "Structure of the Motivational Sphere of Students in Research by Domestic and Foreign Psychologists." Bulletin of Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of Russia. 2014, pp. 158-161.

THE ROLE OF LOCUS FORMS OF CONTROL AND LIFE POSITIONS OF THE INDIVIDUAL IN INCREASING STRESS RESISTANCE IN SCHOOLCHILDREN AND STUDENTS

Ismoilova N.Z.
(Bukhara, Uzbekistan)

Аннотация*. Данная статья посвящена анализу одной из актуальных проблем, сегодня интересующих всех - стресс и стрессоустойчивости, а также копинг ресурсов влияющих на повышение стрессоустойчивости. В представлениях о стрессоустойчивости обычно подчеркивается, во-первых, важна реакция организма на внутреннее или внешнее воздействие, а во-вторых, отмечается, что выраженная реакция на внешнее воздействие связана с собственными субъективными особенностями личности. Соответственно, целесообразно также проанализировать конкретные психологические факторы, которые выступают в качестве основных определяющих факторов в повышении стрессоустойчивости. Исходя из этой идеи, в статье рассматривается важность роль внешнего и внутреннего контроля и жизненных позиций личности, влияющих на повышение стрессоустойчивости, которые считаются важными в повседневном стрессе современной молодежи. В статье проанализированы результаты эмпирического исследования респондентов, интерпретирующего корреляционные отношения между локусом контролем и стрессоустойчивостью, а также особенности проявления форм локусом контроля по жизненным позициям личности. В исследовании принимала участие группа подростков в возрасте от 14 до 25 лет, в качестве методов исследования использованы нескольких методик: методика «Определение стрессоустойчивости» Н.П.Фетискина, методика «Локус контрол» Ж.Роттера. Полученные результаты были проанализированы в двух направлениях: сначала было обнаружено, что существуют различия в проявлении локус контроля в зависимости от возраста, а затем была проанализирована корреляционная взаимосвязь между стрессоустойчивостью испытуемых и формами локус контроля в соответствии с возрастной дифференциацией. Исследование показало, что по мере развития от подросткового до юношеского возраста интернальная форма локус контроля уменьшалась, а степень экстернальности увеличивалась. Кроме того, устойчивость к стрессу у подростков демонстрировала положительную корреляцию с внешнем локус контролем, а у юношей внутреннем локуса контроля. Кроме того, наблюдались и специфические различия в проявлении форм локус контроля по жизненным позициям индивида. Таким образом, результаты и анализы нашего исследования показали, что роль локус контроля и жизненных позиций личности в повышении стрессоустойчивости важна, и обосновано, что в коррекционных тренингах, проводимых с целью повышения стрессоустойчивости, им обязательно следует уделять внимание.*

Ключевые слова*: стресс, копинг ресурсы, локус контрол, интернальный локус, екстернальный локус, детерминант, организм, реакция.*

Abstract*. This article is devoted to the analysis of one of the topical issues that are of interest to everyone today - stress and stress resistance, as well as coping resources that affect the increase in stress resistance. In the ideas about stress resistance, it is usually emphasized, firstly, that the body's reaction to internal or external influences is important, and secondly, it is noted that a pronounced reaction to external influences is*

associated with one's own subjective personality traits. Accordingly, it is also advisable to analyze specific psychological factors that act as the main determining factors in increasing stress resistance. Based on this idea, the article considers the importance of the role of external and internal control and life positions of the individual, influencing the increase in stress resistance, which are considered important in the everyday stress of modern youth. The article analyzes the results of an empirical study of respondents interpreting the correlation relationships between the locus of control and stress resistance, as well as the features of the manifestation of forms of locus of control by life positions of the individual. The study involved a group of teenagers aged 14 to 25 years, several methods were used as research methods: the method "Definition of stress resistance" by N.P. Fetiskin, the method "Locus control" by J. Rotter. The obtained results were analyzed in two directions: first, it was found that there are differences in the manifestation of locus of control depending on age, and then the correlation relationship between the stress resistance of the subjects and the forms of locus of control in accordance with age differentiation was analyzed. The study showed that as they developed from adolescence to youth, the internal form of locus of control decreased, and the degree of externality increased. In addition, stress resistance in adolescents demonstrated a positive correlation with external locus of control, and in young men, internal locus of control. In addition, specific differences in the manifestation of forms of locus of control were also observed according to the life positions of the individual. Thus, the results and analysis of our study showed that the role of locus of control and life positions of the individual in increasing stress resistance is important, and it is justified that in corrective trainings conducted with the aim of increasing stress resistance, they should definitely be given attention.

***Key words**: stress, coping resources, locus of control, internal locus, external locus, determinant, organism, reaction*

Ввдение. Сегодня вопрос повышения устойчивости молодежи по отношению к стрессу приобретает особую актуальность. В научных исследованиях, проводимых в етом направлении, уделяется внимание проблеме повышения стрессоустойчивости путем выявления, коррекции и разработки факторов и детерминант, влияющих на стрессоустойчивость личности. Данная проблема возникает не только в мировой психологии, но и в узбекской психологии как уникальное направление.

С етой связи, соответственно мы также сосредоточились на определении значимости роли локуса контроля в повышении стрессоустойчивости студентов. Здесь необходимо уточнить понятие локуса контроля. В словаре психологических терминов для практических психологов, изданном под редакцией С.Ю.Головина, етот термин определяется следующим образом: “Локус контроль (лат. locus — место, франц. control — проверка) — качество, описывающее склонность человека возлагать ответственность за результаты своей деятельности на внешние силы (внешние) или на себя (внутренние) в зависимости от его собственные возможности [1; 235 б].

Литературный обзор. Хотя психологами нашей страны не проводились глубокие научные исследования по вопросу стрессоустойчивости личности, но в последние годы етот вопрос оказался в центре внимания узбекских психологов и в етой связи было проведено несколько исследовательских работ, в частности, Д.Д.Боймирзаева (Проявление фрустрации у студентах вузов), Д.У.Мамадиярова (развитие профессионального стресса у врачей общей практики), Ж.Ш.Остонов (копинг-поведение школьников при преодолении стрессовых ситуаций), Ф.Т.Шерматов (профессиональный стресс у будущих офицеров), Д.С.Каршиева (профессиональный стресс и стрессоустойчивость педагогов), З.С.Элов

(Мотивация суицидального поведения сотрудников внутренних дел), Р.Ю.Эрназарова (динамика стресса у студентов) обратила внимание на етот вопрос и получено интересные результаты.

Учёные из стран Содружества Независимых Государств как Н.Акопян, А.А.Андреева, А.А. Баранов, Ю.И. Баст, Е.В.Зеличенко, Т.Л.Крюкова, З.Б.Кучина, О.В. Лозгачёва, И.Н. Меньшикова, Т.В. Середа, С.В. Субботин, М.Л.Хуторная, В.Ю.Щербатых и другие провели научные исследования по проблеме устойчивости к стрессам и напряженностям в педагогической сфере, но ими не изучались проблемы влияния копинг-стратегий, копинг ресурсов и копинг-механизмов на повышение стрессоустойчивости у учеников и студентов.

Зарубежными исследователями как R.Lasarus, P.Thois, E.Frydenberg, S.Folkman и другими особое внимание уделено научному изучению проявления стрессов у личности по соотношении стрессоустойчивости, в рамках проявления копинг поведения личности, но аспекты повышения стрессоустойчивости у учеников и студентов, связанные с адекватной самооценкой и емоциональным интеллектом не были исследованы.

Содержание исследования. Идея исследования заключается в объяснении возможностей повышения стрессоустойчивости школьников и студентов путем изучения особенностей взаимодействия с локусом контроля. Для доказательства этой идеи мы использовали методика Н.П. Фетискина «Определение устойчивости к стрессам», опросник Дж.Роттера «Определение локуса контроля» и методику «Исследование жизненных позиций личности» в модификации Н. Водопьяновой и М. Штейна.

Результаты: При анализе результатов, полученных на основе первых двух методик по критерию Спирмена, мы составили следующую таблицу (1 -таблица). Из таблицы видно, что интернальная форма локус контроля показала положительную корреляцию со стрессоустойчивостью (r=0,312; p≤0,01), тогда как экстернальная форма локус контроля имела отрицательную корреляцию со стрессоустойчивостью (r=0,305; p<0,01).

Таблица 1

Показатели корреляционной взаимосвязи стрессоустойчивости и локус контролья, по критерию Спирмена

Психологические переменные	Стрессоустойчивость	Аҳамиятлилик даражаси Уровень важности
Интернальный локус контроль	0,312	p≤0,01
Экстернальный локус контроль	-0,305	p≤0,01

Известно, что личности с внешним локусом контроля воспринимают происходящие вокруг них положительные или отрицательные события как совпадения судьбы. Поэтому такие люди не пытаются контролировать или решать проблемы. Они верят, что проблемы решит судьба. В результате ожидание и потеря времени могут привести к усугублению проблемы и обострению стрессовой ситуации. Соответственно, высокая экстернальность проявляется как фактор, снижающий стрессоустойчивость личности.

А интерналы считают, что происходящие вокруг них положительные или отрицательные события связаны с их личностью, то есть эти событие являются результатом их собственных действий. Поэтому они стараются максимально контролировать стрессогенные события. Аналогичным образом эта категория лиц

реагирует и на стрессоры также, то есть при возникновении стрессовой ситуации интерналы используют имеющиеся у них варианты решения ситуации, пытаются решить проблему, и в большинстве случаев им это удается. Соответственно, они пытаются управлять стрессовой реальностью и решать ее, и это повышает их стрессоустойчивость.

Как уже говорилось выше, Дж. Роттер, один из учёных, проводивших глубокие исследования по этой теме, ввёл концепцию локус-контроля личности в свою теорию социального научения [4]. По мнению автора, локус-контроль человека формируется по мере усиления у него определенных реакций. В доказательство этого положения автор приводит следующий пример: если студент всегда готовится к контрольной работе по выходным и получает в результате хорошую оценку, то у него появляется склонность к развитию интернальности. Напротив, если он несколько раз за выходные отвлекался на встречи и разговоры с друзьями и смог получить хорошую оценку, не готовясь к контрольным, то наблюдается развитие внешнего контроля. [4; 58 б]. По классификации автора, люди, обладающие внутренним локус контроля в своей деятельности, реже испытывают дистресс в стрессовых или экстремальных ситуациях под социальных давлениях по сравнению с людьми, имеющими внешнего локус контроля [4; 56 б]. Исследования локуса контроля показали, что внешний локус контроль коррелирует со стрессом, депрессией, тревогой и трудностями в преодолении стресса. Также установлено, что интернальный локус контроль связана с психологической зрелостью человека. Существуют исследования, которые подтверждающие тот факт, что локус контроль личности связан и с ее адаптивностью к стрессовым ситуациям.

Проблема локус контроля личности издавна вызывает интерес как один из важных объектов исследования в областях философии, социологии и психологии, в которых анализируется способность личности управлять своей деятельностью и действиями. Исторически эта тема изучалась в связи со свободной волей человека и подчинением судьбе. Таким образом, локус контроль — это характеристика, которая помогает определить, в какой степени человек может эффективно контролировать или управлять событиями, происходящими вокруг него. При этом люди делятся на две категории: обладающие внешним (экстернальный) локус контроля и имеющие внутренным (интернальный) локус контроля.

При количественном анализе полученных в исследовании результатов мы предпочли выразить результаты в виде диаграммы, чтобы обеспечить наглядность полученных результатов с целью изучения проявления локус контроля у испытуемых по возраста и результаты отражены на следующую диаграмму

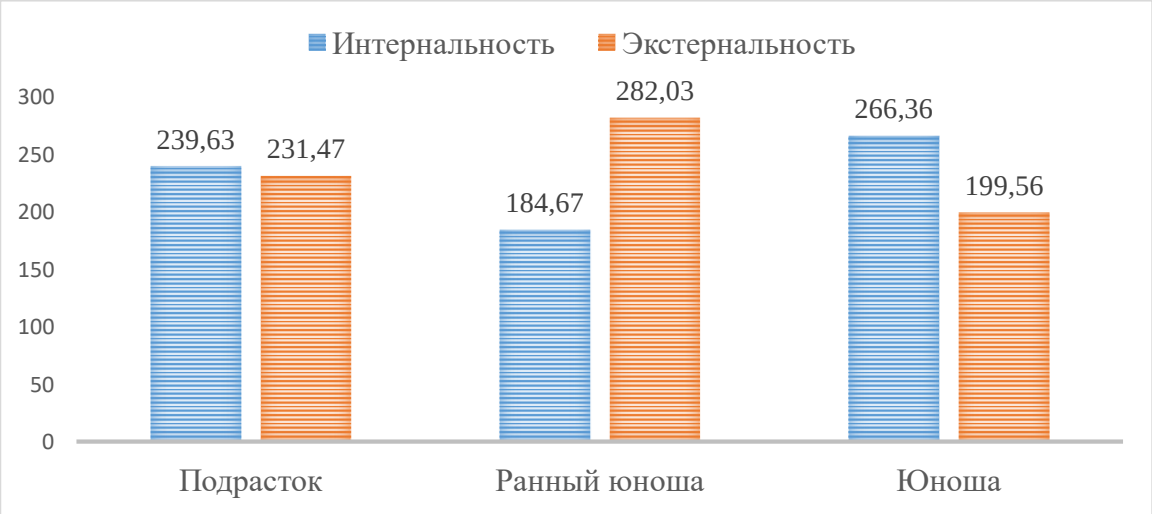


Рисунок 1. Дифференциальные различия проявления локус контролья в разных возрастных периодах

Согласно результатам, представленным в диаграмме показатели интернального и экстернального локус контролья в группе подростков не сильно различались. Это можно объяснить тем, что некоторые школьники в подростковом возрасте пытаются решить свои проблемы и стрессовые ситуации, веря в свои силы и возможности, а часть школьников довольствуется тем, что списывает такие ситуации на судьбу. Следовательно, среди протестированных подростков есть те, кто может использовать обе формы локус контролья.

У ранних юношей мы можем видеть, что интернальность низкая, а экстернальность высокая, такой результат можно объяснить тем, что в этом возрасте большинство испытуемых полагаются на помощь других, а не решают проблемы самостоятельно в стрессовой ситуации или хотя бы ограничиться передачей проблемы на суд судьбы.

В подростковой группе интернальный локус контроль показала высокий результат, а параллельно показатели экстернальности показали низкий результат. То есть к моменту подросткового возраста человек имеет возможность правильно понять свои проблемы, сложные ситуации и свои способности, необходимые для их решения. Учитывая, что подростки с высоким интернальным локусом контроля больше полагаются на когнитивную систему, они тратят большую часть своего времени и умственной энергии на получение большего количества информации, чтобы контролировать и влиять на то, как происходят важные для них события. Свою основную енергию они также направляют на развитие своей личности, улучшение социальной и жизненной среды. Интерналы разрабатывают собственные планы в стрессовых ситуациях и действуют соответственно. Таким образом они изучают и применяют техники успешного преодоления стрессовых ситуаций в своей жизни и выходят из стрессовых ситуаций без физических и психических потерь

Далее мы попытались изучить проявление паттернов локус-контроля у испытуемых в зависимости от жизненных позиций человека, результаты представлены на схеме ниже.

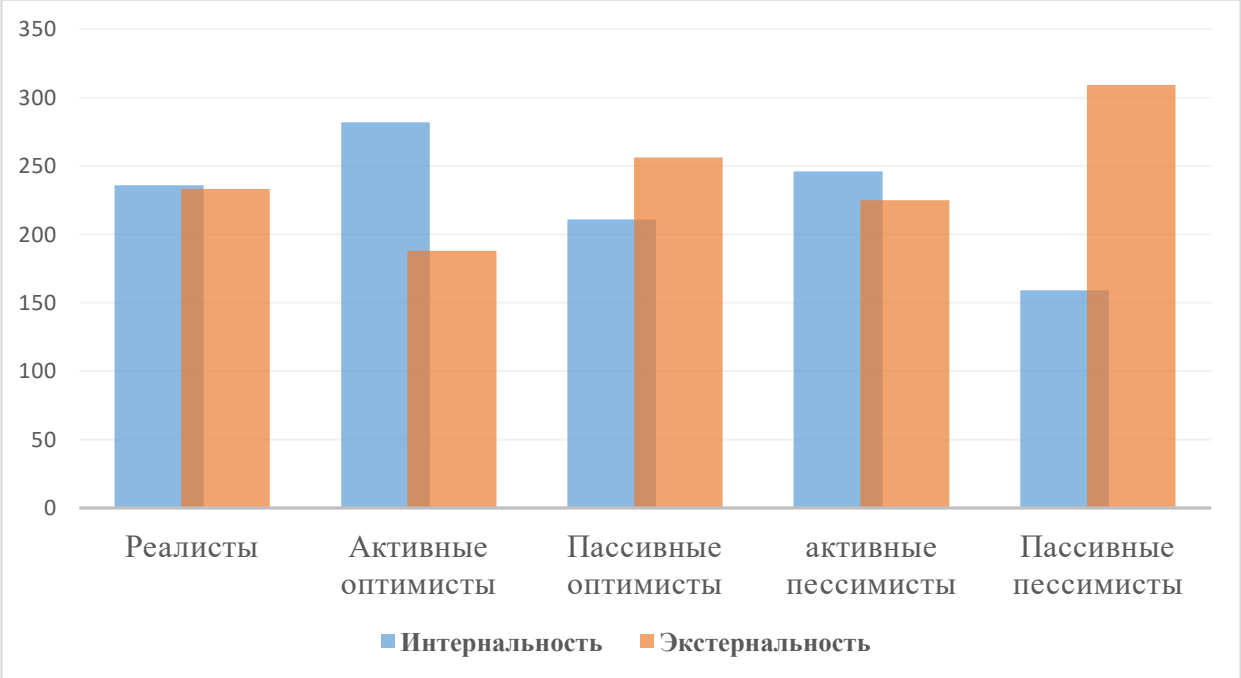


Рисунок 2. Проявление локус контролья по жизненным позициям испытуемых

Как видно из рисунка 2, у испитуемых относящихся к категории реалистов и интерналность, и экстернальность показали одинаковый уровень. Соответственно, данная категория лиц реалистично относится к стрессовым событиям в своей жизни и поэтому верит, что проблема будет решена любым способом, то есть следуют принципу: «если есть проблема, тогда есть и решение». Известно, что чем более реалистичен человек, тем сильнее у него склонность позитивно оценивать стрессовую ситуацию. То есть личности категории реалистов обычно понимают суть стрессовой ситуации и принимают эту ситуацию как возможность развития как личности.

Видно, что у активных оптимистов показатель интернальности отражает гораздо более высокий результат, чем экстернальности. Этот результат можно объяснить тем, что люди, относящиеся к категории активных оптимистов, обычно имеют позитивный взгляд на свое будущее благодаря своей активности и преобладанию оптимистического настроения. Соответственно, они рассматривают стрессовые ситуации как фактор позитивных изменений в своей дальнейшей жизни. По исследованиям некоторых исследователей, в частности Т.О. Гордеевой, «оптимистичные люди, ориентирующиеся только на положительные стороны, могут ясно видеть пути достижения желаемой цели и стараться преодолевать трудности, возникающие на пути к достижению этой цели, тратя свои силы и сила воли». Даже если прогресс на этом пути будет медленным или чрезвычайно трудным, они не отступят. У них выражена эмоциональная устойчивость, наблюдается преобладание теоретического мышления, абстрактного мышления и анализа фактов [3; 89 б]. И это есть один из факторов, повышающих их стрессоустойчивости.

У пассивных оптимистов наблюдалось по форме локус контроля превосходство показатели екстернальности над интернальности. Анализируя этот результат, можно объяснить, что хотя данная категория лиц и является оптимистами, их пассивность мешает им решать стрессовые ситуации. В результате они снова испытывают стресс из-за медлительности решения проблемы или усилий по ее решению. Пассивно-оптимистические интерналы из-за проявления в себе эмоциональной неустойчивости в большинстве случаев просто пытаются решить проблему, если не видят результата, оставляют ее в покое, не доведя ее до конца.

Видно, что показатель интернальности несколько превосходит экстернальность у испытуемых, относящихся к категории активных пессимистов. Для объяснения данной ситуации необходимо обратить внимание на их характерные особенности. То есть, хотя они и пессимисты, но не останавливаются перед стрессовыми ситуациями в силу превосходства своей активности. Однако, поскольку они больше сосредотачиваются на негативных аспектах жизни, они склонны интернализировать более негативное поведение в своем собственном поведении. Поэтому следует отметить, что их действия в стрессовых ситуациях более деструктивны.

Отмечено, что экстернальность значительно превышала интерналность по сравнению с испытуемыми, находившимися в позиции пассивных пессимистов. Этот результат означает, что люди, относящиеся к этой категории, не прилагают никаких усилий для решения проблемы в стрессовой ситуации, а если этого недостаточно, то даже не прожигают свою жизнь ради решения проблемы. Пассивно-пессимистические экстерналы рассматривают свои цели как недостижимые или препятствия на пути к достижению своих целей как непреодолимые, а также считают, что действие и усилия по разрешению стрессовых ситуаций безполезно.

Крайне важно поддерживать и сочувствовать таких учеников и студентов, иначе они могут потерять интереса к учебе и даже потерять жизненные цели. Следует подчеркнуть, что, посочувствовав им, не следует ожидать от них особой благодарности.

Вывод: На основе анализа можно сделать вывод, что локус контроль личности приобретает вариативный характер в зависимости от возраста, а устойчивость к стрессу у школьников и студентов обнаруживает корреляционную связь с обеими формами локуса контроля. Данный результат подтверждает идею нашего исследования о том, что в повышении стрессоустойчивости у учеников и студентов важно учитывать формы локус контроля и личностные жизненные позиции. Кроме того, для будущих исследований, изучающих взаимосвязь между устойчивостью к стрессу и формами локуса контроля, изучение религиозных убеждений испытуемых также может дать интересные результаты.

Литература.

1. Головин С.Ю. Словарь практического психолога.-М.: Наука, 1998.- 426с
2. Гордеева Т.О., Сычев О.А., Осин Е.Н. Оптимистический атрибутивный стиль и диспозиционный оптимизм: емпирическая проверка сходства и различия двух конструктов. / Т.О. Гордеева, О.А. Сычев, Е.Н. Осин // Психология. Журнал ВШЕ. – 2017. – том 14. №4. – С. 756–765
3. Муздыбаев К. Оптимизм и пессимизм личности // СОЦИС: Социологические исследования. – 2003. № 12. С. 87-91
4. Rotter J.B. The Development and Application of Social Learning Theory: Selected Papers, Oxford University Press, 2002. P. 124

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У МОЛОДЕЖИ И РОЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ

Кадирова М.М.
(г.Навои, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье изучена роль психологической службы в формировании навыков социального интеллекта среди молодежи. В исследовании подчеркивается значимость включения психологов в образовательные программы, а также эффективность процесса через проведение различных тренингов и мастер-классов по обучению социальному интеллекту. В статье особо отмечена важность развития коммуникативных навыков, эмпатии и социально уравновешенного поведения как ключевых факторов в укреплении навыков социального интеллекта.*

Ключевые слова: *молодежь, психологическая служба, эмпатия, коммуникативные навыки, социальное поведение, поведение, принятие решений.*

Annotation. *This article explores the role of psychological services in developing social intelligence skills among youth. The study emphasizes the inclusion of psychologists in educational programs and highlights the effectiveness of this process through various training sessions and workshops aimed at teaching social intelligence. The article specifically notes the importance of developing communication skills, empathy, and socially balanced behavior as key factors in strengthening social intelligence skills.*

Key words: *youth, psychological service, empathy, communication skills, social behavior, conduct, decision-making.*

Введение. В современном обществе, где социальные взаимодействия и межличностные коммуникации играют важную роль, формирование социального интеллекта у молодежи приобретает особое значение. Социальный интеллект, который включает в себя навыки понимания и управления межличностными отношениями, способствует успешной адаптации в социуме, развитию эмпатии и коммуникативных способностей, а также формированию позитивных моделей поведения. Именно поэтому роль психологической службы в данном процессе становится незаменимой, так как профессиональная поддержка и наставничество позволяют молодежи более осознанно развивать свои социальные навыки.

Психологические службы играют ключевую роль в создании условий для формирования социального интеллекта у молодежи, предлагая различные методы и подходы, направленные на улучшение межличностных взаимодействий и понимания социального контекста. Через тренинговые программы, мастер-классы и групповые занятия молодежь обучается основным аспектам социального интеллекта, включая эмпатию, самоконтроль, способность к сотрудничеству и эффективному разрешению конфликтов. Данные аспекты способствуют формированию зрелой личности, готовой к успешной социальной адаптации и профессиональной деятельности.

Таким образом, исследование роли психологической службы в формировании социального интеллекта у молодежи позволяет выявить наиболее эффективные методы и подходы для развития данных навыков, а также определить важные условия для их успешной реализации

Анализ литературы по теме.

А.Н. Леонтьев - Анализирует концепцию социального интеллекта в рамках общей психологической деятельности человека. Согласно его исследованиям, социальный интеллект основывается на способности личности понимать и управлять отношениями с другими людьми, и эти способности развиваются в юности. Л.С. Выготский - Считает социальный интеллект важным для культурного и социального развития личности. Его концепция "зоны ближайшего развития" подчёркивает роль наставников и партнеров в развитии социального интеллекта у молодежи. А.А. Бодалев - Предоставляет значимые теоретические анализы в области психологии восприятия других и социального восприятия. Он утверждает, что развитие социального восприятия помогает молодежи эффективно строить взаимоотношения и разрешать конфликты. В.Н. Мясищев - Изучает психологию межличностных отношений, объясняя формирование социального интеллекта через систему отношений. В его теории подчёркивается важность развития у молодежи способности регулировать взаимоотношения. Н.И. Гуткина - Изучает влияние общения и социального восприятия на развитие социального интеллекта у молодежи. Согласно её исследованиям, развитие социального интеллекта проходит наиболее эффективно через укрепление коммуникативных навыков.

В.Ф. Шадрина, Е.В. Беляева, В.Д. Комаров), психолога (А.В. Берклунд; Э.Ф. Баширов, Е.С. Саутина), специалиста социальной работы (О. Ю. Павлова). Проблема развития социального интеллекта студентов исследовалась в работах А.В. Луневой, А. М. Молокостовой, Е.С. Саутиной, М.Л. Тарасенко. В работе С.А.Потутковой изучается влияние социального интеллекта на адаптивность личности.

Отмечая плодотворность указанных исследований, следует признать, что проблема развития социального интеллекта будущих педагогов-психологов в аспекте их адаптации к учебно-профессиональной деятельности не была

предметом специального рассмотрения. К числу множества проблем, возникающих при решении данного вопроса, на наш взгляд, следует отнести такие, которые связаны с уточнением содержания понятия «социальный интеллект будущего педагога-психолога» и с обоснованием критериев его адаптиро-ванности к учебно-профессиональной деятельности, с разработкой и реализацией модели развития социального интеллекта, и ряд других.

Методы изучения темы "Роль психологической службы в формировании навыков социального интеллекта у молодежи" включают следующие:

1. **Метод анкетирования** - Используются специальные опросники для оценки уровня социального интеллекта у молодежи и эффективности психологических услуг. С помощью этого метода исследуются навыки общения, эмпатии и решения проблем.

2. **Экспериментальный метод** - Проводятся тренинги и психологические занятия, направленные на развитие социального интеллекта, и анализируется их эффективность среди молодежи. Сравнение изменений в экспериментальной и контрольной группах позволяет оценить результаты.

3. **Метод наблюдения** — Психологи наблюдают за тем, как молодые люди ведут себя и общаются в реальных жизненных ситуациях. Этот метод помогает выявить проявления социального интеллекта на практике.

4. **Метод интервью и беседы** — Проводятся глубокие беседы с молодежью для получения информации о том, как они понимают, регулируют и интерпретируют межличностные отношения. Этот метод позволяет лучше понять личные чувства молодежи.

5. **Психодиагностические тесты** — Применяются специальные тесты для оценки социального интеллекта, эмпатии, самоконтроля и коммуникативных навыков. Эти тесты помогают точно определить уровень развития социального интеллекта у молодежи.

Формирование социального интеллекта молодежи и роль психологической службы связаны со следующими аспектами:

1. Социальный интеллект как ключевой навык. Социальный интеллект представляет собой способность понимать эмоции, намерения и поведение других людей, а также умение эффективно взаимодействовать с окружающими. У молодежи социальный интеллект помогает формировать эмпатию, саморегуляцию, уверенность в общении и гибкость в различных социальных ситуациях. Эти навыки являются основой для адаптации к современным условиям жизни и для успешной социальной и профессиональной интеграции.

2. Роль образовательных учреждений.

Образовательные учреждения играют ключевую роль в формировании социального интеллекта, предлагая специальные тренинги, направленные на развитие таких навыков, как командная работа, уверенность в общении и навыки разрешения конфликтов. Психологическая служба, действующая в школах и вузах, способствует организации психологических тренингов, ролевых игр и групповых мероприятий, направленных на развитие у молодежи способности понимать и уважать точки зрения других.

3. Важность семьи и родительского участия.

Роль семьи в формировании социального интеллекта молодежи также велика. Родители могут поддерживать эмоциональное развитие ребенка, формируя в нем чуткость, эмпатию и умение находить общий язык с окружающими. Психологические службы могут организовывать тренинги и консультации для родителей, направленные на развитие конструктивного общения и обучение эффективным методам воспитания.

4. Поддержка со стороны.

Психологическая служба оказывает неоценимую помощь в развитии социального интеллекта молодежи. Психологи могут проводить индивидуальные и групповые консультации, тренинги по управлению конфликтами, а также развивать навыки активного слушания и эмоциональной саморегуляции. Например, тренинги по развитию эмпатии и пониманию эмоциональных состояний других людей помогают молодежи становиться более чуткими и внимательными к окружающим.

5. Примеры успешных программ.

Программы по развитию социального интеллекта, проводимые психологами в рамках школьной и университетской службы, часто включают тематические тренинги, ролевые игры, мастер-классы по командному взаимодействию и мероприятия для развития коммуникационных навыков. Такие программы помогают молодым людям лучше понимать свои эмоции и эмоции других, что способствует более гармоничному социальному взаимодействию.

6. Влияние на эмоциональную устойчивость и адаптацию.

Социальный интеллект также оказывает положительное влияние на эмоциональную устойчивость молодежи. Молодые люди с высоким уровнем социального интеллекта легче преодолевают стрессовые ситуации и быстрее адаптируются к изменениям, что особенно актуально в условиях современного мира.

7. Содействие в решении социальных проблем.

Навыки социального интеллекта помогают молодежи не только адаптироваться в обществе, но и способствуют формированию гражданского самосознания и ответственности. Молодежь, способная к пониманию и разрешению конфликтов, активно включается в социальные проекты и становится более сознательными членами общества.

8. Рекомендации по укреплению психологической службы.

Для успешного развития социального интеллекта у молодежи важно укрепить роль психологических служб в образовательных учреждениях. Повышение квалификации школьных и вузовских психологов, развитие программ по профилактике деструктивного поведения и организация регулярных тренингов и мастер-классов на социальные темы являются важными аспектами.

Заключение и рекомендации. Формирование навыков социального интеллекта у молодежи в настоящее время имеет важное значение, при этом роль образования, семьи и общества велика. Через эффективную деятельность психологических служб молодежь может развивать навыки самопознания, понимания других, проявления эмпатии и решения социальных проблем. В этом процессе важно совместное участие школ и высших учебных заведений, психологов, родителей и широкой общественности.

Следующие рекомендации помогут развивать социальный интеллект у молодежи: Развитие психологических служб в образовательных учреждениях: Усиление психологических служб в школах и университетах, увеличение числа тренингов и консультаций играют важную роль в формировании социального интеллекта у молодежи.

Литература.

1. Абабкова, В. И. О возможных подходах к определению содержания деятельности школьного психолога / В. И. Абабакова // Стандарты и мониторинг в образовании. - 2002. - № 2. - С. 46-50.

1. Бабаева, Н. А. Структура профессиональной деятельности практического психолога : учеб.-метод, пособие / Н. А. Бабаева ; Рос. ун-т дружбы народов. - М. : Рос. ун-т дружбы народов, 2004. - 47 с.

2. Зимняя, И. А. Ключевые компетенции — новая парадигма результата образования / И. А. Зимняя // Высшее образование сегодня. - 2003. - №5. -С.34-42,

3. Казанцева, Т. А. Взаимосвязь личностного развития и профессионального становления студентов-психологов / Т. А. Казанцева, Ю. Н. Олей-ник // Психологический журнал. - 2002. - N 6. - С. 51-59.

4. Фокин, В. А О некоторых аспектах профессионального самосознания старшекурсников и выпускников факультета психологи МГУ /

5. В. А. Фокин // Вестник Московского университета. - 2006. - №2. - С. 79-87.

THE ROLE OF STRESS AND EMOTIONAL TENSION IN DEVIANT BEHAVIOR

Kalillayeva U.A.
(Nukus, Uzbekistan)

Annotation. *This topic explores stress and emotional strain factors related to students' deviant behavior. Academic pressure, problems in personal life, peer relationships, and family conflicts that occur in the educational process can increase stress. These strains lead to the fact that the student cannot control his feelings and deviant behavior is formed. The topic emphasizes the importance of protecting students from stress, increasing emotional stability, and teaching stress management strategies.*

Key words: *behavior, stress, emotion, ibrox, intelligence, deviant, speech, thinking, stability*

Аннотация. *В этой теме рассматриваются факторы стресса и эмоционального перенапряжения, связанные с девиантным поведением учащихся. Давление в учебе, проблемы в личной жизни, отношения со сверстниками и семейные конфликты, возникающие в учебном процессе, могут усилить стресс. Эти напряжения приводят к тому, что ученик не может контролировать свои чувства и формируется девиантное поведение. В теме подчеркивается важность защиты учащихся от стресса, повышения эмоциональной стабильности и обучения стратегиям управления стрессом.*

Ключевые слова: *поведение и телевидение, стресс, эмоции, ibrox, интеллект, девиантный, речь, мышление, стабильность.*

Entrance: Deviant behavior is a set of inherently distorted behaviors that deviate from the social norms adopted in society, and the formation of this type of behavior among students is one of the important problems in the educational process. The role of stress and emotional tension is of great importance in the development of this behavior. Today's modern educational system puts high demands on students, which significantly affects their mental health. As a result of this, students can fall into a state of intense stress due to the large load on the reading process, family problems, or the complexities they face in peer relationships.

Stress and emotional stresses are psychological conditions that develop as a defense mechanism of the body against external pressures, which have a direct impact

on a person's behavior. In these processes, students may lack the ability to control their emotions and, as a result, deviant behavior may form. Such behavior is manifested by low self-esteem, aggressiveness, conflicting relationships with teachers and peers, violations and frustrations.

In this introductory section, a deeper study is made of deviant behavior and its relationship to stress and emotional tension. These are the main factors that shape behavior, its consequences in the educational process and methods of supporting the mental health of students are analyzed.

Literature analysis: Émile Durkheim was a French sociologist who played an important role in the study of various social problems affecting society and its structure, including deviant behavior. He was the first to introduce the concept of "anomie" to explain behavior incompatible with social norms and rules. Durkheim's works focus mainly on changes in society, normative emptiness, and the problems of the individual in finding their place. He played a key role in explaining the relationship of human behavior to social factors**.**

Anomie theory: one of Durkheim's most important concepts is the concept of "anomie". Anomie is a normative emptiness in society, that is, a state of absence or weakening of the norms that govern them in people. He argued that the change in social order in society, the ambiguity of Customs and rules affect the mental stability of people. This, in turn, leads to the fact that individuals exhibit deviant behavior.

Suicide (suicide) research: one of Durkheim's most famous studies was "Le Suicide" (1897).), and he did extensive research on the social factors of suicide. In this study, Durkheim considered the individual's States of stress and mental strain to be the result of social processes associated with society. He concluded that social isolation, normative emptiness, and weakening of social bonds in society increase the risk of suicide. Studying the different types of succidus, he showed that a lack of social support can lead to stress and emotional tension [1].

Deviant behavior and normative weakness: Durkheim argued that when social norms are weakened or lost as a result of certain changes in society, people can fall into an anomie. This condition causes people to lose themselves and fall into a state of stress. In the case of anomie, deviant behavior is formed due to the fact that individuals cannot control themselves [1].

Socialization and integration: Durkheim believes that individuals feel stable and secure when there is a strong social integration in society. But in societies with low levels of integration, individuals who feel isolated or abandoned tend to exhibit deviant behavior due to stress and emotional tension.

Durkheim believes that one of the main factors affecting the origin of deviant behavior is the loss of an individual's place in society and the stress and emotional strain that occurs in this state. These processes cause the individual to be unable to control their emotions and to deviate from social norms. Thus, the causes of deviant behavior are related to social factors, not individual ones [2].

Durkheim attributes stress and emotional tension to the weakening of order and norms in society. He argues that an individual's insecurity and exposure to stress can result in the manifestation of behavior (deviant behavior) that contradicts social norms.

Richard Lazarus is an american psychologist known for his psychological theories explaining stress and emotional responses. His works focus on the study of how a person reacts in a state of stress and the mechanisms by which emotional tension is controlled. Lazarus has linked stress and emotional processes to social and personal factors, conducting research on how these processes affect individual behavior, including deviant behavior formation [4].

Lazarus explains stress through cognitive assessment. He sees stress as dependent on how a person perceives a particular condition and whether he is able to

control the condition. Humans assess stressful situations through their resources, capabilities, and beliefs about that situation. Lazarus divides this process into two parts:

- ❖ Primary assessment: the individual identifies stress or risk and assesses how important this condition is to him or her.
- ❖ Second assessment: at this stage, the individual analyzes whether it is possible or not to resolve the situation with the help of available resources.

Lazarus stress theory is crucial in explaining Deviant behavior. When individuals fail to find effective stress management strategies, they may fall into a state of emotional tension. This condition, in turn, can lead to the formation of deviant behavior. When an individual is unable to adapt to a stressful situation or find healthy ways to deal with it, the chances of showing behavior that deviates from norms to protect themselves from stress increase. [4]

Lazarus has made significant contributions to the study of individual responses to stressful situations, linking stress management processes with emotional states and interpersonal relationships. If an individual is mismanaging stress, it can affect not only individual psychological health, but also social norms. Due to Stress and emotional tension, an individual can manifest in deviant behavior that deviates from social rules and norms. [3]

Discussion. The relationship between Deviant behavior (actions that deviate from social norms) and stress has been studied by many studies. Stress and emotional tension, especially those caused by social, psychological and economic pressures, are seen as important factors in deviant behavior formation.

Stress is related to the responses and resources that an individual can do in relation to stressful situations. Richard Lazarus ' theory of cognitive assessment explains the process of how stress is reacted to. According to this theory, how people perceive and respond to stress depends on how they assess the situation. When an individual fails to find strategies to deal with or avoid stress, they are faced with emotional tension, which can cause deviant behavior. [3]

Emil Durkheim, on the other hand, says in his concept of" anomie " that weakening or changing norms in society leads to a loss of place for the individual. This causes a state of stress and internal tension, encouraging individuals to deviate from social rules. For example, increased stress as a result of economic difficulties, family conflicts, or social alienation can lead to deviant actions. [2]

Stress factors that lead to Deviant behavior

- ❖ Social and economic stress: social or economic problems, such as unemployment or feeling unacceptable in society, lead to an increase in the level of stress in the individual. Lack of social support is seen as one of the main factors causing deviant actions.
- ❖ Emotional tension and isolation: when individuals are disconnected from public or family support, they often feel isolated or alone. This condition has been particularly studied in Durkheim's research on suicide. As he shows, when an individual loses his place in his society or social norms change, this leads to emotional tension, and deviant behavior can occur.
- ❖ Stress response: Lazarus ' theory of stress and coping studies how individuals respond differently to stressful situations. While some people have learned to deal with stress constructively, others may not be able to control stress and emotional tension, which leads them to rule-breaking behaviors.

Stress and emotional tension can have a significant impact on deviant behavior. The weakening of rules and norms in society or the inability of individual individuals to constructively solve their problems can dramatically change the behavior adopted by them. Individuals who have difficulty managing Stress and emotional tension often succumb to deviant actions [5]

Conclusion.

Stress and emotional stress are important factors in deviant behavior. These conditions can strongly affect a person's mental and physical condition, encouraging them to behave contrary to norms and rules. Under Stress conditions, people may lose control of themselves and choose the wrong ways to relieve their inner emotional state. Effects of stress: Stress often leads to deviant behavior by interfering with a person's correct decision-making. Stress caused by social, financial, or personal problems can motivate people to commit illegal or harmful acts. For example, in the case of extreme tension, a person may be prone to committing a crime or consuming harmful substances. Emotional Stress and internal conflicts: emotional stress is caused by conflicts that arise in the inner world of a person. In these cases, people may have difficulty managing their emotions and commit aggression, violence, or other actions contrary to social rules. Emotional tension is especially dangerous for individuals with low self-control.

In general, stress and emotional stress are one of the main factors in the formation of deviant behavior, and their control and reduction can have a positive effect on individuals ' adherence to social norms and rules.

Literatures.

1. Émile Durkheim Le Suicide StreetLib SRL 2017 y., 462 p.
2. Émile Durkheim The Division of Labor in Society Free Press 2014 y., 368 p
3. Lazarus R. "Psychological Stress and the Coping Process"Press: McGraw-Hill, 1966 y., 466 p.
4. Lazarus R. "Emotion and Adaptation""Press: Oxford University Press, 1991 y., 557 p.
5. Воронцова Марина Викторовна, Бюндюгова Татьяна Вячеславовна, Макаров Владимир Евгеньевич Теория деструктивности 2014 - 360 с.

АКТУАЛЬНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ВНУТРЕННИХ СТИЛЕЙ УШУ В КОНТЕКСТЕ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Калмыков М.П., Калмыков И.М.
(Россия)

Аннотация. *В статье рассмотрены вопросы актуальности различных внутренних стилей ушу для трансформационных и адаптационных процессов личности. Приведены ряд заключений о пользе данных практик исходя из анализа эмпирического опыта авторов статьи.*

Ключевые слова: *ушу, личность, адаптация личности, развитие личности.*

Abstract. *The article discusses the relevance of various internal wushu styles for transformation and adaptation processes of personality. Conclusions are given about the benefits of these practices, which are based on the empirical experience of the authors of the article.*

Keywords: *wushu, personality, personality adaptation, personality development.*

В последние десятилетия, люди в разных странах мира, проявляют большой интерес к кэмпо в целом и к восточным боевым искусствам в частности. Такой

интерес не случаен. Ведь занятия боевыми единоборствами позволяют не только поддерживать свою личную энергию и физическое здоровье, развивать гибкость и легкость тела, но и затрагивает аспекты психического здоровья и трансформационных процессов развития личности. Кроме того, многие школы, особенно восточных боевых искусств, включают в себя переплетение эмпирического и практического опыта, философской мысли и духовных традиций. [5]

Среди огромного количества стилей и направлений, последние годы, особый интерес вызывают так называемые «внутренние» стили ушу.

Изначально термин ушу предполагает обозначение системы боевых искусств Китая, которая существует на протяжении всего времени развития страны и включает в себя различные стили как кулачного боя, так и боя с использованием различного вида оружия, такие как копья, мечи, секиры, топоры, палки и т.п. [3]

На текущий момент ушу существует и как метод практического познания тела и духа, и как вид спорта, и как непосредственно боевое искусство. [4] В данной статье будет затронут первый из перечисленных аспектов, так как авторы статьи считают наиболее важными и интересными к изучению духовные основы внутренних стилей ушу, их психологическая, социально – психологическая, психофизиологическая и кинесферная, онтологическая составляющая.

Внутренние стили ушу (нейцзя). На данный момент под внутренними стилями ушу главным образом понимают три стиля: тайцзыцюань, синъицюань и багуачжан. Слово «внутренний» в этом случае показывает нам внимание данных стилей к деталям духовного развития, обретения «целостности», а также к философской части китайской традиции мысли.

Багуа-чжан - относится к традиционным стилям боевого искусства ушу.

Его название переводится, как «ладонь восьми триграмм» и соотносится с системой восьми качеств, лежащей в основе китайской концепции Перемен.

Внутренняя основа стиля сводится к философской мысли о том, что все сущее между Небом и Землей подчинено единому закону, который отражает взаимодействие полярных сил Инь и Ян и описывается набором восьми качеств. Эти качества в багуачжан раскрываются, и преобразовываются при помощи особых вращений и положений ладоней, которые задают внутреннее движение от центра к периферии и наоборот.

В данной технике, преимущественно ведется ближний бой с постоянным ритмичным перемещением по кругу и сменой направления движения. За счёт чего достигается «вязкость» боя, качественный уход с линии атаки и выход на противника с неожиданного угла. Это, в свою очередь, открывает возможность применения множества приемов опрокидывания, в которых задействованы плечи, локти, бедра и колени. На ряду с бросковой техникой и техникой захватов, в багуачжан используются удары раскрытой ладонью, а также применение разнообразного оружия ближнего боя.

Тайцзыцюань - в переводе «кулак великого предела». Важнейший принцип тайцзыцюань – искать неподвижность в движении, которые управляются волей и разумом. Целями данного стиля являются гармонизация сознания, оздоровление, омоложение и долголетие.

Особенностью данного стиля является плавность, непрерывность и мягкость движений. Мягкий, перекатывающийся шаг, с постоянным контролем положения тела в пространстве, позволяет сохранять равновесие, а техника толкающие руки (туй – шоу) дает возможность предугадывать движения противника и мгновенно переходить от защиты к атаке.

Синъицуань переводится «кулак формы и намерения». В среде закрытых даосских школ, синъицуань стал одним из самых мистических стилей

традиционного ушу. Основной акцент данного стиля сводится к тому, что воля человека следует прежде его формы. «В середине человека живет его волевой импульс, а в приемах ушу он обретает форму», говорили мастера этого стиля.

Характерной особенностью данного стиля являются экономичные, точные, резкие предельно собранные движения, в которых внутренние усилие переходит во внешнее действие. Перемещения представляют собой подскоки и отскоки. Удары наносятся с близкой дистанции, в основном не кулаком, а суставом второй фаланги указательного пальца, нацеленной в болевую точку противника. [1]

Исходя из особенностей внешних форм и внутреннего философского наполнения вышеперечисленных стилей ушу, мы можем прийти к выводу о том, что их использование может оказать благотворное влияние на развитие личности в материальном, социальном и духовном аспектах. Оттачивая на тренировках волевые качества, гибкость, скорость, сосредоточение, чувствительность, способность к восприятию и взаимодействию с различными качествами энергии, человек приобретает большую стрессоустойчивость, лабильность психики, коммуникативные способности. [2] Увеличивая чувствительность к телесным и энергетическим процессам, развивается способность распознавания своих истинных желаний и потребностей, увеличивается способность к целеполаганию и целедостижению. Учитывая, что внутренние стили ушу, подразумевают под собой глубокую взаимосвязанную физическую, психическую и ментальную работу, у человека развиваются когнитивные способности, эмоционально – чувственный интеллект, появляется интенция к духовному развитию.

Литература.

1. Березнюк С.Л. Синъицюань: самые первые учебники. / С.Л. Никитин. – Издательство: Х.: ФЛП Коваленко А.В., 2009. – 192 с. - ISBN: 978-966-20-7926-5;

2. Козлов, В. В. Интегративная психология / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Международная Академия психологических наук", 2023. – 748 с. – ISBN 978-5-88230-640-2.

3. Маслов. А. А. Ушу в культурной традиции Китая // XVIII Научная конференция «Общество и государство в Китае» М., 1987, ч. 1;

4. Маслов А. А. Небесный путь боевых искусств: духовное искусство китайского у-шу. СПб: ТЕКС, 1995. Кн. 1: Метафора ушу. Гл. 9: Равновесие между гражданским и военным – гармония в человеке и обществе;

5. Никитин В. Н. Онтология телесности: Смыслы, парадоксы, абсурд / В.Н. Никитин. - Москва : Когито-Центр, 2006. - 320 с. - ISBN 5-89353-168-X. - URL: https://www.ibooks.ru/bookshelf/29481/reading (дата обращения: 15.10.2024). - Текст: электронный

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ В ПРОЦЕССЕ СОЗДАНИЯ РАЗВИВАЮЩЕЙ ИГРОВОЙ СРЕДЫ

Камолдинова Д.Ж.
(г.Андижан, Узбекистан)

Аннотация. *В статье рассмотрены особенности психологических аспектов деятельности психолога ДОУ в процессе создания развивающей игровой среды. исследованы методы и средства психолога дошкольной образовательной организации, которые могут быть использованы в процессе психологического сопровождения процесса создания развивающей игровой среды, приведены эффективные рекомендации.*

Ключевые слова: *социальная ситуация, игровая среда, определение проявления уровня толерантности, особенности возрастного периода, родительская и дошкольная организация.*

Annotation. *the article explores the peculiarities of the psychological aspects of the activity of a psychologist of a preschool educational organization in the process of creating a developing game environment. methods and tools that can be used in the process of psychological support for the process of creating a developing game environment of a psychologist of a preschool educational organization have been researched and effective recommendations are presented.*

Keywords: *social situation, game environment, determination of the manifestation of the level of tolerance, specifics of the age period, parent and preschool organization.*

Организация деятельностного образования в мире, прежде всего, определяет содержание работы психолога в системе дошкольного образования. По официальным данным, дети составляют в среднем 23-27% населения каждой страны [1]. По разным причинам 22% детей нуждаются в психологической помощи в процессе развития в системе образования, одной из причин этого является развивающе-коррекционная работа психолога, что и определяет актуальность темы. Любые негативные психические процессы, происходящие в дошкольном возрасте, мешают формированию ребенка как личности. В связи с этим индивидуально-психологическими показателями детей являются «медлительность коммуникативного информационного обмена», «неспособность вступать в социальные отношения», «решение задач», «самоуверенность», «коммуникативность», «застенчивость» и их психологическая подготовка. для школьного образования. В процессе просмотра у психолога возникает потребность в изучении проблемы развивающей деятельности.

В мировых образовательных и научных центрах особое внимание уделяется научным исследованиям по разработке теоретических, методических и практических основ и современной модели всестороннего здорового развития детей дошкольного возраста. По данным анализа проведенных исследований выявлены индивидуально-психологические особенности детей, социальная среда в семье и организации дошкольного образования, взаимодействие со взрослыми, обучение ребенка в период дошкольного образования и на следующем этапе образовательной и общественной жизни. снижение эффективности психологической адаптации заключается в развитии у них психологических процессов. В частности, решается вопрос о том, приводит ли неправильное отношение психолога к игровой среде к снижению их социальной адаптивности и изменению психического развития, а в дальнейшем - вопросы влияния на

формирование личности на последующих этапах. стадии образования, находятся в стадии научного исследования. В связи с этим возникает необходимость обратить особое внимание на психологические исследования, связанные с определением психологических аспектов взаимодействия детей дошкольного возраста, динамики развития эмоционально-волевой сферы, проблемы межличностных отношений, взаимодействий и их социализации, а также психологических исследований. аспекты, связанные с возрастом.

Акрамова Ф.А., Бекова Ш.А., Достмухамедова З.Т., Норбошева М., Расулова А.Р., Рахимова И., Тайджанова М. К проблеме особенностей формирования психических особенностей дошкольного возраста и другие в своих научных исследованиях проводили теоретическое и научно-практическое исследование психологических особенностей детей дошкольного возраста, познавательных процессов, психодиагностику психологических проблем, коррекцию и психологические аспекты эффективной организации коррекционно-развивающей работы.

Ананьев Ю.М., Выготский Л.С., Гальперин, В.И. Дубровина, А.И. Леонтьев, М.И. Коджаспирова, Р.С. Независимых Государств А. М. Приходян, А. С. Спиваковская, Д. Б. Эльконин и другие в своих научных исследованиях проводили научные исследования по определению психологических особенностей человека, обусловленных возрастом, причин и последствий психических изменений.

Из зарубежных исследователей В. Амен, Л.А. Венгер, Ж. Годфрой, М. Дорки, Г. Эберлейн, Дж. А. Келли, К. Левин, К. Роджерс, Б. Скиннер, Г. Салливан, К. Д. Спилбергер, С. С. Томкинс, Р. Таммл, З. Фрейд, Э. Фромм, Ю. Л. Ханина и другие научно исследовали основы психологического развития ребенка.

Каждая из дошкольных образовательных организаций все больше подчиняет свою деятельность социальному заказу родителей и решает определенные воспитательные и воспитательные задачи. Стремление повысить уровень общего развития детей, развить у них определенные способности, подготовить их к обучению в конкретной школе. Есть основания полагать, что тенденция разнообразия в дошкольных образовательных организациях в будущем будет усиливаться. Это связано и с изменениями условий развития и воспитания детей дошкольного возраста, характерными для современной эпохи. Разнообразие дошкольных образовательных организаций также требует различных программ, которые предоставляют психологам, педагогам и воспитателям свободу выбора и организации форм педагогического процесса в дошкольной образовательной организации. Вариативность программ определяется направлением развития (содержанием), что позволяет обучать потребностям общества (родителей, современной школы) и собственным тенденциям раннего развития детей. Поэтому перед психологом стоит задача организовать интеграцию общеразвивающих и специализированных коррекционно-развивающих программ в единый педагогический процесс. Реальная практика показывает, что в организациях дошкольного образования в настоящее время имеются педагоги дополнительного образования, специалисты в различных областях знаний, медицины, спорта, реализующие специальные коррекционно-развивающие программы. Позиция этих педагогов по отношению к детям и тип взаимодействия с ними должны соответствовать особенностям дошкольников.

Кардинально иной подход к пониманию духовного развития человека сложился в зарубежной психологии с первой четверти XX века. Особое внимание к этой проблеме связано с пониманием особой роли психолого-педагогического процесса общения в социально-психологическом формировании личности ребенка. Психическое развитие в онтогенезе определяется прежде всего социальной ситуацией развития (Л. С. Выготский). Поэтому необходимо обратить особое

внимание на этот период духовного развития и работу по проведению с ним специальных тренировок, на конкретные закономерности и общие механизмы этого периода. Есть все основания утверждать, что важнейшим условием формирования профессионального самосознания и личностного развития будущих специалистов дошкольных образовательных организаций является целенаправленное обучение их общению с детьми.

Л.С. Выготский выдвинул ряд научных идей, касающихся психологии психического развития ребенка в дошкольном периоде, особенностей личности ребенка, психологических служб, в частности, проведения психодиагностической и психокоррекционной деятельности в работе психолога в системе дошкольного образования. . Он определил возрастные особенности как наиболее типичные и указал общее направление развития детей того или иного возраста [2]. Также в работах других ученых показаны случаи, когда формирование личности ребенка происходит в его активной деятельности и значение ведущей деятельности в ней. На каждом возрастном этапе ведущей деятельностью является определенный вид деятельности, определяющий основные изменения личности. Это общение, игра, учеба, работа.

А. А. Бодалев, Б. Ф. Ломов, А. М. Матюшкин, согласно теоретическим правилам в концепции ведущей деятельности, отмечали, что существуют периоды онтогенетического развития, в течение которых организм чувствителен к некоторым воздействиям окружающей действительности, и такие периоды называются сенситивными. [3].

В связи с этим И.В. Дубровина, К.Ю. В результате многолетних исследований Лиемца, Ю.Л.Сьерда можно отметить, что внедрение психологической службы в систему образования является первым шагом в этом направлении в странах Содружества Независимых Государств.

Г.Г. Кравсов и Е.Е. Кравсова рассматривали психологическую подготовку детей к школьному обучению с состояния формирования основных условий и основ учебной деятельности. Они подчеркивают сложный характер этого процесса [4] и в то же время подчеркивают, что структура такой подготовки не состоит в разделении общего психического развития детей на эмоциональную и интеллектуальную сферы. Исследователи выделили показатели психологической готовности к школе, связанные с развитием отношений ребенка с окружающим миром, и рассмотрели различные типы отношений. Здесь основные аспекты психологической подготовки выражаются в 3-х направлениях, а именно: отношение к взрослым, сверстникам и самому себе.

Не весь персонал, оказывающий психологические услуги, соответствует требованиям профессиональной компетентности. Хотя есть квалифицированные специалисты, в ряде случаев им не хватает научно-методического материала, и не все из них имеют адекватные представления о психологической службе и ее реализации.

Для любого специалиста психологической службы очень важно понимать цель и, в конечном счете, содержание и характер своей работы. Известный философ и педагог Г. Гурджиев говорил: «Вопрос цели – очень важный вопрос. Человек не может даже начать что-либо «делать», пока не определит для себя свою цель. Как можно «делать» что-либо без цели?» - яркий пример нашей поговорки [5].

На основании научного изучения проблемы и анализа опыта психологической службы можно констатировать, что ее основной целью является обеспечение психологического здоровья детей дошкольного возраста. На данный момент система образования Узбекистана не имеет возможности на должном уровне реализовывать комплексные психологические услуги, реагирующие на проблемы современности и оказывающие качественную профессиональную помощь всем

участникам образовательных отношений. Однако работа и опыт наших ученых и специалистов отрасли позволяют нам предоставлять данную услугу в максимально возможной степени. Необходимая информация об этом приведена в предыдущей главе нашей работы. Однако, как сказано в постановлении, проблем нет. Анализ текущего состояния сервиса указывает на наличие проблем, которые необходимо решить.

Среди них - отсутствие достаточного количества психологов в дошкольных образовательных учреждениях, отсутствие единого подхода к определению целей и содержания службы.

В различных учебных заведениях в оптимистическом духе созданы психологические службы для решения самых сложных проблем. Работа психолога в дошкольных образовательно-воспитательных учреждениях позволяет глубже изучить жизнь дошкольников, максимально способствовать развитию растущей личности, однако этот процесс не всегда протекает гладко.

Развитие прикладной психологии в системе образования, психологического обеспечения воспитательной работы связано с необходимостью гуманизации дошкольных образовательных учреждений нашей страны. С изменением парадигмы психолого-педагогического процесса обращение к личности ребенка требует разработки профессиональных методов психологического сопровождения личности, индивидуальность которой растет и развивается. С созданием психологических служб в дошкольных образовательных учреждениях возрастает потребность в подготовке квалифицированных практикующих психологов, ориентированных на вопросы, связанные с обучением и воспитанием детей в их профессиональной деятельности.

До недавнего времени подготовка практических психологов для образовательных учреждений носила академический характер. Психологам, располагавшим необходимой информацией, было сложно применить ее на практике. Это было вызвано недостаточностью методологических проблем в этой области науки. Многие технологические подходы в работе с детьми были взяты из зарубежного опыта, но не были достаточно адаптированы к узбекским социокультурным условиям. Этот момент до сих пор соблюдается в некоторых случаях.

Приход психолога в систему образования связан с большими социальными ожиданиями. Эти ожидания не всегда соответствуют статусу психолога и задачам психологической службы. В некоторых образовательных учреждениях со сложной системой взаимоотношений психолог рассматривается как «оружие» в борьбе с неопытными учителями, проблемными учениками и родителями. Дошкольное образовательное учреждение с низким уровнем образования и воспитания пытается обвинить психолога в каких-то педагогических проблемах и его педагогической некомпетентности. Поэтому новому психологу важно использовать следующие разумные методы формирования или коррекции социальных ожиданий:

- формирование адекватных «социальных ожиданий» педагогического коллектива путем ознакомления с правами, обязанностями, этикой, пределами профессиональных возможностей психолога;

- уметь установить психологический контакт со всеми категориями преподавателей и учащихся для выяснения их психологических особенностей и оказания психологической поддержки;

- установление сотрудничества и взаимоотношений с педагогами на основе формирования общегуманитарных отношений при постановке целей, планировании, реализации планов и программ, анализе результатов деятельности.

Психолог, работающий в современном дошкольном образовательном учреждении:

- должен обладать высокими умственными способностями, быть рациональным, свободомыслящим, внимательным аналитиком и логиком;

- при работе с людьми хорошо запоминает их имена (в психологической практике неоднократно подчеркивалось, что имя каждого человека является для него сильнейшим эмоциональным триггером), легко образует сострадательные и коммуникативные группы, вежлив и должен быть коммуникабельным;

- при осуществлении совместных действий он должен уметь подчинять индивидуальные интересы интересам группы, быть добросовестным, иметь развитое чувство долга и ответственности за другого человека, проявлять отзывчивость.

Выводы и рекомендации. 1. Подводя итог сказанному, подчеркнем, что осуществление совершенного развития психики ребенка, с одной стороны, зависит от общего социального благополучия, внимания окружающих взрослых к его развитию, а с другой С другой стороны, это зависит от организации педагогически целесообразного воздействия, которое считается лик.

2. Ведущая роль в процессе психокоррекции и развития принадлежит способу общения с детьми, формированию у детей коммуникативных навыков и представлений о правильном поведении. Дружественный стиль общения, положительная эмоциональная оценка любых достижений ребенка взрослыми, формирование представлений о навыках общения и правилах поведения, нежелательных отклонениях в поведении направлены на предотвращение возникновения неблагоприятной социальной ситуации в развитии ребенка. социально-педагогическая профилактика.

3. Обучение по психокоррекционным и развивающим программам дает детям базовые знания и навыки. Наблюдается более высокий уровень мышления, памяти и других познавательных процессов, чем у детей, не охваченных специальной коррекционной работой. Пребывание в особых условиях оказывает полезное влияние на игровую деятельность детей, развитие их личности, интересов, мотивации обучения, отношений, общения и т. д. Тайные шоу.

4. Непременным условием создания игровой коррекционно-развивающей среды в дошкольных образовательных организациях любого типа является опора на личностно-ориентированную модель взаимодействия людей, основанную на системно-ценностном подходе к развитию детей.

5. Таким образом, создание игровой среды с целью формирования активной личности делает важным учет не только содержания игры, но и метода обучения, который зависит от педагога и его индивидуальности. Поэтому основная задача психолога – ознакомить педагогов с возрастными особенностями ребенка, а их знания определяют общий уровень их профессиональной грамотности и направленности в педагогической работе с детьми. Вторая задача психолога – попытаться определить общие требования к организации и содержанию пространственно-предметной среды в дошкольной образовательной организации.

Литература.

1. INSPIRE: Семь стратегий по ликвидации насилия в отношении детей. http://www.who.int/violence injuryprevention/violence/inspire/ru (манбаага мурожаат санаси: 25.03.2020 й.).

2. Вигоцкий, Л. С. Педагогическая психология /Л.С. Вигоцкий. – М.: Педагогика-Пресс, 1999. - 536 с

3. Обухова Л.Ф. Децкая психология: теории, факты, проблемы. – М., 1993. - 128 с.

4. Кравсов, Г. Г. Психология и педагогика обучения дошкольников / Г. Г. Кравсов, Е. Е. Кравсова. – М.: Мозаика-Синтез, 2013. – 261 с.

5. Груздева О.В. Детская практическая психология: учебно-методическое пособие для обучающихся по направлению «Педагогика» / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2010. - 126 с

PSYCHOLOGICAL DESCRIPTION OF LIFE SATISFACTION LEVEL OF MOTHERS WITH DISABLED CHILDREN

Kasimova H.A.
(Urganch, Uzbekistan)

Annotation. *This article presents the results of studying the level of life satisfaction of mothers with disabled children. Opinions of foreign psychologists about the measurement of life satisfaction and conclusions on the results obtained based on the determination of the level of life satisfaction in the study of the problem are given.*

Key words: *Disability, life satisfaction measure, limited health options, very satisfactory outcome, satisfactory outcome, average outcome, somewhat dissatisfied, dissatisfied outcome, very dissatisfied outcome.*

Аннотатсия. *В данной статье представлены результаты исследования уровня удовлетворенности жизнью матерей, имеющих детей-инвалидов. Представлены результаты исследований зарубежных психологов по проблеме удовлетворенности жизнью, на основе исследования сделаны выводы по уровню удовлетворённости жизнью.*

Ключевые слова: *инвалидность, мера удовлетворенности жизнью, ограниченные возможности для здоровья, очень удовлетворительный результат, удовлетворительный результат, средний результат, немного неудовлетворенный, неудовлетворенный результат, очень неудовлетворенный результат.*

Introduction. The heavier the burdens on a woman's shoulders and the more wounds she bears, the greater the obstacles in her life as a mother. This is especially true for mothers raising a child with a disability, as the challenges they face negatively impact their psychological well-being. The most important aspect of raising a child is instilling a love for life. A mother who has become disillusioned with life cannot physically or emotionally raise a healthy child. No matter how many problems a mother faces, whether she is raising a child with disabilities or burdened by financial difficulties, she must find a small source of joy, a glimmer of hope, and something to comfort herself with. Failure to accept reality can lead to becoming disillusioned with life, killing dreams, and sinking into depression. Accepting life as it is helps to relieve anxiety and stress [11].

What is disability? Disability refers to the complete or temporary loss of the ability to work due to illness, injury, or accidents. It also involves impairments in body functions resulting from diseases, injuries, or defects, which limit access to life's resources and create a need for social protection.

Individuals with disabilities face functional difficulties due to illness, physical defects, an environment that does not accommodate their special needs, and society's incorrect attitudes toward them. To reduce the impact of these difficulties, a system of state-guaranteed social protection for people with disabilities is being developed. Social

protection of persons with disabilities includes a set of economic, social, and legal measures guaranteed by the state, which are aimed at creating conditions to overcome or compensate for disability. These measures are designed to provide equal opportunities for persons with disabilities to participate in societal life alongside other citizens.

Currently, many efforts are being made in our country in this regard. For example, the President of Uzbekistan signed Law No. O‘RQ-641 "On the Rights of Persons with Disabilities" on October 15, 2020. Article 48 of this law states that every person with a disability has the right to inclusive education, and the educational institution they attend must provide all the necessary conditions for their education

Today, great opportunities have been created in our country for people with disabilities to receive an education. A testament to this is the presidential decree of June 2017, which allocated a 2% preferential quota from the general state admission parameters for persons with disabilities, and all conditions were created for them to take exams.

Historically, society’s attitude towards people with developmental disabilities has varied. In the Middle Ages, the prevailing belief was that physical defects were a punishment for sins or caused by evil spirits. This led to avoidance, fear, and often considering physically disabled individuals as “ill.” During this period, it was considered preferable to confine or isolate disabled individuals rather than involve them in social life. However, forms of social assistance, protection, and care have existed in all eras and among all peoples, often reflecting their beliefs, worldview, or ideology.[2]

However, the idea of social protection for people with disabilities within the framework of social policy began to be widely implemented only in the 20th century. Western societies did not immediately realize that excluding people with disabilities from social life negates the benefits of democracy. The development of the movement to support people with disabilities was aided by scholars and activists emerging from the disabled community itself.

After World War I, a wave of research emerged in the West on the conditions and consequences of illnesses. With this new knowledge, society’s attitude toward people with disabilities, previously rooted in misunderstanding and ignorance, began to change. There were also changes in social policy, particularly in creating service systems for people with disabilities.

A notable step in recognizing the rights and dignity of people with disabilities was seen when Franklin D. Roosevelt, who was paralyzed in both legs, was elected President of the United States. Additionally, veterans of World War II who became disabled helped to promote the idea of human dignity. After this, many doors that had previously been closed to the disabled were opened.

In our country, the issue of integrating people with disabilities into society and public life has also been elevated to a matter of priority. Specifically, it can be said that the education of people with disabilities ensures their successful socialization, active participation in society, and effective involvement in various areas of professional and social activity. Therefore, our research aims to study the factors contributing to the psychological well-being of mothers raising children with disabilities, as these factors significantly influence the development and success of the children in education, professional, and social activities. Moreover, it seeks to promote the sense of life satisfaction, which is one of the key criteria of psychological well-being.

The ultimate goal of humanity is happiness. On June 28, 2012, the United Nations General Assembly adopted a resolution proclaiming March 20 as the International Day of Happiness, to support every person’s pursuit of happiness around the world.

Countries like Bhutan, the United Arab Emirates, Venezuela, Ecuador, and Scotland even have Ministries of Happiness. The United Nations embraced the idea that “the pursuit of happiness is a fundamental human goal shared by all people worldwide.” This

concept, introduced by the Kingdom of Bhutan, was supported by all 193 member countries of the UN General Assembly. As a result, Resolution A/RES/66/281 was adopted, calling on all countries to improve the well-being of every individual.[3]

From a practical standpoint, one of the most important aspects of studying happiness is finding the most favorable conditions for this feeling to arise in people. The sense of happiness and life satisfaction in individuals is shaped by both internal (subjective) and external (objective) factors. Subjective factors of happiness include physical well-being, mental health, personal characteristics (emotional orientation, semantic hierarchy), and the individual's attitude toward themselves and the world around them.

In the ranking of causes for happiness or its absence, the leading factor is personal health and the health of loved ones[3]

Main Body

Research on life satisfaction will never lose its relevance because all human activity is aimed at meeting needs, which ultimately leads to life satisfaction. Various foreign authors such as M.A. Argyle, K. Keys, E. Campbell, D. Myers, M. Belsky, E.V. Dugina, and R.M. Shamionov, among others, have dedicated studies to the phenomenon of life satisfaction. However, despite the vast amount of research on this topic, there is still no unified perspective on the meaning and structure of the concept of "life satisfaction"[4].

Currently, there are numerous definitions of life satisfaction. Many studies note the complexity of this concept, as it encompasses many factors[5].

Several scholars have provided their own definitions of life satisfaction. For example, M. Argyle defines satisfaction as "a reflective judgment about how well things are going and flourishing"[6]. On the other hand, P.S. Gurevich considers satisfaction to be "an optimal state of a person that arises when their needs, achievements in their activities, and the nature of their relationships with the social environment are aligned." Thus, M. Argyle focuses on internal aspects, while P.S. Gurevich emphasizes external factors.

The term "life satisfaction" has various definitions by different authors, but R.M. Shamionov's definition can be considered one of the most comprehensive: Life satisfaction is "a complex, dynamic socio-psychological formation based on the integration of cognitive and emotional-volitional processes, characterized by a subjective emotional-evaluative relationship"[7].

Today, researchers are actively studying the relationship between subjective well-being and various personality traits. One such researcher is E. Diener, who defines subjective well-being as "a broad category of phenomena consisting of people’s emotional responses, satisfaction with various aspects of life, and judgments about the overall quality of life." According to the author, subjective well-being includes two components: emotional and cognitive. The cognitive component refers to life satisfaction, meaning that people generally evaluate the events that happen to them in terms of "good or bad." Therefore, if a person is often satisfied with life, their level of well-being will be high[8].

This article is based on E. Diener’s ideas about life satisfaction, as we used his "Satisfaction With Life Scale" (SWLS) in our research.

Discussion and Results

Our scientific research on the psychological characteristics of life satisfaction in mothers raising children with disabilities was conducted with a sample of 60 mothers in the city of Urgench. We used a methodology to measure their life satisfaction scale. Specifically, the "Satisfaction With Life Scale" (SWLS) developed by E. Diener is designed to assess the level of life satisfaction. The method consists of five statements, and respondents must rate their agreement on a seven-point scale [9].

The statements provided in the methodology are as follows:

1. My life is close to ideal most of the time.
2. My living conditions are excellent.
3. I am satisfied with my life.
4. I have all the important things I need at the moment.
5. If I could live my life over, I would change almost nothing.

The scale for evaluating the statements:

1 - Strongly disagree
2 - Disagree
3 - Slightly disagree
4 - Neutral
5 - Slightly agree
6 - Agree
7 - Strongly agree

The respondent must choose one of the options based on how much they agree or disagree with the statements.

The results are processed as follows: The scores for the five responses are summed up. As a result, the total score can range from 5 to 35 points. The number of points reflects the level of life satisfaction. It is recommended to assess the level of satisfaction with life based on the number of points scored by the subject as follows:

30-35 points: Very satisfied.
25-29 points: Above average satisfaction.
20-24 points: Average satisfaction.
15-19 points: Slightly dissatisfied.
10-14 points: Dissatisfied.
5-9 points: Very dissatisfied.

Based on this methodology, the responses of the participants were analyzed across six scales.

Analysis of life satisfaction measurement results:

Score range	Group 1	Group 2
30-35 points - Very satisfied	10	10
25-29 points - Above average	15	11
20-24 points - Average	3	3
15-19 points - Slightly dissatisfied	2	4
10-14 points - Dissatisfied	0	2
5-9 points - Very dissatisfied	0	0

The results of the methodology are presented in the following table. According to it, among the mothers of healthy children (Group 1), 10 reported being very satisfied with life, 15 reported being satisfied, 3 reported average satisfaction, and 2 reported being slightly dissatisfied.

For mothers raising children with disabilities, the results were as follows: 10 mothers reported very high satisfaction, 11 reported satisfaction, 3 had average scores, 4 reported being slightly dissatisfied, and 2 reported being dissatisfied.

Conclusions and Recommendations:

Based on the results of the scientific research, the following recommendations are appropriate:

1. Improve the system of providing psychological assistance and correctional support for the psychological state of mothers raising children with disabilities.
2. Provide psychological support to help mothers accept their children's limited health abilities correctly.
3. Diagnose the coping strategies of participants.

4. Identify the emotional states of respondents who reported dissatisfaction or slight dissatisfaction with their life satisfaction levels and implement corrective and therapeutic measures.

5. Based on diagnostic results, develop a correctional program and conduct relevant training sessions.

In conclusion, it can be said that students with disabilities feeling happy is closely related to their level of life satisfaction. High self-esteem and the recognition of important human qualities are key to psychological well-being in life.

References.

1. Yarskaya-Smirnova, E.R., & Naberoschkina, E.K. (2004). Social Work with Disabled Persons. St. Petersburg.

2. Bakharева, N.K. (2004). Subjective Well-Being as a System-Forming Factor of Tolerance: Author's abstract of dissertation for Candidate of Psychological Sciences. Khabarovsk: Publishing House of the Far Eastern Institute of Psychology and Psychoanalysis. – 26 p.

3. Andreevnkova, N.V. (2010). Comparative Analysis of Life Satisfaction and Its Determining Factors. Monitoring, No. 5 (99), pp. 189–215.

4. Argyle, M. (2003). Psychology of Happiness. St. Petersburg: Piter. – 271 p.

5. Shamionov, R.M. (2008). Self-Consciousness and Subjective Well-Being of the Individual. In Problems of Social Psychology of Personality (Ed. R.M. Shamionov). Saratov: Saratov State University named after N.G. Chernyshevsky, pp. 36–41.

7. Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. Journal of Personality Assessment, Vol. 49, pp. 71–75.

8. Seligman, M.E.P. (2006). New Positive Psychology: A Scientific View on Happiness and Meaning of Life. Moscow: Sofia. – 368 p.

9. Elshansky, S.P., Anufriev, A.F., Kamaletdinova, Z.F., Saparin, O.E., & Semenov, D.V. (2015). Psychometric Indicators of the Russian Version of the Life Satisfaction Scale. Modern Studies of Social Problems (electronic scientific journal), Modern Research of Social Problems, No. 9(53).

10. Kholmuhammad, N. (2021). The Status of Motherhood. Tashkent: Zukko kitobkhon.

РАЗВИТИЕ РЕФЛЕКСИВНЫХ НАВЫКОВ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Козлов В.В., Тихонова Е.А.
(Россия)

Аннотация. *В данной статье рассмотрен процесс развития рефлексивных навыков студентов как один из актуальных приёмов для повышения эффективности их учебной деятельности.*

Ключевые слова*: рефлексивность, рефлексивные навыки, учебная деятельность*

Annotation. *This article considers the process of developing students' reflective skills as one of the relevant techniques for increasing the effectiveness of their educational activity.*

Keywords: *reflexivity, reflexive skills, learning activity*

Развитие рефлексивных навыков играет важную роль в повышении эффективности учебной деятельности студентов. Понимание собственных мыслей, чувств и действий позволяет не только осознать свои сильные и слабые стороны, но и активно работать над самосовершенствованием. В современном мире, где информационный поток постоянно увеличивается, умение критически мыслить, анализировать получаемую информацию и принимать обоснованные решения является ключевым фактором успеха.

Целью данной статьи является теоретический обзор существующих методов и приемов, способствующих развитию рефлексивных навыков, направленных на оказание помощи при повышении эффективности учебной деятельности студентов.

Под рефлексией мы, вслед за К.Я. Вазиной, будем понимать «способность человека к самопознанию, направленную на осознание собственной практической деятельности, которое включает в себя актуализацию и разрешение внутренних противоречий. Это способность осознавать собственную деятельность, видеть в ней успехи, ошибки, исправлять их и таким образом потреблять и производить культурные ценности» [1].

Рефлексивное управление учебной деятельностью студентов рассмотрено в трудах Л.В. Верзуновой, Н.Я. Сайгушева, Л.А. Чуриной и др. [2].

Одним из основных методов формирования рефлексивности у студентов является систематическое проведение рефлексивных упражнений. Эти упражнения могут включать в себя самоанализ после выполнения учебных заданий, составление дневниковых записей о собственном учебном опыте, анализ случаев из практики и обмен мнениями с преподавателями и коллегами.

К действенным методам формирования рефлексивности можно также отнести использование портфолио (личные записи, эссе, отчеты, курсы, проекты, тренинги). Ведение портфолио позволяет студентам систематизировать свой учебный материал, отслеживать свой прогресс, анализировать прошлый опыт и задействовать его в будущих учебных заданиях [3].

Ещё один метод развития рефлексивности обучающихся - метод самооценки и взаимооценки. Студенты могут оценивать свои собственные достижения и прогресс в учебе, выявлять области, требующие дополнительного внимания и

развития. Взаимооценка с коллегами позволяет получить обратную связь и новые идеи для улучшения учебного процесса.

Таким образом, использование разнообразных методов и приемов формирования рефлексивности у студентов является неотъемлемой частью образовательного процесса, способствующее повышению эффективности учебной деятельности, воспитанию профессионального мышления и развитию личностного роста студентов.

Влияние рефлексивных навыков на учебный процесс проявляется в нескольких аспектах:

1. рефлексия позволяет студентам осознавать свои сильные и слабые стороны, что помогает им эффективнее использовать свои ресурсы для достижения учебных целей.

2. развитие рефлексивных навыков способствует более глубокому усвоению учебного материала, что является важным элементом повышения качества образовательного процесса.

3. рефлексивные навыки способствуют развитию саморегуляции и самоконтроля у студентов [4].

Для повышения уровня рефлексии студентов преподавателю целесообразно будет организовывать групповые дискуссии, круглые столы, конференции, где обучающиеся смогут обсуждать учебные вопросы, предлагать свои варианты решения тех или иных поставленных задач и получать обратную связь.

Таким образом, развитие рефлексивных навыков учащихся играет важную роль в повышении эффективности учебной деятельности и способствует формированию компетентных и самостоятельных личностей. Дальнейшее исследование и внедрение рефлексивных методов обучения могут значительно обогатить педагогическую практику и улучшить качество образования.

Литература.

1. Гончарова Н.В. Развитие когнитивной рефлексии и ее роль в профессиональном становлении студентов педагогического вуза. *Актуальные проблемы современности: наука и общество*. 2017; 4 (17): 49 – 51.

2. Сайгушев Н.Я., Тураев Р.Р., Веденеева О.А. Рефлексивно-педагогическое управление учебно-познавательной деятельностью студентов: монография. – СПб: Наукоемкие технологии, 2017. – 132 с.

3. Давыдов В.В. Концепция учебной деятельности школьников // Вопросы психологии. 2020. №6. С. 13-26.

4. Мириманова М.М. Рефлексия как системный механизм развития // Педагогика. 2019. № 25. С.55-58.

БИОНЕРГЕТИКА И ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА: СОВРЕМЕННЫЕ ИСЛЕДОВАНИЯ И ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ

Кузина С.В.
(Россия)

Аннотация. *В данной статье рассматривается влияние биоэнергетики на психоэмоциональное состояние человека, основанное на последних исследованиях. Также рассматриваются практические применения биоэнергетических методов в психологии.*

Abstract*. This article examines the impact of bioenergetics on the psychoemotional state of a person, based on recent research (2020–2024). The practical applications of bioenergetic methods in psychology are also explored.*

Ключевые слова: *биоэнергетика, психоэмоциональное состояние, психология, современные исследования, практическое применение, В. В. Козлова*

Keywords: *bioenergetics, psychoemotional state, psychology, modern research, practical application, V. V. Kozlov*

Прямая взаимосвязь между биоэнергетикой и психоэмоциональным состоянием людей привлекает к себе все большее внимание в последние годы, в первую очередь из-за растущего числа доказательств связи физиологических процессов с психологическим благополучием. Биоэнергетика, изучающая поток и трансформацию энергии в живых организмах, традиционно была областью, сосредоточенной на метаболических путях и динамике клеточной энергии. Однако новые исследования показывают, что эти энергетические процессы выходят за рамки клеточного уровня, оказывая значительное влияние на эмоциональное и психологическое здоровье человека.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), депрессия, тревога и другие расстройства, связанные со стрессом, являются одними из ведущих причин инвалидности во всем мире [5]. Эти состояния не только изнуряют людей, но и создают серьезные экономические и социальные проблемы. Учитывая широкое распространение психических расстройств, существует настоятельная необходимость в изучении инновационных подходов к пониманию и лечению этих состояний. Биоэнергетика предлагает многообещающее направление для таких исследований. В последние годы наблюдается рост интереса к этой области, обусловленный увеличением числа исследований, направленных на понимание механизмов, с помощью которых биоэнергетика влияет на эмоциональное и психическое благополучие.

Целью данного исследования является анализ современных подходов к использованию биоэнергетических методов для улучшения психоэмоционального состояния людей.

Недавние исследования в области биоэнергетики позволили значительно продвинуться в понимании взаимосвязи между энергетическими процессами в организме и психоэмоциональным состоянием. В частности, исследования В. В. Козлова подтверждают, что биоэнергетические практики, такие как дыхательные упражнения и медитация, способствуют снижению уровня тревожности и депрессии и улучшению общего психического здоровья.

«Рассматривая психику человека, его сознание как особое жизненное пространство, наполняющее реальность смыслами, мы также можем определить его как мощную энергетическую систему, которая создает различные смысловые

пространства, состоящие из ощущений и восприятий, эмоций и чувств, образов, символов, мыслей» [цит. Козлов, 2006 с. 86]

Психоэмоциональное состояние можно определить как психическое состояние человека, при котором эмоции играют важную роль в том, как он воспринимает различные ситуации и реагирует на них. Эмоции в этом контексте могут быть как положительными, так и отрицательными, и каждая из них по-разному влияет на физиологические процессы организма. Например, положительные эмоции, такие как радость и интерес, могут повысить уровень энергии и мотивации учащегося, в то время как отрицательные эмоции, такие как тревога и депрессия, как правило, снижают их, приводя к чувству усталости и отстраненности [6].

В статье Карелиной Н.Н., описывается, что биоэнергетические техники, такие как дыхательные упражнения, медитация и определенные формы физических движений, могут существенно влиять на эмоциональное состояние человека, модулируя поток энергии внутри тела. Например, было обнаружено, что ритм дыхания служит связующим звеном между физическим и духовным аспектами человека, влияя на эмоциональную регуляцию и уровень стресса [2].

При изучении сложной взаимосвязи между биоэнергетикой и психоэмоциональными состояниями важно учитывать различные точки зрения, предлагаемые как восточными, так и западными традициями. Восточные подходы, такие как традиционная китайская медицина и йога, уже давно подчеркивают важность потока энергии, называемого "Ци" или "Прана", для поддержания здоровья и хорошего самочувствия. Эти традиции сосредоточены на балансе и гармонии энергетических путей, или меридианов, внутри тела. Считается, что нарушение этого энергетического потока приводит к физическим и психологическим заболеваниям. Это подтверждает первичность возникновения проблемы сперва на энергетической структуре и только потом проявление ее на физическом плане. Я полностью согласна с данным утверждением, т.к. моя практика подтверждает, что проявления проблемы в эмоции или в теле - это следствие, а первопричина возникновения этого явления находится глубже. Поэтому гораздо эффективнее проработать энергетическую причину, что приводит к устранению симптомов автоматически.

С другой стороны, западные теории, в частности, разработанные такими деятелями, как Вильгельм Райх и Александр Лоуэн, также признают важную роль энергии в здоровье человека. Райх ввел понятие "оргонной энергии" - жизненной силы, которая, по его мнению, может быть заблокирована эмоциональными и физическими стрессорами. Лоуэн еще больше развил эту идею с помощью биоэнергетического анализа - формы психотерапии, которая устраняет энергетические блокировки в организме для восстановления психического и эмоционального равновесия.

Интеграция этих подходов обеспечивает всестороннее понимание того, как биоэнергетические процессы влияют на психоэмоциональные состояния. Например, в то время как восточные практики, такие как иглоукалывание и йога, направлены на регулирование потока энергии для укрепления психической стабильности, западные методы, такие как биоэнергетическая терапия, направлены на снятие физического напряжения, препятствующего свободному потоку энергии [1].

Техники, ориентированные на тело, были неотъемлемой частью многих религий и культур на протяжении всей истории. Будь то физические упражнения в буддийских практиках или поклоны во время молитв в исламе, эти движения часто наполнены глубоким духовным значением. Они служат мостом к медитации или духовной связи, например, к "воссоединению с Богом". В современной телесно-ориентированной терапии достижение состояния расслабления и отстраненности

предполагает отказ от сознательного контроля над телом, позволяя ему двигаться естественно. Эти практики делают упор на расслабленные, плавные движения, а не на напряженные или вынужденные, направленные на снятие мышечного напряжения и телесных блоков. Этот процесс "отпускания" рассматривается как психофизиологическая трансформация, при которой изменения в теле приводят к соответствующим изменениям в сознании.

В биоэнергетике работа с телом включает в себя как манипулятивные техники, такие как массаж и надавливание, так и специальные упражнения, направленные на расслабление напряженных мышц. Однако важно отметить, что, хотя эти методы могут быть мощными инструментами, особенно когда разум перегружен и проявляются физические блоки, они не являются заменой традиционной психотерапии. Биоэнергетические практики не решают глубоких эмоциональных проблем, но регулярное занятие этими видами деятельности может значительно улучшить физическое и психическое благополучие. Преимущества включают повышенную бдительность, улучшение здоровья, способность радоваться жизни, ясность ума, улучшение самовыражения, улучшение физической формы, обострение сексуальных ощущений и повышение уверенности в себе [4].

В заключение следует отметить, что изучение биоэнергетики и ее практического применения в психологии не только расширяет наше понимание здоровья человека, но и открывает новые пути для терапевтических вмешательств. Дальнейшее изучение этой области потенциально может значительно улучшить качество жизни людей, страдающих проблемами психического здоровья, что делает ее жизненно важной областью для будущих исследований и применения.

Литература.

1. Арсентьева, С.В. Психологическое исследование энергии человека: сопостовление восточных и западных подходов / С. В. Арсентьева // Человеческий фактор: Социальный психолог. – 2024. – № 1(49). – С. 98-113.

2. Карелина НН, Лапынина ЖЭ, Киселева ИВ, Пастушенко ЕЕ, Сердцева АА, Щеглов ГГ - Дыхательная гимнастика как средство снятия стресса на дистанционом обучении // Ученые записки университета Лесгафта. 2021. №9 (199).

3. Козлов В.В. Интегративная психология – возврат к предмету психологии // Методология и история психологии. 2006. № 1. С. 132–146.

4. Олейникова, Д. А. Биоэнергетика как современный метод психотерапии / Д. А. Олейникова // Научный аспект. – 2022. – Т. 2, № 3. – С. 209-216.

5. Depressive disorder (depression) Socio-economic variations in the mental health treatment gap for people with anxiety, mood, and substance use disorders: results from the WHO World Mental Health (WMH) surveys. Psychol Med. 2018;48(9):1560-1571.

6. Semigina T & Vysotska Z & Kyianytsia I, Kotlova, Shostak I, Kichuk, A. (2021). Psycho-Emotional State Of Students: Research And Regulation. Studies of Ap Sadasivam J. Kaushik, Johan W. Schrama,

МЕХАНИЗМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ В СТАРОСТИ.

Курбаниязова Р.Ю.
(г.Ургенч, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье анализируются психологические факторы старости и психологические особенности возраста. Этот возрастной период недостаточно изучен в психологии, а также в социальных и гуманитарных науках. Сегодня значительно возрос интерес к геронтологическим проблемам, а именно «демографическому старению», увеличению продолжительности жизни человека, увеличению среднего возраста и соответственно, это связано с увеличением доли пожилых людей.*

Ключевые слова: *старение, психологические особенности, механизмы психологической защиты, регресс отрицания, интеллектуализация, поиск социальной поддержки, компенсация, принятие, поиск содержания.*

Annotation. *This article analyzes the psychological factors of aging and the psychological characteristics of this life stage. This period of life is insufficiently studied in psychology, as well as in social and humanitarian sciences. Today, there is a growing interest in gerontological issues, particularly in "demographic aging," the increase in human life expectancy, the rise in the average age, and, consequently, the growing proportion of elderly people.*

Keywords: *aging, psychological characteristics, defense mechanisms, regression of denial, intellectualization, seeking social support, compensation, acceptance, search for meaning.*

Старость – один из последних этапов жизни человека. Обычно она начинается в возрасте 55–60 лет и характеризуется биологическими, психологическими, социальными и эмоциональными изменениями. В этот период люди сталкиваются с различными проявлениями процесса старения. Возраст рассматривается с точки зрения образа жизни, требующего многих изменений. В этот период человек переходит от одной социальной роли к другой. В этот период меняется личность человека, он по-другому относится к людям и пересматривает свои ценности. Он должен смириться с новой социальной ролью, то есть понять, какие возможности перед ним открываются, какие пути ему закрыты, принять свой возраст безболезненно.

Литературный анализ и методика.

О механизмах психологической защиты в «Защитных нейропсихозах» З. Фрейда, Э. Фрома, К. Хорни, Р. М. Грановской, Р. С. Роттенберга, Ю. С. Романова, Ф.В.Бассин, В.Г.Каменская, Г.В.Грачева и другие. С выходом на пенсию человек становится независимым в социальной и личной жизни. В качестве фактора целостности личности в системе вынужденного общества и общественных отношений, профессиональной деятельности, при выходе на пенсию происходит утрата связи со временем и соответствующего положения (активная трудовая деятельность).

По мнению А. Маслоу, потребности тела являются лидером в этом возрасте [3] . Как правило, они не строят планов – это связано с изменением взглядов на жизнь

Защитные механизмы в старости относятся к различным стратегиям и механизмам, направленным на обеспечение физического, психологического и социального благополучия пожилых людей. Они включают:

Иммунную систему. С возрастом иммунная система может ослабевать. Защитные механизмы активно работают, защищая организм от болезней.

Механизмы психологической защиты. Психологическая адаптация и стратегии преодоления стресса важны для снижения стресса и предотвращения депрессии и тревоги при преодолении возрастных изменений.

Социальная поддержка. Эмоциональная и социальная поддержка со стороны семьи, друзей и общества может защитить психическое здоровье пожилых людей.

Активный образ жизни: Физическая активность и здоровое питание помогают укрепить физическое состояние пожилых людей и предотвратить хронические заболевания.

Когнитивная защита: такие занятия, как логические игры, чтение и изучение новостей, поддерживающие мозговую активность, помогают сохранить умственные способности в пожилом возрасте. Эти механизмы важны для улучшения качества жизни пожилых людей. [2]

Термин «защитный механизм» впервые был введен Зигмундом Фрейдом. Механизмы психологической защиты рассматриваются как важная форма адаптационного процесса, проявляющаяся в реакции человека на стрессовые ситуации [4]. Функциональное значение психологических защит заключается в уменьшении тревоги, напряжения, беспокойства и фрустрации, вызванных конфликтом между неосознаваемыми импульсами и требованиями внешней среды, возникающими в результате взаимодействия с окружающей средой. Психологическая защита выполняет функцию регуляции поведения человека, придания ему гибкости, повышения гибкости, стабилизации психики, нормализации состояния личности**[6].** К основным механизмам защиты относятся: репрессия, проекция, компенсация, рационализация, реактивное формирование, регрессия, сублимация, отрицание

Механизмы психологической защиты в старости — это внутренние стратегии, которые люди используют, чтобы справиться с физическими, социальными и психологическими изменениями старения. Эти механизмы помогают пожилым людям защититься от стресса и негативных эмоций. Ниже приведены некоторые из распространенных механизмов психологической защиты в пожилом возрасте:

1. Отрицание. Пожилые люди могут защитить себя психологически, отрицая, что им грозят физические недуги и риск смерти. Этот защитный механизм представляет собой кратковременную защиту от негативных эмоций.

2. Регресс. Когда люди становятся старше, они хотят вернуться в более ранние, более простые времена. С помощью этого механизма они ищут детского принятия и простых решений, которые могут уменьшить тревогу и стресс.

3. Интеллектуализация. Люди стараются отделить эмоционально сложные события от эмоций и подойти к ним с точки зрения разума и логики. Так легче подготовиться к смерти, слабости и изменениям в здоровье.

4. Поиск социальной поддержки. Пожилые люди склонны поддерживать тесные отношения с членами семьи, друзьями и обществом, чтобы защитить себя от одиночества. Эти социальные связи дают им чувство собственного достоинства и снижают стресс.

5. Компенсация. Люди защищают себя, компенсируя физические или умственные потери достижениями в других областях. Например, компенсируя слабости посредством активной общественной жизни или творческой деятельности.

6. Принятие. Этот механизм представляет собой эмоциональную реакцию пожилых людей на принятие изменений в жизни и процесса старения. Это часто приводит к внутреннему миру и равновесию.

7. Поиск смысла. Пожилые люди стремятся найти смысл в своей жизни, что помогает им спокойно пережить последние этапы своей жизни. Принятие религиозных или философских мировоззрений может сыграть важную роль в этом процессе.[1]

Механизмы психологической защиты важны для поддержания психического здоровья и стабильности пожилых людей, которые могут использоваться для адаптации к процессу старения и защиты своего психологического здоровья.

Результаты и анализы.

Для изучения защитных механизмов мы выбрали метод защитных механизмов Плутчика. Мы попытались показать его на основе критериев Манна-Уитни и проанализировали результаты. Исследование проведено на 187 женщинах и мужчинах в возрасте от 55 до 75 лет. Всего было протестировано 126 мужчин и 61 женщина.

Таблица №1

В случае пожилых женщин и мужчин
(На основе критерия Манна-Уитни n=187)

Шкала	поль	N	Средняя стоимость	Сумма рангов	U	P
Отрицание	мужчины	126	84,84	10690,00	2689,000	0,001**
	женщины	61	112,92	6888,00		
	Общий:	187				
Вытеснения	мужчины	126	100,89	12712,50	2974,500	0,012*
	женщины	61	79,76	4865,50		
	Общий:	187				
Регрессия	мужчины	126	83,91	10572,50	2571,500	0,000**
	женщины	61	114,84	7005,50		
	Общий:	187				
Компенсация	мужчины	126	103,26	13011,00	2676,000	0,001**
	женщины	61	74,87	4567,00		
	общий	187				
Косвенность проекции	мужчины	126	79,98	10077,00	2076,000	0,000**
	женщины	61	122,97	7501,00		
	Общий:	187				
Интеллектуализация	мужчины	125	99,07	12383,50	2991,500	0,025*
	женщины	60	80,36	4821,50		
	Общий:	185				
Реактивные структуры	мужчины	124	85,81	10641,00	2891,000	0,009**
	женщины	61	107,61	6564,00		
	Общий:	185				

Результат шкалы **Отрицания** Плутчика по защитным механизмам (U=2689 000; p<0,01) оказался выше у женщин, чем у мужчин. То есть женщины больше стараются защитить себя от сильного стресса или психологических травм, отрицая

существующие проблемы, чем мужчины. Этот защитный механизм предохраняет психику от повреждений и позволяет игнорировать (отрицать) факты. Это полный отказ от неприятной информации. Отрицание часто является первой реакцией на боль потери или наличие опасного заболевания. Поэтому показано, что эта шкала выше у женщин. Если человек отказывается признать, что произошло неприятное событие, то он отказывается активировать защиту. механизм, называемый копингом, возникает, когда люди говорят или настаивают: «Этого не может случиться со мной», несмотря на явные доказательства обратного (например, когда врач говорит пациенту, что у него неизлечимая болезнь). Так, данная шкала показала высокий показатель у женщин.

Масштаб **вытеснения** также более развит у мужчин, чем у женщин. То есть установлено, что мужчины больше, чем женщины, стараются забыть свои неприятные воспоминания и ситуации (U=2974 500; p<0,05).

Регрессия наблюдалась с более высокой скоростью у женщин. . (U=2571500;p<0,01) Этот механизм проявляется у женщин, ставящих себя как маленький ребенок в более проблемной ситуации. Но этот защитный механизм может помешать женщине развиваться. При регрессии человек возвращается к прежним моделям поведения. . Регрессия позволяет адаптироваться к травмирующей ситуации, бессознательно возвращаясь к привычным с детства моделям поведения: плачу, капризам, эмоциональным просьбам и т. д. Мы неосознанно узнаем, что такие модели поведения гарантируют поддержку и безопасность. Этот тип защиты особенно проявляется в случае болезни, когда взрослые начинают вести себя как дети. Регрессия позволяет сбросить с себя груз ответственности за происходящее: в детстве за многое отвечали родители.

Злоупотребление регрессией приводит к отсутствию успешной жизненной стратегии, трудностям во взаимоотношениях с другими людьми, появлению психосоматических заболеваний.

Результат **шкалы компенсации** (U=2676 000; p>0,01) показал более высокий показатель у мужчин, чем у женщин. То есть мужчины больше, чем женщины, защищают себя этим механизмом и свою слабую сторону, достигая высоких результатов в разных сферах.

Косвенный механизм проекции (U=2076 000; p>0,01) показал более высокие показатели у женщин, чем у мужчин. То есть женщины больше защищают свои некомфортные или проблемные ситуации, связывая их с другими. Или Обвиняют в своей ситуации кого-то другого. Следующий по важности механизм – это проекция – приписывание другим своих социально неадекватных чувств, желаний и стремлений. Этот механизм психологической защиты позволяет избавиться от ответственности за собственные черты характера и желания, которые кажутся неприемлемыми. Например, необоснованная ревность может быть результатом проекционного механизма. Защищая себя от желания изменить партнеру, человек подозревает своего партнера.

Шкала **механизма защиты интеллектуализации** показал высокий результат у мужчин. (U=2991,500; p<0,05) Так вот, мужчины в проблемных или стрессовых ситуациях больше полагаются на логику. Женщины подходят к ситуации эмоционально.

Механизм **реактивных структур** оказался более выраженным у женщин. (U=2891000;p>0,01) То есть, даже если женщины испытывают к кому-то негативные чувства, они могут проявить себя через противоположные чувства. Например, кто-то его ненавидит, но пытается защитить себя, притворяясь чрезмерно внимательным или добрым.

Выводы и предложения.

Таким образом, задачи, поставленные в начале исследования, были решены. Анализ результатов эмпирического изучения особенностей жизненных направлений пожилых людей позволил сделать следующие выводы. На основании вышеизложенного можно сделать вывод, что механизмы защиты пожилых людей различаются в зависимости от пола и проявляются в разных показателях.

Рассматривая механизмы психологической защиты человека, необходимо помнить следующее.

1) защитные механизмы проявляются на бессознательном уровне, т.е. человек не знает, что использует защитные механизмы;

2) защитные механизмы не возникают отдельно, т.е. человек обычно использует 1-2 защитных механизма;

3) защитные механизмы предохраняют человека от чрезмерной тревожности и напряжения, предотвращают расстройство поведения и помогают сохранить целостность личности.

4) осознание человеком существования психологических защит помогает ему лучше понять и принять себя.

Литература.

1.Зелинский.С.А. Защитные механизмы психики 2008.

2.James.A,Blackburn Catherine N,Dulmus. Handbook of Gerontology:Evidence-Based Approaches to Theory,Practice,and Policy 2012]

3. Maslou.A.”Motivation and personality” / A.. Sankt-Peterburg, 2008

4.Наибуллина Р.Р.,Тухтарова И.В.Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом.Учебное пособие

5.Лидеров А.Г. Возрастно-психологические особенности пожилых людей// Психология зрелости и старения. -1998.-№ 4, с. 18-26.

6.https://omr.by/news/stati/zashchitnye-mekhanizmy-lichnosti

THE IMPORTANCE OF PSYCHOPHYSIOLOGICAL CHANGES OBSERVED IN WOMEN DURING THE REPRODUCTIVE PERIOD

Latipova U.Y.
(Urganch, Uzbekistan)

Annotation. *This article examines the key aspects of physiological changes during the reproductive period, along with their causes and outcomes.*

Keywords: *Hormonal changes, estrogen, progesterone, mood swings, depression, anxiety, tearfulness, difficulty concentrating, stress.*

Аннотация. *В статье рассматриваются ключевые аспекты физиологических изменений в репродуктивный период, а также их причины и последствия.*

Ключевые слова: *Гормональные изменения, эстроген, прогестерон, перепады настроения, депрессия, тревожность, плаксивость, трудности с концентрацией внимания, стресс.*

Introduction. The reproductive period is an important stage in every woman's life, characterized by various psycho-physiological changes. These changes significantly impact a woman's health, emotional well-being, and family relationships. Hormonal changes and their effect on the psycho-emotional state. Hormonal changes occur in women's bodies throughout the reproductive period and influence emotional reactions.

Estrogen and Progesterone: These hormones play a crucial role in regulating the menstrual cycle and pregnancy. Changes in their levels can lead to mood fluctuations, distress, and even depression [9]. In the next phase of our research, we will discuss what these hormones are and the specific areas they affect in women.

Relevance and Importance of the Topic. In the research of Schmidt, P. J., the following points regarding these hormones are highlighted: Estrogen and progesterone are the primary hormones in women's bodies that play a crucial role in regulating the menstrual cycle and pregnancy. Their levels fluctuate throughout life, particularly during the reproductive period, and these changes have a significant impact on a woman's emotional and physical well-being.

Estrogen The estrogen hormone is primarily produced in the ovaries. There are several types of estrogen, including estrone, estradiol, and estriol. The main functions of estrogen include:

Regulating the menstrual cycle: Estrogen helps in the development of follicles during the follicular phase, leading to ovulation.

Development of breasts and secondary sexual characteristics: Estrogen aids in the development of mammary glands and follicles, as well as influencing other aspects of a woman's physical characteristics.

Progesteron Progesterone is particularly important after ovulation, with the following main functions: Preparation for pregnancy: After ovulation, progesterone levels increase, which is essential for preparing the endometrium for implantation.

Hormonal balance: Progesterone works alongside estrogen in regulating the menstrual cycle.

Emotional Effects Changes in estrogen and progesterone levels can lead to mood swings, distress, and stress. High estrogen levels: This condition may cause women to feel active and joyful. However, significant fluctuations in estrogen levels can lead to mood drops and feelings of irritability. Effects of progesterone: When the levels of this

hormone rise, women may experience fatigue, discomfort, and indifference. This can also lead to episodes of depression.

Observation and Treatment Changes in estrogen and progesterone can lead to health issues in women. Consequently:

Medical Examinations: Women are advised to monitor their hormone levels and consult an endocrinologist or gynecologist if necessary. Treatment Methods: Hormonal therapy, psychotherapy, or natural treatment methods, such as phytotherapy, can help improve women's emotional and physical well-being.

Thus, changes in estrogen and progesterone have a significant impact on women's psycho-physiological state. Understanding the effects of these hormones helps women improve their health and maintain emotional stability.

Analysis of Relevant Literature. Research on physiological changes during the reproductive period has been studied in psychology for quite some time, with significant contributions from various researchers over the years, including Cohen, S., Wills, T. A., Kessler, R. C., Frolov, M. Y., Rogov, V. A., Nazarenko, L. G., Kerimkulova, N. V., Nikiforova, N. V., Torishin, I. V., and Volkov, A. Y. According to the analysis of literature on this topic, one significant change is Premenstrual Syndrome (PMS): Many women experience PMS symptoms, which encompass not only physical but also emotional changes [10] (Yonkers et al., 2008). Premenstrual Syndrome (PMS) is a collection of symptoms that occur in women a few days before menstruation begins, including both physiological and emotional changes.

Examples of physical symptoms include: Abdominal pain, Headaches, Bloating, Weight gain, Fatigue. Emotional symptoms may include: Mood swings (anxiety, depression), Restlessness, Crying spells, Difficulty concentrating. In the research of Yonkers, K. A., several medical, physiological, social, and psychological causes and factors are identified: PMS is associated with hormonal changes and can be exacerbated by stress, lack of physical activity, and poor nutrition.

- Treatment:
- Lifestyle changes (regular physical activity, healthy eating)
- Medications (non-steroidal anti-inflammatory drugs, antidepressants)
- Alternative methods (therapy, phytotherapy)
- In the next phase of our research, we will refer to studies on emotional reactions during different stages of the reproductive cycle. Women's emotional reactions may vary depending on the phase of the menstrual cycle. In the research of Miller, K. J., the following descriptions are provided regarding the follicular phase, emphasizing that the increase in estrogen levels during this phase leads to improvements in mood and activity [7]. The follicular phase is the first half of the menstrual cycle, starting from the first day and ending with ovulation. During this period, estrogen levels begin to rise steadily, resulting in several physiological and psychological changes in the body.
- Changes in the body, hormone levels: When the phase begins, estrogen levels are low, but they increase over time. This situation is related to the development of follicles in the ovaries.
- Physical Activity:The increase in estrogen levels leads to improved metabolism, which is associated with increased activity and higher energy levels.Many women feel stronger and more energetic, motivating them to engage in sports or physical activities.
- Impact on Mood:It improves mood. Estrogen affects the levels of serotonin and dopamine in the brain, leading to an improvement in mood and a reduction in anxiety. Many women report feeling positive and highly motivated during this period.
- Social Interactions:Increased activity and improved mood help enhance social interactions. Women become more open to new acquaintances and are ready to engage in communication.Thus, we can see that the follicular phase plays an important role in women's reproductive health, and it can significantly impact their psychology and overall

well-being. The research by Miller et al. (2014) emphasizes the importance of understanding these changes, which can aid in improving quality of life and health [7].

- Luteal Phase: An increase in progesterone levels can lead to decreased motivation and increased anxiety; the research by Becker, J. J. serves as a clear example of this [1]. In the next phase of our research, we will analyze the relationship between emotional state and psycho-physiological condition. We will examine the impact of stress on the psycho-physiological state, highlighting that stress caused by hormonal changes or external factors significantly affects women's health. Research by Kessler, R. C. shows that stress can lead to psychological and emotional issues, including anxiety and depression [6].
- Stress Management Methods:In this regard, Creswell, J. D. emphasizes in his research that physical exercise, meditation, and psychological support are essential for managing stress and improving emotional state [3]. In the next phase of our research, the interconnection between psychological and physical states will be interpreted, suggesting that a woman's mental state directly impacts her physical health. According to researcher Kabat-Zinn, J., psychosomatic disorders can manifest emotional problems through physical symptoms, such as headaches and abdominal pain [5].
- Pregnancy and Mental Health In the next phase of our research, we will discuss that the mental well-being of a woman during pregnancy is crucial for the health of both the mother and the baby. A clear example of this can be found in the findings of research conducted by Gavin, N. I. [4].
- Importance of Social Support Additionally, social support plays a crucial role in a woman's psychophysiological state during the reproductive period. Research by Cohen, S., and Wills, T. also discusses the support of family and friends, explaining that social networks help in coping with stress and improving emotional well-being[2]. Krepka is a social network that allows users to establish connections, share thoughts, and provide mutual assistance. Through Krepka, individuals share their feelings, experiences, and opinions, which plays an important role in reducing stress and enhancing emotional states. Moreover, professional help is also significant during this period. Research by Yalom, I. D. emphasizes the importance of mental health support and the role of therapy[11].
- Professional Help Professional assistance, such as psychotherapy and group activities, provides support and helps in managing stress and emotions. Additionally, self-awareness and self-help methods have a positive impact on women's psychophysiological state. Research by Pennebaker, J. W. highlights the importance of journaling.
- Journaling
- Writing down emotions and thoughts helps women better understand and manage their reactions[8]. Research by Kabat-Zinn, J. also recommends mindfulness as a therapeutic and supportive method.
- Mindfulness Regular mindfulness practices are emphasized as helpful for reducing stress and enhancing overall well-being[5].
- Conclusion.The psychophysiological changes observed in women during the reproductive period are numerous and complex, as their physical and emotional health plays a significant role in family relationships and child-rearing. Understanding these changes and knowing how to address the associated challenges can help women maintain their health and improve their quality of life. Adhering to developed preventive and therapeutic methods lays the foundation for a conscious approach to these changes.

References.

1. Becker, J. J., & Pomerantz, S. (2015). Hormones and Emotion. Journal of Endocrinology.

2. Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. Psychological Bulletin, 98(2), 310.
3. Creswell, J. D. (2017). Mindfulness Interventions. Annual Review of Psychology, 68, 491-516.
4. Gavin, N. I., et al. (2005). Perinatal depression: a systematic review of prevalence and incidence. Obstetrics & Gynecology, 106(5), 1071-1083.
5. Kabat-Zinn, J. (1990). Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness. Dell Publishing.
6. Kessler, R. C. (1997). The effects of stressful life events on depression. Annual Review of Psychology, 48, 219-245.
7. Miller, K. J., et al. (2014). The influence of hormonal fluctuations on mood and behavior. Hormones and Behavior.
8. Pennebaker, J. W. (1997). Opening Up: The Healing Effects of Expressing Emotions. Guilford Press.
9. Schmidt, P. J., et al. (2015). Hormones and behavior: An overview. Endocrine Reviews.
10. Yonkers, K. A., et al. (2008). Premenstrual syndrome. Lancet, 371(9615), 1200-1210.
11. Yalom, I. D. (2005). The Theory and Practice of Group Psychotherapy. Basic Books.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ БОЛЬНЫХ РАКОМ.

Мамадиеров У.Э.
(г.Карши, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье представлена информация о психическом состоянии больного в период онкологических заболеваний, психологические особенности работы с онкобольными больными.*

Ключевые слова: *рак, психика, медицина, психология, упрямство, психологическая поддержка, психическое состояние, оценка, отношение, опыт, цель, уверенность.*

Annotation. *This article provides information about the mental state of the patient during the period of oncological diseases, psychological features of working with cancer patients.*

Key words: *cancer, psyche, medicine, psychology, stubbornness, psychological support, mental state, assessment, attitude, experience, purpose, confidence.*

Сегодня рак считается одной из самых насущных и социальных проблем, влияющих на здоровье человека. Согласно данным, мы можем засвидетельствовать, что процент заболеваемости такими заболеваниями увеличивается из года в год. Первичный рак диагностируется каждый год во всем мире. При лечении больного с диагнозом рак важны не только применение медицинских мер, но и мероприятия, проводимые с психологом с учетом психологии пациента.

В сознании многих людей диагноз рака неразрывно связан с возможной смертью. Страх смерти от рака развивался годами. Этому способствовали фильмы, телешоу, художественная литература и рассказы друзей.

Слова” рак“,” опухоль", "метастазы" звучат страшно и до сих пор пугают людей.

В период онкологического заболевания в психическом состоянии больного выделяют несколько периодов. Пациент пытается “прогнать” мысли о серьезном Раке, не верит в диагноз и может его отрицать. Когда диагноз окончательно подтверждается, когда его невозможно отрицать, пациент становится раздражительным и неуравновешенным.

Постепенно нарастающее чувство сменяется мобилизацией сил для борьбы с надвигающейся опасностью. Пациент принимает "факт болезни" и борется с ним.

На поздней стадии болезни, когда улучшения нет, депрессия усиливается, и пациента посещают мысли о смерти. У больного ослабляются эмоциональные переживания. Повышается безразличие к окружающей среде и к самому себе.

Онкологическое заболевание и психологические последствия его лечения являются важными областями научных исследований во всем мире. Применение новых современных технологий лечения при лечении онкологических заболеваний, с одной стороны, способствует продлению жизни онкобольных, а с другой стороны, создает возможность развития ряда психоневрологических и психологических расстройств уже через определенное время после лечения.

Ситуация онкологического заболевания характерна для кризисных и экстремальных ситуаций. Внезапное возникновение ситуации имеет все признаки, такие как нарушение картины жизни, неспособность контролировать происходящие события, неопределенность будущего, поэтапность реакции на болезнь. Для ситуации онкологического заболевания характерны следующие общие дополнительные специфические признаки и особенности: полиэтиологичность заболевания, инвалидизирующий характер хирургической процедуры, тяжелое и длительное лечение, отсутствие гарантий выздоровления, изменение экономического и материального положения.

Дифференциация этой ситуации от других жизненных ситуаций вызывает у человека определенные переживания. Невозможно понять все эти переживания и переживания пациента, не принимая во внимание состояние болезни.

Ситуации, общие для экстремальных и кризисных ситуаций, связаны с переживаниями, которые проявляются с чрезмерной интенсивностью, и в этих переживаниях существует риск психической травмы.

Существует различие между экстремальной и кризисной ситуацией, когда экстремальная ситуация возникает в результате внезапного давления внешних обстоятельств, опережающих человека по возможностям внутренней адаптации, кризисная ситуация-это ситуация, в которой происходят резкие изменения в развитии человека, требующие восстановления субъективного смысла жизни, коренного изменения структуры личности.

Адекватное разрешение экстремальных и кризисных ситуаций происходит за счет постепенного восстановления психического равновесия. При этом человек не только восстанавливает душевное равновесие, но и получает возможность личностного роста и расширения идентичности, интегрируя новый опыт. Кроме того, при адекватном разрешении кризиса происходит переосмысление и переоценка жизненных целей и содержания, жизненных ценностей, приоритетов. Неспособность адекватно выйти из этой ситуации приводит к различным формам дезадаптации.

Такое проявление переживаний человека в чрезвычайных сложных ситуациях условно как для экстремальных, так и для кризисных ситуаций. Обычно такая интерпретация человеческих переживаний выступает как элемент экстремальных и кризисных ситуаций.

Онкологическое заболевание как раз и раскрывает смысл жизни, неизбежно сталкивая больного, его семью и ближайшее окружение с экзистенциальными

проблемами, скрытыми в обычной жизни.

В первый раз пациент сталкивается с риском для своей частной жизни. Кроме того, болезнь позволяет человеку побыть наедине со своими проблемами. Близкие не могут простить чужой боли и печали, как бы они ни хотели, а для больного такие мучительные переживания вызывают чувство глубокого одиночества. В результате у пациентов возникают иллюзии построения жизни и они теряют смысл существования.

Каждый больной онкологией спрашивает себя: “почему я заболел?", "Почему?", "За какие грехи мои?", "Как мне теперь жить?", "Обязательно ли жить, если вся моя жизнь будет химиотерапией?"и возникают вопросы перед пациентом о его собственном образе жизни, об ответственности за вклад в лечение, сталкиваясь с важностью болезни, ее значением и необходимостью обдумывать смысл своей жизни, чтобы жить в соответствии с условиями болезни. Духовные проблемы не всегда осознаются человеком, но придают его переживаниям особый мучительный оттенок. Объясненные выше негативные переживания: страх, тревога, стыд, боль, смятение, чувство вины порождают сильные страдания.

На фоне интенсивных негативных эмоций у больных наблюдаются такие изменения когнитивных процессов, как трудности с концентрацией внимания, снижение объема внимания, ухудшение памяти. Происходит снижение искажений и усвоения информации, потребность в частных возможностях для правильной оценки, что приводит к нарушению способности принимать конструктивные решения.

На соматическом уровне возникают такие симптомы, как физическая слабость, физическое напряжение, ощущение, что что-то застряло в горле, ощущение одышки при недостатке воздуха, ощущение остановки дыхания.

Таким образом, болезнь возникает на всех уровнях человеческого существования:

нарушения соматико - органной и системной деятельности;

эмоциональные - страх, беспокойство, ненависть, боль, гнев и другие негативные эмоции; психологические - нарушение отношения к себе и окружающим;

изменение социально - социального статуса и социальных связей;

духовные - переживание смысла жизни, ответственности, одиночества, конца жизни.

Болезнь полностью охватывает человека, и указанные уровни переходят друг в друга. Больной стоит боли, это не только физическая боль, но и общая боль, в которую вовлечено эмоциональное и духовное переживание.

Психологическая реабилитация онкологических больных должна быть направлена таким образом, чтобы устранить психологические последствия, вызванные онкологическим заболеванием, и помочь им адаптироваться к болезненной ситуации.

Психологическая адаптация больного к заболеванию дает ему возможность жить в условиях Болезни и переносить жизненные трудности. В ситуации онкологического заболевания человек ощущает конец своей жизни, и это вызывает в нем сильнейшие мучительные переживания, в том числе искажается картина жизни больного, отвергается вера в то, что его жизнь теперь будет прежней. Такой разрушитель использует бессознательные механизмы психологической защиты для защиты от катастрофической информации.

Психологическая защита-это проявление бессознательной психической активности, формирующейся в процессе развития личности.

Психологическая защита возникает быстро, как только возникает угроза заболевания, оно становится доступным в процессе лечения и после него,

предотвращая развитие психологических и физиологических расстройств. Поскольку это психологическая защита, информация о болезни вообще не допускается в сознании пациента. Психологическая защита выступает в качестве щита для снятия эмоционального напряжения, ослабления, беспокойства и страха у больного, но также и в качестве подкрепления, препятствующего усвоению новой информации и, как следствие, переработке травмирующей ситуации болезни.

Болезнь-это не просто физическая проблема, это проблема для всего человека, который состоит не только из его тела, но и из его разума и чувств. Эмоциональное и интеллектуальное состояние играет важную роль как в предрасположенности к болезням, включая рак, так и в выздоровлении от них. Активное и положительное участие этих пациентов может повлиять на прогрессирование заболевания, результаты лечения и качество жизни.

Литература.

1. Постановление Президента Республики Узбекистан "О мерах по дальнейшему развитию частного сектора в сфере здравоохранения". PQ-2863-выпуск. 01.04.2017.

2. Абрамова Г.С., Юдчиц Ю.А. Психология в медицине: Учебное пособие. –М.: “КафедраМ”, 2008.

3. Дёрнер К. Хороший врач. – М.: “Алетея”, 2016. – С.73

4. Каримова В.М. Психология здоровья. - Т:” Поколение нового века", 2005. -72 С.

5. Социально-психологические основы психокоррекционной работы с онкологическими больными /монография - д. Уразбаева - 2022.- 10 b, 13 b, .

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE DEVELOPMENT OF MORAL SELF-AWARENESS IN ADOLESCENCE

Mamanazarov U.B.
(Tashkent, Uzbekistan)

Аннотация. *В этом исследовании рассматриваются динамические атрибуты морального самосознания подростков, с акцентом на процессы развития, когнитивные элементы и социальные влияния, которые изменяют моральное рассуждение и принятие решений на этом ключевом этапе человеческого развития. Этот документ стремится улучшить наше понимание сложной связи между моральным самосознанием и подростковым ростом через анализ соответствующих теоретических основ, эмпирических результатов исследований и практических последствий. Моральное самосознание является неотъемлемой частью человеческого роста, особенно в подростковом возрасте. Эта фаза характеризуется существенными когнитивными и эмоциональными трансформациями, которые влияют на моральные рассуждения и процессы принятия решений. Понимание динамических особенностей морального самосознания в подростковом возрасте имеет решающее значение для понимания процесса нравственного развития на протяжении этого ключевого этапа жизни. Моральное самосознание является важнейшим компонентом развития подростков, существенно влияющим на их взгляды, отношение и поведение. Эволюция морального самосознания - сложная и динамичная, формируемая личными и общественными влияниями. Это*

исследование стремится исследовать динамические атрибуты морального самосознания в подростковом возрасте, используя смешанный подход, который включает инструменты для самооценки и качественные интервью. Результаты этого исследования имеют последствия для разработки успешных программ и мероприятий в области нравственного образования.

Ключевые слова: *моральное сознание, подростковое воспитание, нравственное мышление, нравственное развитие, когнитивные факторы, общество.*

Annotation. *This research examines the dynamic attributes of moral self-awareness in adolescence, emphasizing the developmental processes, cognitive elements, and social influences that alter moral reasoning and decision-making at this pivotal stage of human development. This paper seeks to enhance our comprehension of the intricate relationship between moral self-awareness and adolescent growth through the analysis of pertinent theoretical frameworks, empirical research findings, and practical consequences. Moral self-awareness is an essential component of human growth, especially in adolescence. This phase is marked by substantial cognitive and emotional transformations that affect an individual's moral reasoning and decision-making processes. Comprehending the dynamic traits of moral self-awareness in adolescence is crucial for understanding the process of moral development throughout this pivotal life stage. Moral self-awareness is a crucial component of adolescent development, significantly influencing their views, attitudes, and behaviors. The evolution of moral self-awareness is intricate and dynamic, shaped by personal and societal influences. This research seeks to investigate the dynamic attributes of moral self-awareness during adolescence, employing a mixed-methods approach that integrates self-report instruments and qualitative interviews. The results of this study have ramifications for the development of successful moral education programs and interventions.*

Keywords: *moral consciousness, adolescence, moral thinking, moral development, cognitive factors, society.*

Introduction. Context and Importance. Adolescence is a pivotal developmental stage marked by substantial transformations in cognitive, emotional, and social aspects. During this period, individuals are establishing their identities and confronting moral challenges while transitioning from childhood to adulthood. Moral self-awareness, encompassing the comprehension of one's own ethical ideals, beliefs, and deeds, is essential for the cultivation of ethical decision-making. Comprehending the dynamic attributes of moral self-awareness during adolescence is crucial for various reasons. Adolescence is characterized by increased self-awareness, as individuals gain greater insight into their ideas, emotions, and behaviors. This heightened self-awareness presents a favorable opportunity for moral advancement and the establishment of ethical principles.

Secondly, adolescence is a phase characterized by an increase in social connections and exposure to varied ideas and opinions. Social interactions can challenge and refine an individual's moral self-awareness when they confront various moral challenges and contradictory perspectives. Investigating the impact of social circumstances on moral self-awareness might assist educators and policymakers in developing effective moral education programs that promote empathy, tolerance, and ethical decision-making.

The objective of the investigation. The dynamic aspects of moral self-awareness in adolescence involve comprehending the elements that affect the development of moral self-awareness in individuals throughout this critical life stage. It underscores the significance of self-reflection, introspection, and the incorporation of external feedback in the development of moral reasoning and action in teenagers [1]. The study seeks to

elucidate the developmental mechanisms of moral growth and ethical decision-making in teenagers, hence guiding the creation of effective moral education programs and interventions [1, p.14]. Furthermore, comprehending the fluidity of moral self-awareness can aid in averting moral disengagement and fostering moral development in teenagers [1, p.15].

Examining the dynamic aspects of moral self-awareness during adolescence entails investigating diverse research inquiries that might yield significant insights into the evolution and impact of moral reasoning and ethical decision-making. Below are many prospective research inquiries pertinent to this subject:

Investigative Inquiries.

1. In what ways does moral self-awareness evolve across various phases of adolescence?

2. What variables influence the development of moral self-awareness in adolescents?

3. In what manner does moral self-awareness correlate with other dimensions of adolescent development, including identity formation and cognitive capabilities?

4.What is the role of socialization in the development of moral self-awareness during adolescence?

The study topics seek to elucidate the complex dynamics of moral self-awareness in adolescence and establish a basis for developing treatments and educational programs that promote ethical growth in youth.

Theoretical Foundation. The theoretical foundation of the dynamic attributes of moral self-awareness during adolescence is informed by several psychological and social perspectives. These ideas seek to elucidate the evolution and variations in moral self-awareness throughout this pivotal phase of human development.

Kohlberg's Theory of Moral Development posits that moral development advances through distinct phases, each indicative of a more sophisticated level of moral thinking. Kohlberg posits that teenagers generally attain the conventional stage of moral development, characterized by conformity to established norms and regulations. This hypothesis posits that moral self-awareness during adolescence is shaped by cognitive development and the capacity for moral reasoning.

Social Learning Theory: This hypothesis, posited by Albert Bandura, underscores the significance of socialization and observational learning in the formation of moral conduct. Adolescents acquire moral attitudes and actions through the observation and imitation of influential persons, including parents, peers, and media personalities. Moral self-awareness is shaped by the social context and the reinforcement or sanctioning of ethical conduct.

Cultural and sociocultural theories emphasize the impact of cultural values, norms, and practices on moral development. Diverse cultures possess distinct moral frameworks and expectations that influence teenagers' moral self-awareness. Socioeconomic elements, including social class and cultural variety, influence the development of moral ideals and self-awareness.

Theories of Identity Formation: The evolution of moral self-awareness is intricately linked to the overarching process of identity development in adolescence. Erik Erikson's psychosocial development theory posits that teenagers experience a stage characterized by identity versus role confusion. In this phase, individuals examine and establish their personal values, beliefs, and identities, subsequently impacting their moral self-awareness.

Self-Determination Theory: This theory asserts that humans possess inherent psychological desires for autonomy, competence, and relatedness. Moral self-awareness can be cultivated when teenagers experience autonomy and competence in their moral decision-making. When individuals perceive their moral decisions as congruent with their

particular beliefs and objectives, they are more inclined to cultivate a robust sense of moral self-awareness.

These theoretical ideas offer a framework for comprehending the changing characteristics of moral self-awareness during adolescence. They emphasize the interplay among cognitive, social, cultural, and individual elements that influence moral development at this pivotal phase. By examining these theoretical approaches, researchers can investigate the determinants of moral self-awareness and formulate effective interventions and educational initiatives to foster positive moral growth in teenagers.

Outcomes. The developmental processes of moral self-awareness during adolescence exhibit intricate and dynamic traits. During this era, individuals experience substantial cognitive, social, and emotional transformations that influence their moral development. Moral self-awareness denotes an individual's capacity to contemplate their own ethical principles, convictions, and behaviors, and to render judgments informed by these contemplations.

An essential component of moral self-awareness is the cultivation of a moral identity. During adolescence, individuals examine their values and beliefs, leading to the development of their moral identity. This procedure entails introspection on personal experiences, engaging in ethical reasoning, and contemplating the viewpoints of others. Through this exploration, adolescents cultivate a more precise comprehension of their moral beliefs and values.

A notable aspect of moral self-awareness during adolescence is the impact of social interactions and relationships. Adolescents are progressively exposed to many social environments, including peer groups, educational institutions, and communities, which might influence their moral growth. These social interactions present possibilities for moral challenges, conflicts, and discussions, enabling adolescents to refine and adjust their moral ideas and behaviors.

Moreover, moral self-awareness during adolescence is shaped by cognitive growth. As teenagers' cognitive faculties develop, they become more adept at engaging in abstract and intricate moral reasoning. They can contemplate various viewpoints, assess the ramifications of their acts, and identify the fundamental principles that inform their ethical decisions.

The cultivation of moral self-awareness is additionally shaped by cultural and societal influences. Cultural norms, values, and ethical traditions significantly influence teenagers' moral ideas and behaviors. Adolescents contend with the dichotomy between their individual ideals and cultural norms, resulting in moral dilemmas and ethical development.

Furthermore, personal elements, including temperament, personality traits, and self-esteem, interact with the evolving aspects of moral self-awareness. Individuals with elevated empathy and prosocial inclinations may exhibit a heightened sense of moral self-awareness.

Discussion. Moral self-awareness is a vital element of adolescent development and significantly influences the formation of their moral ideals and behaviors. The cultivation of moral self-awareness is not exclusively influenced by individual characteristics. Social settings, such as family, friends, educational institutions, and culture, significantly influence the development of teenagers' moral awareness.

The family is a fundamental social setting that influences moral self-awareness. Parents and caregivers are essential in exemplifying and imparting moral beliefs and actions. Adolescents raised in households with robust moral beliefs and explicit expectations are more inclined to cultivate a profound moral self-awareness. Moreover, constructive familial interactions and communication foster moral contemplation and decision-making.

Peers additionally affect moral self-awareness. Adolescents frequently pursue validation and acceptance from their peers, resulting in conformity to their peers' moral views and behaviors. Nonetheless, peer pressure can positively influence moral growth by prompting adolescents to contemplate their values and views.

Educational institutions also contribute to the enhancement of moral self-awareness. Educators can exemplify ethical conduct and facilitate opportunity for moral contemplation and decision-making. Furthermore, educational institutions can foster a constructive school environment that prioritizes respect, accountability, and integrity.

Culture additionally influences moral self-awareness. Various cultures possess distinct moral ideals and beliefs, and the moral growth of adolescents is shaped by the cultural setting of their upbringing. Cultural disparities may result in disagreements about moral ideals and behaviors, underscoring the necessity of comprehending and appreciating these variations.

Moral self-awareness is a vital aspect of adolescent development and significantly influences the formation of their moral ideals and behaviors. The cultivation of moral self-awareness is not exclusively influenced by individual characteristics. Social settings, such as family, friends, educational institutions, and culture, significantly influence the development of teenagers' moral awareness.

The family is a fundamental social setting that influences moral self-awareness. Parents and caregivers are essential in exemplifying and imparting moral beliefs and actions. Adolescents raised in households with robust moral beliefs and explicit expectations are more inclined to cultivate a profound moral self-awareness. Furthermore, constructive familial interactions and effective communication enhance moral contemplation and decision-making.

Peers additionally affect moral self-awareness. Adolescents frequently pursue validation and acceptance from their peers, resulting in conformity to their peers' moral views and behaviors. Nonetheless, peer pressure can positively influence moral growth by prompting adolescents to contemplate their values and views.

Educational institutions also contribute to the enhancement of moral self-awareness. Educators can exemplify ethical conduct and facilitate opportunity for moral contemplation and decision-making. Furthermore, educational institutions can foster a constructive school environment that emphasizes respect, accountability, and integrity.

Culture influences moral self-awareness. Various cultures possess distinct moral ideals and beliefs, and the moral growth of adolescents is shaped by the cultural setting of their upbringing. Cultural disparities may result in disagreements about moral ideals and behaviors, underscoring the necessity of comprehending and appreciating these variations.

Constraints and Prospective Avenues. Despite considerable advancements in comprehending moral self-awareness during adolescence, limitations persist, indicating areas for further investigation.

A weakness is the dependence on self-report instruments. Numerous research employ questionnaires or surveys to evaluate moral self-awareness, which may be prone to biases and mistakes. Subsequent study may integrate more objective metrics, such as behavioral observations or physiological signs, to further the knowledge of moral self-awareness.

A further drawback is the emphasis on individual-level elements, overlooking the wider social and cultural settings that influence moral growth. Future research should investigate the impact of family, peers, educational institutions, and communities on teenagers' moral self-awareness. Comprehending the influence of social settings on moral beliefs and actions can yield significant insights for interventions and support systems.

Furthermore, the majority of research has been undertaken in Western societies, constraining the applicability of findings to alternative cultural contexts. Subsequent research should incorporate varied samples from distinct cultural backgrounds to investigate the universality or cultural specificity of moral self-awareness.

Additionally, longitudinal research designs are essential to examine the evolution of moral self-awareness across time. This would enable academics to analyze the stability and transformation of moral self-awareness and pinpoint essential times or elements that influence its development.

Ultimately, enhanced multidisciplinary methodologies are essential for a comprehensive understanding of the intricate nature of moral self-awareness. Incorporating theories and methodologies from psychology, sociology, anthropology, and philosophy can yield a more holistic comprehension of the cognitive, social, cultural, and individual elements that affect moral development during adolescence.

In conclusion, although substantial advancements have been made in comprehending moral self-awareness during adolescence, there are constraints that require attention in forthcoming study. Incorporating objective measures, considering social and cultural contexts, including diverse samples, employing longitudinal designs, and adopting interdisciplinary approaches enables researchers to attain a more profound understanding of the developmental processes and dynamic characteristics of moral self-awareness during adolescence.

Reference.

1. Tolman D. L. Diamond L M (2001). "Desegregating sexuality research: Cultural and biological perspectives on gender and desire Annual Review of Sex Research 12 33-74 PMID 12666738.

Fine M (1988) "Sexuality schooling and adolescent females the missing discourse of desire" Harvard Educational Review 58 (1) 29-53. Archived from the original on 2013-04-14

2. Ruch, W., & Wagner, L. (2020). Character Building and Adolescent Development. In S. Hupp & J. Jewell (Eds.), The Encyclopedia of Child and Adolescent Development (1st ed., pp. 1–13). Wiley. https://doi.org/10.1002/9781119171492.

3. Demetriou, A., & Bakracevic, K. (2009). Reasoning and self-awareness from adolescence to middle age: Organization and development as a function of education. Learning and Individual Differences, 19(2), 181–194. https://doi.org/10.1016/j.lindif.2008.10.007

4. Ruch, W., & Wagner, L. (2020). Character Building and Adolescent Development. In S. Hupp & J. Jewell (Eds.), The Encyclopedia of Child and Adolescent Development (1st ed., pp. 1–13). Wiley. https://doi.org/10.1002/9781119171492.wecad333

5. Defining Self-Awareness in the Context of Adult Development: A Systematic Literature Review. (n.d.). https://doi.org/10.1177/1052562921990065

6. Ruch, W., & Wagner, L. (2020). Character Building and Adolescent Development. In S. Hupp & J. Jewell (Eds.), The Encyclopedia of Child and Adolescent Development (1st ed., pp. 1–13). Wiley. https://doi.org/10.1002/9781119171492.wecad333

7. Limone, P., & Toto, G. A. (2022). Origin and Development of Moral Sense: A Systematic Review. Frontiers in Psychology, 13, 887537. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.887537

8.Kohlberg, L. (1969). Stage and sequence: The cognitive-developmental approach to socialization. In D. A. Goslin (Ed.), Handbook of socialization theory and research (pp. 347-480). Rand McNally.

9.Nucci, L. (2001). Education in the moral domain. Cambridge University Press.

10.Piaget, J. (1932). The moral judgment of the child. Free Press.

11.Smetana, J. G., Killen, M., & Turiel, E. (Eds.). (2011). Handbook of moral development (2nd ed.). Psychology Press.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ И ЛИЧНОСТНАЯ ЗРЕЛОСТЬ СПЕЦИАЛИСТА ПСИХОЛОГА

Мираширова Н.А.
(г.Ташкент. Узбекистан)

Аннотация. *В статье рассматриваются ключевые аспекты профессиональной и личностной зрелости психолога. Подчеркивается важность гармоничного сочетания профессиональных знаний, навыков и личностных качеств, таких как эмоциональная устойчивость, эмпатия и способность к саморазвитию. Анализируются этапы формирования профессиональной зрелости, а также влияние личностных ресурсов на эффективность профессиональной деятельности.*

Ключевые слова: *профессиональная зрелость, личностная зрелость, психолог, эмоциональная устойчивость, саморазвитие, профессиональная компетентность.*

Annotation. *The article explores key aspects of the professional and personal maturity of psychologists. It emphasizes the importance of a harmonious combination of professional knowledge, skills, and personal qualities such as emotional resilience, empathy, and self-development. The stages of forming professional maturity and the impact of personal resources on the effectiveness of professional activities are analyzed.*

Keywords: *professional maturity, personal maturity, psychologist, emotional resilience, self-development, professional competence.*

В мировых образовательных и исследовательских центрах проводятся исследования психологической культуры, личностно-профессиональных психологических качеств, психологических портретов специалистов различных областей через профессиональный облик и профессиональную зрелость, психологических факторов, обеспечивающих профессиональную и личностную зрелость специалистов, самосознания и самопонимания специалиста, профессиональных способностей, индивидуально-типологических характерис-тик. В связи с этим тот факт, что социально-психологический портрет является фактором, определяющим профессиональную зрелость психолога, в частности, проблема профессиональной деформации, профессионального увядания специалистов, необходимых качеств психологов на этапе профессиональной подготовки, создает необходимость исследований как малоизученной области.

В нашей стране особое внимание уделяется дальнейшему совершенст-вованию системы подготовки кадров в области психологии, реализации возможностей науки для развития общества на основе координации деятельности. “Идея о том, что новый Узбекистан начинается с порога школы, из системы образования...» на основе определения стратегических задач образовательных реформ и координации деятельности структур психологической службы на всех этапах образования адекватной основой может стать реализация возможностей науки для развития общества и внимание к повышению уровня профессиональной подготовки специалистов в данной области в своих научных исследованиях.

В Узбекистане проводились ряд конференций, посвященных этой проблеме, в их числе Республиканская научно-практическая конференция «Проблемы усовершенствования профессиональной ориентации молодежи», посвященная вопросам усовершенствования профессиональной ориентации и учебно-воспитательного труда, симпозиум «Психологические аспекты профессионального труда молодежи», посвященный усовершенствованию профессиональной ориентации среди молодежи, и другие научно- практические конференции. Система «человек-профессия-производственная среда» является многоступенчатой многогранной очень сложной системой. В Республике проводятся мероприятия по оказанию благотворительности человеческому фактору. В области подготовки кадров Государственная политика предусматривает воспитание всесторонне развитой личности в системе непрерывного образования. Изучение проблем профессионального формирования человека является одной из актуальных задач фундаментальных и практических исследований. Под руководством Р.З. Гайнутдинова осуществлены ряд исследований, посвященных различным проблемам профессионального восстановления.

В работах Н.С.Сафаева по теме «Психологические особенности национального самопознания студенческой молодежи» рассматривается национальное самосознание в жизни деятельности субьекта проевляется и реализуется посредством эмоционально-оценочного компонента самооценки себя, как субъекта социального процесса. Сфера самосознания субъекта деятельности, включая в себя ценностные ориентации, особенности отношения к себе, к делу и к себе и обществу, определяет качественное содержание направленности личности, а также может выступать как фундамент для оценки уровня социальной зрелости субъекта.

Ученые психологи нашей республики частично изучили вопросы выбора профессии, подготовки к профессиональной деятельности, ориентации на профессию, формирования профессиональных качеств. В научных работах Р.М.Абдуллаевой, М.Г.Давлетшина, С.Н. Джураевой, В.М.Каримовой, М.С.Максадовой, Д.Г.Мухамедовой, З.Т.Нишановой, Н.С.Сафаева, Р.С.Самарова, Р.И.Суннатовой, Ш.Ж.Усмановой, К.А.Фарфиевой, У.Б.Шамсиева, Г.Б.Шаумарова, Б.Р.Кадырова, Г.Д.Кулдашевой, Э.Г. Газиева рассмотрены в контексте научных исследований.

Из ученых стран СНГ К.А.Альбуханова-Славская, Б.Г.Ананьев, Г.М.Андреева, А.Г.Асмолов, О.А.Ахвердова, Д.В.Берко, Т.А.Валькова, И.С.Кон, С.Е.Пиняева и другие изучали общие принципы психологии личности, поведенческие модели и особенности, встречающиеся в психологическом портрете, Р.Л. Ахмедшин, М. Битянова, И.В.Боев, В.А. Шурупов, А.П. Елисеев, Н.И.Кос, Н.Л. Нагибина, В. Райкс и другие исследовали методы изучения психологического типа и портрета; В.А.Лабунская, Е.Б. Наровская, Г.В.Лапинская, Е.Б.Лапутин, А.С.Павлова, Л.А.Бондаренко, И.В.Ламаш, Е.А.Мадзаров и другие изучали психологический портрет в разных отраслях; Н.А.Аминов, М.В. Молоканов, Н.В.Бачманова, Н.А. Стефорина, Е.А. Волгушева, В.Т. Волов, Л.Б. Четирова, О.А. Чаденкова, Н.Т. Джалялетдинов, Р.Н. Касимова, Р.В. Иванов, С.Д. Аль-Абдулла, Р.Р. Баудинова, Е.А. Климов, Е.В. Юдина и другие исследовали основные составляющие психологического портрета, выбор профессии психолога, подготовка психолога к профессиональной деятельности и ориентация на профессию. Однако комплексная исследовательская работа по изучению социально-психологического портрета психолога до сих пор не проводилась.

В научных исследованиях зарубежных ученых Jeyms A.Brussel, D.Duglas, M.I.Drepa, Timothy Bancroft-Hinche и других были научно исследованы вопросы

создания психологического профиля, создания психологического портрета преступника, создания психологического портрета лидера.

Эмпирические показатели значимости мотивов профессионального отбора, учебных мотивов и ценностей в социально-психологическом портрете студентов-психологов, дается описание критериев и методики исследования социально-психологического портрета студентов-психологов, роли учебных мотивов в структуре социально-психологического портрета студентов-психологов, вопрос места ценностей в социально-психологическом портрете студентов-психологов.

При описании критериев и методик исследования социально-психологического портрета студентов-психологов учитывалось соответствие характеристик применения инструментов исследовательской оценки содержанию исследования. Предварительные эмпирические показатели посвящены мотивам выбора профессии студентами-психологами (таблица №1).

Таблица №1

Представления студентов-психологов о выборе профессии психолога

№	Критерии оценки	Общие результаты		1-курс		$t_{1,2}$	2-курс		$t_{2,3}$	3-курс		$t_{1,3}$	4-курс		$t_{3,4}$
		X	σ	X	σ		X	σ		X	σ		X	σ	
1.	Быть психологом интересно и приятно	4,86	0,40	4,52	0,66	-2,47*	4,88	0,32	-2,145	5,00	0,02	-4,14***	5,00	0,17	-3,114***
2.	Желание помогать людям	4,66	0,47	4,55	0,50	3,20***	4,23	0,43	-6,782	5,00	0,12	-5,10***	5,00	0,08	-4,412***
3.	Анализировать себя и других людей	4,07	0,80	4,02	0,83	2,47*	3,55	0,50	-14,269	4,32	0,63	-1,40	5,00	0,21	-7,000***
4.	Любить общаться с людьми	4,10	0,89	3,67	0,91	-2,81**	4,23	0,78	0,514	4,08	0,79	-3,65***	4,50	0,88	-2,557*
5.	По требованию ситуации	3,04	1,82	2,35	1,90	-2,45*	3,50	1,52	1,056	3,23	1,98	-1,87	2,00	1,76	-1,735
6.	Профессия психолога имеет высокую репутацию среди профессий	4,36	1,99	4,20	1,96	3,23***	4,73	1,97	0,426	4,88	1,83	2,53*	4,12	1,84	1,961
7	Подготовка к этапу профессионального обучения	4,05	1,95	4,05	2,01	-0,603	4,35	2,01	0,857	3,79	2,11	0,533	3,95	1,70	1,332
8.	Деятельность психолога: рабочее время, ответственность, вид деятельности и соответствие задачам	3,51	1,86	4,02	1,94	1,691	3,23	2,03	0,402	3,00	1,70	2,22	3,50	1,79	0,706
9	Личные качества психолога: ответственность, целеустремленность, компетентность, интеллигентность, систематический режим работы	4,11	1,94	4,20	2,05	-0,498	4,44	2,07	0,190	3,47	1,92	1,46	4,37	1,61	-0,148
10.	Внешний вид психолога: имидж, стиль одежды	3,61	1,79	4,08	1,89	1,496	3,44	1,67	-0,534	2,73	1,62	3,75***	4,12	1,62	-0,527
11.	Знать об ассоциациях, которые координируют деятельность психологов	3,77	1,96	4,55	1,79	4,53***	2,85	1,84	-2,384	3,02	2,03	3,18***	4,54	1,53	0,365

Согласно результатам таблицы, тот факт, что студентам-психологам «интересно и приятно быть психологом» в выборе своей профессии (4,86 балла), желание помогать людям (4,66 балла), психолог имеет высокую репутацию среди других профессий (4,36 балла), личные качества психолога: ответственность, целеустремленность, компетентность, интеллигентность, системный график работы (4,11 балла), любить общаться с людьми (4,10 балла), анализировать себя и других людей (4,07 балла) расцениваются как очень важные факторы.

При изучении этих факторов с точки зрения этапов обучения у студентов всех курсов в «интересно и приятно быть психологом» наблюдаются 4,52 балла (1 курс), 4,38 балла (2 курс), 5 баллов (3 курс) и 5 баллов (4 курс). Изучены мотивы выбора профессии студентов-психологов, специфика выбора профессии психолога, а также факторы, влияющие на их дальнейшее развитие как психола. Это одна из черт социально-психологического портрета студентов-психологов. Для этого воздействие состояло из десяти пунктов, каждый из которых строился по оценочной шкале (5 баллов). Анализ полученных эмпирических значений проводился по общему и образовательному этапу. Анализ результатов показывает, что важнейшим фактором будущего развития студентов-психологов по общим показателям являются инициативность (4,65 балла), высокие профессиональные знания и опыт (4,60 балла), организаторские способности (4,45 балла), познавательные способности (внимание, память, мышление, восприятие, воображение, креативность) (4,43 балла), жизненное пространство (4,34 балла), авторитет родителей (4,24 балла), знание иностранного языка (4,11 балла), личная привлекательность (4,09 балла), сотрудничество с коллегами (4,00 балла) и личные отношения (3,93 балла).

На основе изучения учебных мотивов студентов-психологов было определено, что они имеют четыре уровня (рис. 1).

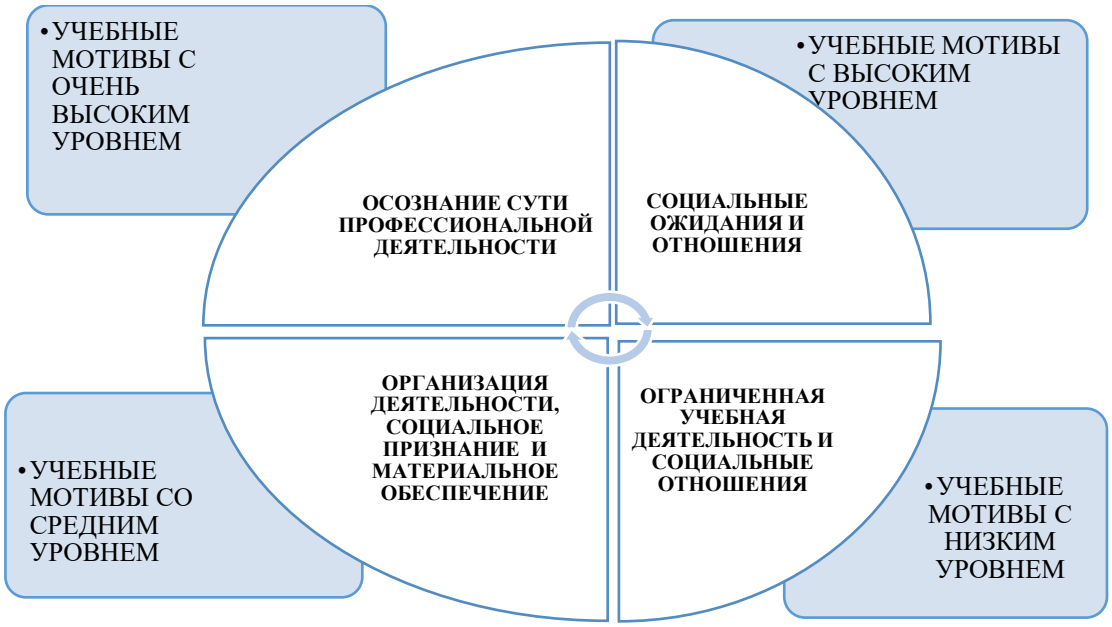


Рис. 1. Классификация учебных мотивов студентов-психологов по их содержанию и уровню

Студенты-психологи обнаружили, что в соответствии с высокой степенью значимости учебных мотивов у них было 3 ранга и 5 рангов, то есть быть высококвалифицированным специалистом (1,21), обладать глубокими и отличными знаниями (1,18), обеспечить успех своей будущей профессиональной деятельности (1,51), были введены мотивы получения интеллектуального удовлетворения от чтения (3,78).

Мотивы высокого уровня значимости включали 5-8 ранговых показателей и 16,4,14,8 места. Этими мотивами были: получить диплом (4,08), очень хорошо учиться, получать оценки «отлично» и «хорошо» (4,56), получить одобрение родителей и окружающих (4,78), не ослаблять усвоения учебных предметов (5,44). Это проявляется в том, что она ограничивается единственным мотивом (заслужить уважение учителей), которая отражает социальные отношения. Этот мотив также

становится причиной завоёвывания внимания учителей через усвоения предметов. Это свидетельствует о том, что достижение ежедневных результатов и их реализация ограничены по отношнию к социальным ожиданиям.

Мотивы нижнего уровня включали 10-15 ранговых показателей и 13-16 мест. Для этих мотивов характерны стремление не отставать от своих сверстников, получение стипендии (10,1), соответствовать требованиям учителей (10,47), избегать замечания группы из-за плохих результатов (15,01).

В социально-психологическом портрете студентов-психологов, системе ценностей и личностных ориентаций в эмпирических результатах был выявлен ряд корреляционных взаимосвязей (таблица 2).

Таблица №2

Корреляционные связи между направлениями ценностей студентов-психологов и их личностными ориентациями

№	Направления ценностей	Себе	Людям	Деятельности
1.	Личная перспектива	0,529**	0,257*	0,543**
2.	Высокая материальная обеспеченность	0,335*	0,178	0,381*
3.	Творческая деятельность	0,378*	0,425**	0,347*
4.	Активная социальная позиция	0,124	0,336*	0,298*
5.	Работать над собой	0,287*	0,265*	-0,023
6.	Ориентация на успех	0,159**	0,456**	0,145**
7.	Духовное удовлетворение	0,026	0,437**	-0,084
8.	Оставаться самим собой	0,341*	-0,157	0,211

Примечание: *p<0,05; **p<0,01

Корреляционные связи между направлениями ценностей студентов-психологов и их личностной ориентацией показали существенно разные показатели. Причина заключалась в том, что в двух из взаимосвязей между восемью ориентациями индивидуальных ценностей и тремя ориентациями личности наблюдались значимые показатели. В остальных случаях корреляционная связь остается абстрактной. Это также относится к “самоориентации” и (r=-0,159, p<0,01) мотивациям студентов-психологов с ориентацией на достижения, ориентацией на деятельность (r=0,145, p <0,01). Но, как оказалось, один из коэффициентов отрицательный, а другой положительный (таблица 2).

На самом деле индивиду необходимо будет согласовать свою ориентацию на достижения со своей социальной активностью. Тот факт, что направленность деятельности положительная, а самоориентация отрицательная, объективно отразилась на показателях студентов-психологов.

Резумируя профессиональную деятельность психолога представляет собой последовательную структуру; профессия психолога как практическая деятельность; гармонизация профессиональной деятельности - фактор обеспечения профессии психолога; стремление, исследование и познание — основное условие деятельности психолога; при факторном анализе составляющих социально-психологического портрета было определено, что такие основные факторы, как согласованность «Я» и «Я и социальные отношения» могут характеризовать профессиональную зрелость будущего специалиста (студента-психолога). Профессиональные качества могут зависеть от профессионального формирования, положения в профессиональной и социальной среде, а также профессионального осознания личности самого себя.

Литература.

1. Мираширова Н. А. Социально-психологический портрет студента-психолога как фактор определяющий его профессиональную зрелость 19.00.05 – социальная психологии. Этнопсихология. (автореферат) –Т.,2022.

2. Сафаев Н.С. Психологические особенности национального самопознания студенческой молодежи (автореферат) -Т., 2005, с.7.

IMPACT OF SOCIAL MEDIA PLATFORMS ON THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL DEVELOPMENT OF THE INDIVIDUAL

Muminova N.B.
(Tashkent, Uzbekistan)

Annotation. *As the world is developing globally, the ehtoyag of people is growing day by day, the means of communication are developing, thanks to which, the world's population is getting closer to each other. Their closeness is reflected not only in communication, but also in the way of living, culture, social and personal life, language, religion, business, development and even nutrition. Today, no matter what point in the world we are at, there is a tool that firmly binds us, destroying thousands of kilometers. This important discovery, in modern terms, is called "social media". This article covers social media, the definitions given to it by several scientists, the functional blocks that make it up, as well as the platform functions of these functions.*

Keywords*: social media, internet, socio-psychological characteristics, virtual environment, personality, risk, users, stress, conditioning, education, depression.*

Аннотация. *По мере того как мир развивается глобально, потребности людей растут с каждым днем, средства коммуникации совершенствуются, благодаря чему население мира становится ближе друг к другу. Их близость проявляется не только в общении, но и в образе жизни, культуре, социальной и личной жизни, языке, религии, бизнесе, развитии и даже питании. Сегодня, независимо от того, в какой точке мира мы находимся, существует инструмент, который крепко связывает нас, преодолевая тысячи километров. Это важное изобретение в современных терминах называется «социальные медиа». В статье рассматриваются социальные медиа, определения, данные им несколькими учеными, функциональные блоки, из которых они состоят, а также функции платформ, соответствующие этим блокам.*

Ключевые слова: *социальные медиа, интернет, социально-психологические характеристики, виртуальная среда, личность, риск, пользователи, стресс, обусловленность, образование, депрессия.*

Social media is usually thought of as the same concept as social media. But the concept of social media involves several activities. Facebook Instagram, YouTube, Facebook, etc.are among these self-aware.Let's not try to count how much the name of such technologies is increasing day by day[1]. Of course, as time goes by, they are developing again and again –new modern technalogies-no matter how a person floating in the whirlpool of the network with unlimited data has passed his time. In today's world, each individual spends an average of 5-6 hours a day in a computer or virtual environment. This number doubles when counting phone conversations, television, internet, and computer games. So we spend an equal half of the day using modern information and communication tools.And among young people, there is no need to prove

that the internet is the most popular means of communication, next to mobile phones. Another interesting information: now twenty of the hundred most viewed websites on the global network are in the category of social networks, and another sixty are sites of social content in one way or another. Against its background, we can say that not only the number of users of the internet and especially social networks, the impact these networks have on humans is also increasing significantly. [2] The Internet system appeared in the 60s of the XX century. America at that time at the initiative of the Department of Defense, computers began to connect to telephone networks. Initially, such activities were carried out as part of the research of the agency for improved projects (Accra). In the late '60s and' 70s, the internet did not develop widely. The international network of the first ten years was limited mainly by the scope of the activities of personal electronic lines of the military and Major scientists. The pace of the incomparable development of the internet has become dependent on the specific total financial and intellectual share of state, educational, academic and social structures. In the 70s of the 20th century, a system of rules for transmitting and exchanging information was developed among various scattered networks of computers. At an early stage in the development of the Internet, it was funded primarily by the United States Department of Defense. By the end of the 70s, however, basically three sources of supply stood out: government, universities and research laboratories (including independents). In the 80s, the internet began to develop in its own way to universal scales. During that period, the growth of internet-mediated information went under the slogan "increasing by 20 percent per month". For example, the main US network processes and transmits 165 million bytes of information per second. As a result of connecting the internet to public and commercial networks in the mid-80s, the Internet system developed both in terms of scope and quality. In the 90s, there was a fundamental change in the management of the internet system. In the last decade of the 20th century, the internet system grew incomparably. If more than 28,000 mainframes related to the internet system operated in the late 1980s, by the end of the 90s the number had reached tens of millions. This system has made the internet a distinct media and it has access to Information Technology, radio broadcasting and telecommunications [3]. Now the internet is also able to transmit not only text, but also images, pictures, sound and video images, to take directly from where the event is taking place.

For the fact that the Internet is used to harmoniously combine the technological capabilities of all traditional information systems, such as telecommunications, broadcasting, active exchange of information at an international level, it is a source of several tasks — information and knowledge; Media, Information Services system that applies to all areas of human activity (including education, political, social, economic, cultural, tourist, etc.); it acts as a tool that allows promising market and national companies to join the international information space and the world market in the most cost-effective and fast way. To date, it is difficult to imagine human life without social media networks. Taking the one-day lifestyle of humans, every minute of these 24 hours is inextricably linked with the social network [4].

Which one thief is the time or the internet? When we divide the life of a person from sleep to when we bathe, scientists have calculated that the average life of the previous ones the internet was not included in this statistic, and now it is clear and clear that the time that a person spends on the internet from the present is not even inferior to the time that family members, friends Even a new disease Nimophobia appeared – a disease of fear of being left without the internet. At the same time, many habits among young people have even been given a name for example: “Igromania“ is the departure from mukkasi to various games that take place from the computer. We were afraid that we would pass through this world without a name or that our loved ones, our state, would not be touched by us, but would have worked on ourselves even more. We understand the person who

carries a baseball bat wearing a mask and wearing a black robe that steals something, or we understand the large banks seen in the movies, the gang of thieves who spend the night in museums . But in the 21st century, such a thief has come into the world that neither the shackles nor the powerful army have become unstoppable. Of course we ourselves are responsible for this.This thief is the internet!!![5]

According to research, 3 billion people around the world, 40 percent of people on the planet use social networks. Research dictates that we spend an average of two hours on social media in one day. (whereas in social networks we are passing all our lives). This means sharing half a million Twitters and a recycled photo in the Snapchat app every minute. The place of social networks in our daily lives cannot be denied. But we cannot turn a blind eye to the threatening aspects either, because on social networks we sacrifice not only our time, but also our mental health. Since social media is a new phenomenon, there is still no complete research around it. However, we will refer to your judgment some of the research that has been carried out to this day in this regard.

Most people try to take refuge from social media to get away from everyday stress and anxiety. However, tastings emphasize that social networks serve not to reduce stress, but, on the contrary, to gain mental compression and nervousness. In a test experiment involving 1,800 volunteers, it was shown that women who use social media are more likely to be giriftors of mental compression than men. While Twitter, where other people share their stress and mental anguish, studies that have shown the greatest source of stress within social media claim that women experience less mental compression compared to men when they use it. Most men do not show such an effect because they interact with social media while maintaining distance. Experts have also argued that men are less nervous when using social media because they are cooler than women.

A 2017 experiment by Austrian researchers found that a user using Facebook for 20 minutes experienced mood disorders, depression, alamzadalic. This depression can be caused by users looking at Facebook as a waste of time. Another study argues that good and bad moods spread to individuals through social media. Frustrating messages and negative-mindedness of users using the social network at the same time increase by a contribution through the feedback they share. There is still no clear conclusion about whether positive, entertaining messages affect the state of mind.[6]

Research has found that anxiety, panic, nervous tact, and promiscuity are more prominent in people with social media addiction than others. Users who use seven and more social networks walk in more anxiety and tact than those who do not use it at all and or use 1-2 accounts. However, it is still not clear why social networks arouse panic and anxiety feelings for a person. While some studies suggest a strong correlation between depression and social media, some experts also rate social media as a positive process that relieves depression. Two studies, attended by 700 students, show that symptoms of depression such as unpleasant moods, unnecessary self-knowledge, frustration are affected by the use of social media. Another similar study was conducted in 2016 with 1,700 people. In it, he assumed that in those who spend time on excessive social networks, the risk of depression and panic will triple. This is caused by sharp messages on social networks, a clash of thoughts about the lives of completely unfamiliar people, the influence of a feeling of remorse for wasting time on social networks. On this day, experts are conducting research on the early detection of mental strain and nervous disorders with the help of social networks. People with a tendency to depression and irritability have been identified by following a tweet (brief remarks)shared by 476 people on Twitter. Last year, just such a study was conducted on the basis of tracking photos of 166 Instagram users, and it was noticed that people prone to depression are trying to show themselves happy by sharing their photos. It is worth noting that spending a few

minutes in bed on Facebook oritwitter before going to sleep damages halovate sleep and causes waking up in the morning in a depressed, asbaian, tousled State [7].

Some researchers argue that the use of social networks and the refusal to share photos and messages is even like the refusal of tobacco and alcoholic beverages amrimahol. But, the most terrible thing is that social networks harm the psyche of people even more than tobacco and alcoholic beverages. Social media addiction means that undoubtedly belongs to the circle of internet addiction. And this tobeism is seen all over the world as one of the biggest problems of our century[8].

Conclusion. Each blessing is designed to serve a person. Favours become bellicose (harm)when the use of them is neglected in its place and in moderation. Thus, the virtual environment - has become a real sphere of activity, an important part of the life of an individual, changes a lot in the person himself-both style, lifestyle, habits, circle of interests and communication. The main task of the internet is to represent the space of everyday life, since the Internet is not only capable of carrying out the task of socialization, but is considered to give certain status, importance, prestige to phenomena and phenomena in the life of society. In terms of numbers, today's World Youth is the largest generation in the entire history of mankind, as they Number 2 billion people [9]. Today, such concepts as internet culture, virtual Culture, Information Culture, the culture of the correct use of information have taken their place from our lives. It is a requirement of the period in young people to correctly determine their place in the world of the internet and to properly deal with users, to form a qualification for the correct analysis of information in the virtual world.In our daily life, it is necessary that we follow the norm in the use of modern tools of technology, just as everything has a negative and positive side.

List of literature used.

1. Manning, J. (2014.) Social media, definition and classes of. In K. Harvey (Ed.), Encyclopedia of social media and politics (pp. 1158-1162). Thousand Oaks, CA: Sage.

2. Kietzmann, J. H., Hermkens, K., McCarthy, I. P., & Silvestre, B. S. (2011). Social media? Get serious! Understanding the functional building blocks of social media. Business horizons, 54 (3), 241-251.

3. Trottier, D., & Fuchs, C. (2015). Social media, politics and the state. Protests, Revolutions, Riots, Crime and Policing in the Age of Facebook, Twitter and YouTube. New York and London: Routledge.

4. Svatošová, V. (2012). Social media such as the phenomenon of modern business. Journal of Marketing Development and Competitiveness, 6(4), 62-84.

5. Khalimova, N. J., & Dzhafarova, N. A. (2021). Switzerland as the home of hospitality education. in european research: innovation in science, education and TECHNOLOGY (pp. 29-32).

6. Smolyaninova, T. S. Obraz drugogo cheloveka Kak Osnova formirovaniya identichnosti lichnosti / t. S. Smolyaninova, T. A. Petryaeva, Yu. A. Busigina / / Vestnik Pravoslavnogo Svyato-Tikhonovskogo humanitarnogo universiteta. Series 4: Pedagogy. Psych. - 2020. - № 56. - S. 30-40.

7. XXX S. A. et al. Psychological description of the concept of emotional intelligence //Spectrum Journal of Innovation, Reforms and Development. – 2022. - T. 7. - S. 71-75.

8. Ergashevich, Y. S. (2022). Psychological features of protection against cyber attacks. International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research, 46-49.

9. Yuldashev, S. (2022). Psychological features of protection against cyber attacks. Journal pedagogic I psychologii V sovremennom obrazovanii, 2 (6).

THE PSYCHOLOGICAL INFLUENCE OF THE LEVEL OF SUBJECTIVE CONTROL ON THE FORMATION OF SOCIAL PHOBIA IN RELATION TO MARRIAGE IN YOUNG PEOPLE

Nasrullayeva A.A.
(Tashkent, Uzbekistan)

Abstract. *Due to the fact that the social and technological changes taking place in the world lead to significant changes in the transformation of the family, the formation of social phobia from marriage and the realization of the life motives of young people become of special relevance and practical importance. In the article, the results of the research on the psychological effect of the level of subjective control in the formation of social phobia in relation to marriage in young people are approved.*

Key words: *family, values, motive of marriage, interpersonal relations, phobia, ustanovka, family life.*

Аннотация. *В связи с тем, что происходящие в мире социальные и технологические изменения приводят к существенным изменениям в трансформации семьи, формирование социофобии от брака и реализации жизненных мотивов молодежи приобретают особую актуальность и актуальность практическое значение. В статье подтверждаются результаты исследования психологического влияния уровня субъективного контроля на формирование социофобии в отношении брака у молодежи.*

Ключевые слова: *семья, ценности, мотив брака, межличностные отношения, фобия, установка, семейная жизнь.*

Changes in the perception of the role structure of the family play an important role in the formation of social ideas of young people about marriage [3]. When studying young families, researchers pay attention to the social-role block, determine the importance of certain areas of family life for partners: sexual, parental and educational, household, social activity, emotional and psychotherapeutic, common interests. In particular, female students aged 18-25 pay more attention to emotional connection with their spouses, while male students of the same age pay more attention to social activity, material support of the family, and the implementation of parental and educational functions [8] .

The field of marital relations has not lost its relevance even as it is under considerable pressure from the processes of change in modern society. Psychologists and sociologists from different countries are studying the increasing popularity of unregistered marriages and out-of-wedlock births, the spread of same-sex marriages and the culture of living alone, the erosion of gender roles and the decline in birth rates [2] . As the level of education increases, the desire to get married decreases in more women [1]. According to research, 12.5% of young people between the ages of 18 and 34 admit that they have never had a romantic partner in their lifetime [8]. The problems of marriage and romantic relationships have been studied very deeply in domestic and foreign sciences, but the object of most research is students.

The trends of changing masculinity and femininity have been studied and the tendency to weaken the polarization of male and female gender roles has been identified. In addition to the traditional "feminine" qualities (care, frugality, modesty), the ideal woman begins to acquire "masculine" qualities in the public mind: energy, entrepreneurship, independence, the ability to achieve success [9]. At the same time, the tendency to delay marriage and childbearing determines the interest in post-college

youth, because it is at this age that young people may face a conflict between their social ideals and reality about choosing a partner, forming a family, and a spouse.

According to J.K. Abrik, the core of social representations is a sufficiently stable formation that determines the semantic essence of the social representation associated with the main norms and values, as well as the collective memory of the group. The theoretical basis of the research is the theory of social images of S. Moskovichi, the cycle of generations developed by V. Strauss and N. Howe and adapted to the Russian cultural-historical reality by E. Shamis and E. Nikonov. Belonging to one generation is determined by the totality of: a) historical period; b) forms of belief and behavior; c) a feeling of belonging to the generation formed on the basis of the experiences shared by the representatives of the generation with their peers. Generational theory within social psychology is controversial. Some authors do not consider its use to be correct enough, while others, recognizing the expediency of studying individual phenomena as large social groups from the point of view of generations, argue that "generations can act as a collective subject that qualitatively affects subsequent generations" [13].

Disruption of the continuity of family traditions, difficulties in transferring the experience of past generations, introduction of new role stereotypes and promotion of fashionable marriage trends are gradually destroying the integrity of the family system, including its model. The young generation is especially involved in this process, because it is the most sensitive to any social changes. Since it is difficult to assess new developments in the field of marriage-family relations at this stage, the consequences will appear later, but it can still be assumed that there is a serious threat to the family well-being of the members of society. the tendencies to lose the priority of this sphere of relations in the value system of modern youth naturally provoke the traditional ideas about marriage and family, corresponding forms of behavior that devalue their role in the life of every person. The level of subjective control of a person can also affect the formation of social phobia in relation to marriage in young people. Therefore, in our research, we found it necessary to analyze the diagnosis of the subjective level of the person.

The emergence of interest in issues of the emotional-volitional sphere of the individual is determined by the urgent need for the practice of improving intellectual processes in social interaction and professional activity. Currently, high demands are placed on a modern specialist, he must have such qualities that personal-individual qualities are embodied in the effectiveness of the activity process: activity, purposefulness, readiness to overcome external and personal obstacles that prevent the achievement of goals, as well as willpower.

Every person is born with great potential abilities, with the help of which he solves certain difficult life situations. These abilities manifest themselves with emotional upsurge, in an unusual situation, and are of particular importance in the development of a person's psychological readiness. Volitional qualities play a special role in the formation of these preparations in a person. It is thanks to them that a person overcomes various difficulties and shows strength of character, independence and will. Volitional qualities are characteristics that become personal characteristics of volitional regulation and are manifested in specific situations due to the nature of the challenge to be overcome.

Table 1

Descriptive values of Dj. Rotter's method of subjective control diagnostics (N=350)

Types of internality	Min	Max	Average value	Std. Deviation	Z	p
General internality	-6,00	87,00	27,06	22,79	2,301	0,000**
In success	-4,00	28,00	7,88	8,71	4,137	0,000**
In failure	-6,00	27,00	6,67	7,17	2,210	0,000**
In family relationships	-8,00	20,00	4,09	6,04	2,186	0,000**
In industrial relations	-7,00	21,00	3,97	5,53	1,711	0,006**

Types of internality	Min	Max	Average value	Std. Deviation	Z	p
General internality	-6,00	87,00	27,06	22,79	2,301	0,000**
In success	-4,00	28,00	7,88	8,71	4,137	0,000**
In interpersonal relationships	-9,00	18,00	3,57	4,52	2,583	0,000**
On health	-4,00	21,00	3,42	4,50	2,077	0,000**

Explanation: *p<0,01*

According to the normal distribution and mean values of the subjective control level, according to the scale of general internality (Z=2.301; r<0.01), according to the scale of internality in success (Z=4.137; r<0.01), in failure according to the scale of internality (Z=2.210; r<0.01), according to the scale of internality in family relations (Z=2.186; r<0.01), according to the scale of internality in industrial relations (Z=1.711; r<0.01), results were recorded on the scale of internality in interpersonal relations (Z=2.583; r<0.01), on the scale of internality on health (Z=2.077;r<0.01)

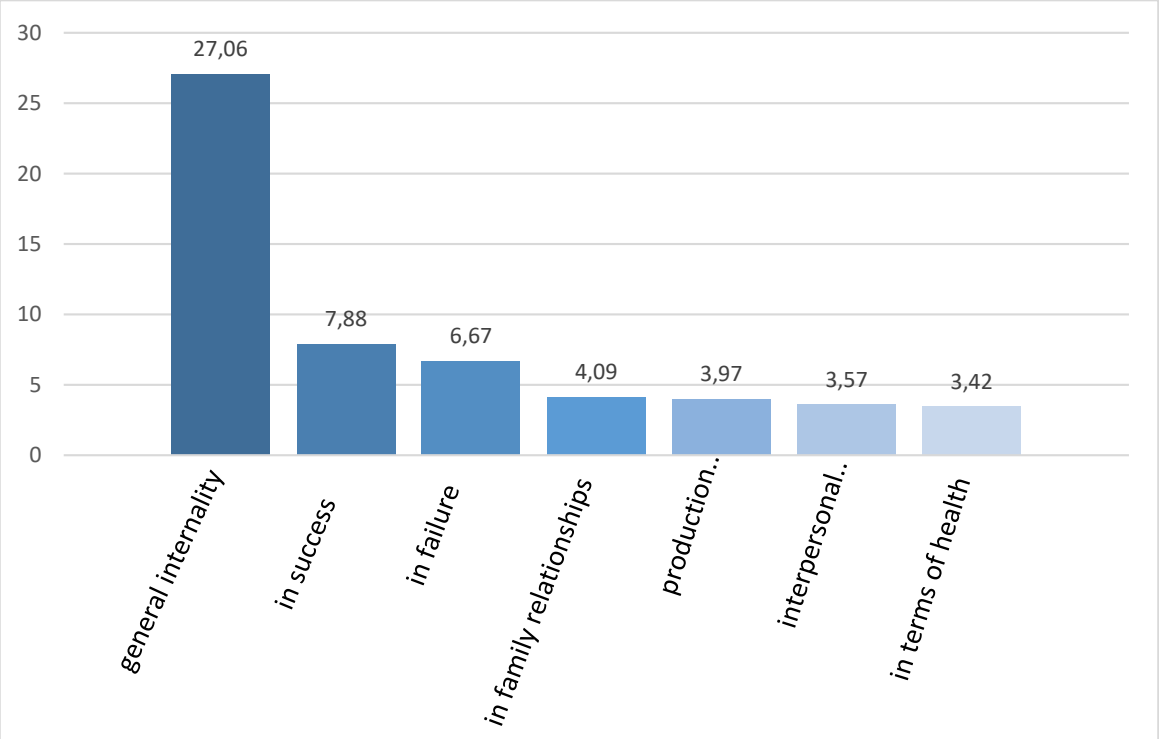


Figure 1. Average value indicators of manifestation of types of internality

In the case of success, the results of the internality index are higher than other scales, there is a need for young people to develop their willpower and special skills in the process of moving through activities, as well as family life in order to be successful and have a place in life. leads to conclusions that it is necessary to push it to two levels. It was determined that 100% of the obtained results correspond to non-parametric criteria according to the law of normal distribution. Also, general internality (22.79), internality in success (8.71), internality in failure (7.17), internality in family relations (6.04), internality in industrial relations (5.53), internality in interpersonal relations (4 .52) and health internality (4.50) indicated a high overall level of internality. It becomes clear that in today's youth, the algorithm of self-restraint and volitional regulation mechanisms works in an organic sequence.

Table 2

Gender differences in Dj. Rotter's method of subjective control diagnostics (N=350)

Types of internality	Average colors		Statistical indicator	
	Boys (N-207)	Girls (N-143)	U	p
General internality	174,59	176,82	14612	0,839
In success	174,10	177,53	14510	0,754
In failure	181,20	167,25	13620,5	0,204
In family relationships	175,41	175,63	14781,5	0,984
In industrial relations	174,78	176,55	14651	0,872
In interpersonal relationships	173,95	177,74	14479,5	0,729
On health	180,95	167,62	13673	0,224

Explanation: *p>0,05*

When analyzing the gender difference of Dj. Rotter's "Subjective control level" method, we can see that there are no significant differences in the level of confidence between the results of our boys and girls on all the indicators of the scales. We can evaluate this aspect as the result of the uniformity of their activity, i.e., the changes during the study and student period, the pressure of study and the fact that they show almost similar voluntary regulation in the process of getting to classes. One of the indicators of a person's maturity, level of moral development and success is internality and motivation. They determine a person's level of responsibility for events in his life. Internality means a person's tendency to see himself as the cause of events in his life: his abilities, actions, character traits, etc. There were no significant differences in this indicator (U=14612, p>0.05), it was found that there was a slight difference in boys compared to girls. From this, it can be concluded that as a result of the higher sense of family responsibility in boys than girls, the level of responsibility in their subjective self-control is higher.

In the indicator of internality in success (U=14510, p>0.05), boys have a slight advantage and sit on one action for longer than girls, because their motivation to succeed is based on a combination of desires such as choosing a profession and building a career during the student period. Belief in one's own power, high evaluation of one's actions, and ensuring the use of one's own internal potential levels in a real situation, created the basis for our interpretation that internality is highly visible in the success of the individual.

In failure internality indicator (U=13620.5, p>0.05) as above, a slight advantage was noted in boys, high qualities of "taking on all responsibilities" characteristic of their nature, direct application to practical activities on the surface, it is more evident that they see themselves as the real causes of all "disasters". That is why even in these unsuccessful moments, they look for the fault not in others, but in themselves, and believe in their own strength to find a solution. Introverts not only resist external influences, but also try to control the behavior of others if given the opportunity. Those high in internalism also tend to like people they can manipulate and dislike those they can't influence. Individuals high in internalism are more confident than others in their ability to solve problems and are therefore independent of others' opinions.

In the index of internality in family relations (U=14781.5, p>0.05), the young men recorded relatively high results for the fact that they performed their family duty, family loyalty and responsibility for all household chores in the family in comparison to the girls. In the indicator of internality in production relations (U=14651, p>0.05), a clear advantage is naturally observed in young men, because their activities in ontogeny are directly coordinated with production processes, overcoming stressful situations in the work process, self-control in performing all tasks at work, and such as a good sense of responsibility will be high.

It can be said that the situation is the opposite in the indicators of internality (U=14479.5, p>0.05) in interpersonal relations. In this indicator, our female students had a slight advantage. It is known that girls are prone to emotional experiences, and if they have an argument or quarrel with someone, they try to "reconcile" with that person again, even if this happens secretly. Therefore, in girls, interpersonal relations are more dominated by principles such as the obligation to be good with everyone. As a result, in the process of communication, they develop the ability to understand emotional experiences, to work with emotional signs such as empathy, sympathy.

In terms of internal health (U=13673, p>0.05) the advantage of girls was also noted. From this, it can be concluded that girls are more attentive to themselves in matters related to health. In girls, the sense of responsibility for their health is slightly higher than that of boys, and it is also characterized by the perception that everyone, including themselves, is responsible for their health in the form of social institutions. Students who have a realistic perception of being a housewife are clearly led by the figure of a kind, caring mother in the family, and therefore they have a higher sense of responsibility in relation to health and health.

The essence of this phenomenon is that people see the reasons for their success in their abilities, personal qualities, efforts, that is, they use the internal locus of control and, on the contrary, associate failures with external influences. At the same time, this error is also observed in cases where the social value of the error is insignificant. Thus, the level of activity of a person in achieving his goals, the measure of the independence of his behavior is one of the most important psychological characteristics of a person. The degree of development of a sense of personal responsibility for what happens in a person plays an important role in solving various life situations: the formation of interpersonal relationships, the method of solving conflict situations of a family and work nature. A person's feeling of inability to change the situation and quickly adapt to changing world conditions causes stress, chronic fatigue syndrome, depression, forms a feeling of helplessness and ineffectiveness. The ability to control, on the other hand, is related to making effective decisions and finding opportunities to achieve goals and avoid negative consequences.

Thus, the level of activity of a person in achieving his goals, the measure of the independence of his behavior is one of the most important psychological characteristics of a person. The degree of development of a sense of personal responsibility for what happens in a person plays an important role in solving various life situations: the formation of interpersonal relationships, the method of solving conflict situations of a family and work nature. A person's feeling of inability to change the situation and quickly adapt to changing world conditions causes stress, chronic fatigue syndrome, depression, forms a feeling of helplessness and ineffectiveness. The ability to control, on the other hand, is related to making effective decisions and finding opportunities to achieve goals and avoid negative consequences. In general, despite young people's preference for androgynous characteristics in a partner, girls still seek a predominance of masculine characteristics in their partner, while boys are willing to display both masculine and feminine characteristics in their partner. In turn, such an androgynous orientation with masculine elements can serve as a basis for the implementation of the currently popular egalitarian model of marriage and family relations for young people.

Literature.

1. Brief psychological dictionary / Comp. L.A. Karpenko; under the general editorship of A.V. Petrovsky, M.G. Yaroshevsky. Moscow: Politizdat, 1985. 431 p.

2. Jung K.G. Consciousness and the unconscious / Translated from German by V. Bakusev. 2nd ed. Moscow: Academichesky Proekt, 2009. 188 p.

3. Schneider L.B. Family psychology. Moscow: Academichesky Proekt; Yekaterinburg: Delovaya kniga, 2006. 768 p.

4. Shapiro B.Yu. Sex education, sexual education and preparation for family life // Russian encyclopedia of social work. In 2 volumes / Under the editorship of A.M. Panov, E.I. Kholostova. M.: Institute of Social Work, 1997. Vol. 2. 436 p.

5. Ilyin E.P. Motivation and motives. SPb.: Piter, 2002. 512 p.

6. Yurkevich N.G. Soviet family. Functions and conditions of stability. Mn.: BSU Publishing House, 1970. 208 p.

7. Kurbanova D. The role of the psychological foundation of the family in the development of the family. Abstract of Cand. Sci. (Psychology) .... – Tashkent, 1997 – 19 p.

8. Kovalev S. V. Psychology of the modern family. Moscow: Education, 1988. 208 p.

9. Eidemiller E. G., Yustitskis V. V. Psychology and psychotherapy of the family. St. Petersburg: Piter, 2008. 656 p.

10. Chernyak E. M. Sociology of the family. Moscow: Dashkov i Ko, 2004. 238 p.

11. Vishnevsky Yu. R. et al. Comprehensive support for young families: Lecture course. In Part II. Part 1: Young family: essence and types, problems, trends and prospects. Yekaterinburg: UrFU, 2011. 220 p.

12. Yarygina N. Yu. Motivational and semantic readiness for family life: Dis. ... Cand. of Psychology. M.: Psychologist. in-t Rus. akad. obrazovaniya, 2007. 139 p.

13. Kamneva N.A. Motivation for entering into marriage and its influence on conflict situations of the future young family // Vestnik TSU. 2009. Issue. 2 (70). P. 271-276.

14. Bushkova-Shiklina E.V., Mityagina E.V., Shumailova S.V. Vyatka students: features of values and social activity: results of a sociological study. Kirov: Publishing house of Vyatka State University, 2010. 99 p.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕНДЕНЦИИ К ПРИНИМАНИЮ ЛОЖНОЙ ИНФОРМАЦИИ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ У ПОДРОСТКОВ

Нурматов А.Н.
(г.Карши, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье раскрывается психологическая специфика склонности подростков воспринимать ложную информацию в социальных сетях. Также в данной статье подробно описано влияние социально-психологических качеств и их связи с различными ситуациями на восприятие подростком информации в социальных сетях.*

Ключевые слова: *Интернет, социальная сеть, подросток, ложная информация, принятие, влияние.*

Abstract*. This article reveals the psychological specificity of adolescents' tendency to accept false information in social networks. Also, this article describes in detail the influence of socio-psychological qualities and their relationship with various situations on the adolescent's acceptance of information on social networks.*

Keywords: *Internet, social network, teenager, false information, acceptance, influence.*

Правильное и разумное использование Интернета также создает для подростков возможность учиться и получать новые знания. Они могут проводить независимые исследования, участвовать в интересных проектах и развивать свои

навыки. Роль родителей и педагогов в использовании Интернета подростками важна. Обучение их разумному и безопасному использованию Интернета, помощь в управлении своим временем и защите от вредного контента способствует здоровому развитию подростков.

Склонность подростков принимать ложную информацию в социальных сетях связана с конкретными аспектами их психического развития. В этот период у растущих молодых людей возрастает потребность в самосознании, социальном одобрении и общении с другими. Такая ситуация влияет на способность подростков критически анализировать информацию.

Текстовая информация является наиболее часто используемым типом информации. От него мы получаем большую часть информации. Есть несколько простых способов это проверить. Кроме того, необходимо обратить внимание на определенные маркеры, которые указывают на то, что новость или сообщение не очень правдивы на наших глазах.

Точно:

1. Сенсационное название, привлекающее к себе внимание, означает, что авторы искусственно хотят привлечь к нему внимание. Значит в этом есть какая-то цель и информация не очень достоверна.

2. Необходимо обратить внимание на соответствие заголовка и иллюстрации смыслу новости. Они должны быть гармоничными. Если есть несоответствия, информация может быть неверной или поврежденной.

3. Наличие авторства с указанием точных названий источников данных. Если авторства нет, это признак того, что СМИ не хотят брать на себя ответственность за публикацию. Если источник отсутствует («как сообщил наш доверенный») или он неточен («британские ученые»), это обычно указывает на то, что информация вымышленная или сильно искажена.

4. Насыщенность эмоциями. Новости не должны нас пугать, а должны нас информировать. Сильный эмоциональный текст, искусственно наполненный словами, вызывающими крайние, острые эмоции, – это признак ложной информации [1; 130-145].

5. Наличие аналогичного сообщения на других информационных ресурсах. События средней важности обычно освещаются несколькими источниками. Чтобы проверить его достоверность, необходимо проверить публикации 3-4 из них. Это не занимает много времени, но добавляет объективности.

6. Подробности информации в новостях являются основными. Если информация обобщена, поверхностна, явление четко не освещено, то она далека от истины [2; 24-30].

7. Ищем первый источник. Это не так сложно, как кажется на первый взгляд. Обычно СМИ переписывают и ссылаются на информацию с официальных страниц других авторитетных СМИ. Если ссылки нет – это говорит о том, что информация недостоверна.

Фейк – это информация, которая частично или полностью сфабрикована. Исследования, проведенные аналитиками социальных сетей, таких как Facebook, и группой медиаэкспертов Оксфордского университета, показывают, что 40% фейков основаны на достоверных доказательствах (но представлены в ином виде), 60% являются полностью сфабрикованными новостями, сообщениями. и т. д. [3; 74-79].

В качестве яркого примера недавних мистификаций можно привести — эпоху эпидемии коронавируса, отражающую все установленные цели мистификации, — историю влияния 5G на заболеваемость COVID-19. В определенный момент сообщения об опасности 5G стали широко распространяться в новостях, соцсетях и мессенджерах. Информация, далекая от истины, была направлена на искажение знаний людей о заболевании, нагнетание паники и страха. И как следствие – призыв

к действию. В разных странах наблюдались случаи, когда вышки включались и ломались 5G-объекты в разных странах, люди требовали их убрать или не устанавливать, если это было запланировано [4; 102-111].

Кроме того, современные фильмы независимо от жанра, развлекающие широкую аудиторию – от комедий, боевиков до драм, фэнтези и сериалов – построены на основе быстрой частоты кадров и активной динамики событий. Сцены в них разбиты на небольшие нелогичные, часто мелкие блоки [5; 54-66].

В последние несколько лет в средствах массовой информации наблюдается тенденция к сокращению длины сообщения: иногда заголовок содержит несколько больше слов, чем текст сообщения. Если раньше считалось длинным интервью, состоящим из нескольких страниц, то теперь длинное интервью состоит из нескольких абзацев. Есть еще одна тенденция для СМИ – быстрая смена тематики новостей. Нам могут показать небольшой рассказ о засухе в Африке или наводнении в Китае, а затем о разводе голливудских звезд [6; 29-47], за которым следует отличный рецепт блюда и заканчивается рекламой стирального порошка.

Один из путей возникновения стереотипов: эмоциональное отношение человека к предмету или событию ставится на определенный уровень знаний. Кроме того, с детства мы подвергаемся воздействию социальных стереотипов, распространяемых средствами массовой информации, семьей, друзьями и религией. Это важно и интересно, поскольку показывает, что стереотипы могут быть очень разнообразными и пронизывать практически все сферы нашей жизни. Здесь кроется дополнительная угроза: через стереотипы можно влиять на каждого человека в отдельности и на общество в целом. И здесь заинтересованные в этом влиянии могут использовать разжигание ненависти, пропаганду, манипуляцию и ложную информацию.

Виды стереотипов [7; 949-958]:

- автостереотипы - отражают отношение человека к самому себе. Они могут быть положительными – «Я самая красивая на свете», и отрицательными – «Мне не повезло», «Я слишком толстый/худой».

- гетеростереотипы (этнические) - показывают отношение к другой нации, социальной группе. Они могут иметь положительный и отрицательный оттенок.

- гендер – стереотипы о мужчинах и женщинах. Они могут иметь положительный и отрицательный оттенок.

- моральный - отражает те или иные моральные правила социальной группы, общества, национальной среды, региона.

Важные аспекты навыков работы в Интернете:

1. Поиск и проверка информации. Когда подростки используют Интернет для чтения или исследования, они должны уметь различать надежные источники и избегать ложной (фейковой) информации. Это помогает развивать критическое мышление.

2. Безопасность и конфиденциальность. Защита личной информации в Интернете очень важна. Подростки должны знать о мерах безопасности, таких как создание надежных паролей и отказ от участия в опросах от неизвестных людей или подозрительных сайтов.

3. Навыки работы с социальными сетями. Знание того, как публиковать сообщения в социальных сетях, как реагировать и как вести себя в Интернете, является важным навыком для подростков. Это влияет на их имидж в Интернете и на то, как они взаимодействуют с другими.

4. Тайм-менеджмент. Слишком много времени, проведенное в Интернете, может негативно повлиять на успеваемость, социальную жизнь и сон. Подросткам необходимо научиться эффективно пользоваться Интернетом и управлять своим временем.

5. Творческое использование. Подростки имеют множество возможностей получить новые знания, создать творческие проекты или развить новые навыки через Интернет. Творческий подход к технологиям (таким как ведение блога, графический дизайн или программирование) может расширить их навыки.

6. Манеры и онлайн-этикет. Хорошие манеры и онлайн-этикет (избегайте троллинга, будьте уважительны) важны при общении в Интернете. Это помогает поддерживать здоровые социальные отношения.

Косински показал, что с помощью цифровых технологий и больших данных можно получать очень глубокую и точную информацию о людях. Это, в свою очередь, объясняет, как технологии и цифровые платформы могут угрожать конфиденциальности людей. Его исследования выявили проблемы безопасности, связанные с защитой личной информации людей и предотвращением неправомерного использования данных.

Косински также изучает вопросы контроля и манипулирования человеческим поведением с помощью технологических средств. Он показал, как компании и государства могут отслеживать решения и поведение людей, собирая информацию на основе цифровых следов.

Таким образом, подростки очень чувствительны к ложной информации в социальных сетях, и важную роль в этом процессе играют их когнитивное развитие, эмоциональное состояние, социальное влияние и уровень цифровой грамотности. Понимание этих факторов и развитие способности подростков критически относиться к информации важны для борьбы с дезинформацией.

Литература.

1. Корниенко Д.С., Фоминых А.Я., Веракса А.Н. [и др.]. *Интеграция социалных медиа в ежедневную активност подростков при разных уровнях саморегуляции // Интеграция образования. 2022. Т. 26. № 1(106). С. 130–145.*

2. Криштал М.И., Щекотуров А.В. *Мотивы и особенности кросс-платформенной самопрезентации российских студентов // Цифровая социология. 2021. Т. 4. № 1. С. 24–30.*

3. Овчарова Р.В. *Самопрезентация личности подростков и юношей в социалной сети // Общество: социология, психология, педагогика. 2021. № 3(83). С. 74–79.*

4. Полева Н.С., Голубева Н.А. *Особенности конструирования цифровой самопрезентации в виртуалном пространстве // Вопросы психологии. 2021. Т. 67. № 6. С. 102–111.*

5. Рубцова О.В., Панфилова А.С., Смирнова В.К. *Исследование взаимосвязи личностных особенностей подростков с их поведением в виртуалном пространстве (на примере социалной сети «ВКонтакте») // Психологическая наука и образование. 2018. Т. 23. № 3. С. 54–66.*

6. Суроедова Е.А., Давыдова М.А., Гришина А.В. *Молодые люди и Интернет: субъективные факторы выбора стратегий онлайн-поведения // Российский психологический журнал. 2023. Т. 20(3). С. 29–47.*

7. Engels R.C.M.E., Finkenauer C., van Kooten D.C. *Lying behavior, family functioning and adjustment in early adolescence // Journal of Youth and Adolescence. 2006. Vol. 35. P. 949–958.*

ВОПРОСЫ ИССЛЕДОВАНИЯ РОДИТЕЛЬСКОГО СТРЕССА В ПСИХОЛОГИИ

Нуруллаева Б.Б.
(г.Ургенч, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье представлена инфомация о родительстве и родительском стрессе, применительно к современной семье, рассматриваются социально-психологические причины возникновения родительского стресса. Описываются основные теоретические положения проблемы стресса и определяется место и характеристики родительского стресса в типологии стрессов. Обозначены теоретические положения направленные на преодоление, сопровождение и коррекцию родительского стресса.*

Ключевые слова: *родительство, родительский стресс, физиологический и психологический стресс, семейный стресс, факторы стресса, позитивные и негативные последствия стресса, родительские установки и ценности, интегративная модель стресса, преодоление стресса.*

Annotation. *This article presents information about parenting and parental stress in relation to the modern family, and discusses the socio-psychological causes of parental stress. The main theoretical principles of the problem of stress are described and the place and characteristics of parental stress in the typology of stress are determined. Theoretical provisions aimed at overcoming, accompanying and correcting parental stress are outlined.*

Key words: *parenting, parental stress, physiological and psychological stress, family stress, stress factors, positive and negative consequences of stress, parental attitudes and values, integrative model of stress, coping with stress.*

В**ведение.** В последние несколько десятилетий существенно изменились социальные, экономические, психологические условия реализации родительства, как и сами представления о родительских функциях по отношению к детям, что требует более глубокого анализа данного явления. «Рождение ребенка, больше, чем любое другое человеческое начинание, влечет длительные обязательства и последствия для широкого круга лиц. Рождение первого ребенка как жизненное событие знаменует собой начало нового периода перехода к родительству. В этот период кардинально перестраивается система семейных отношений, возникает задача преобразования личности новоявленных родителей.»[16]

Анализ литературы по теме. Родительство – динамичный и многогранный феномен, рассматриваемый как на субъективно-личностном, так и на надиндивидуальном уровне. С одной стороны, родительство как экзистенциальный опыт направляет ход жизни человека и осуществляет ценностно-смысловую регуляцию, играет важнейшую роль в жизни каждого человека и выступает вектором формирования личности субъекта на этапе взрослости.[10]

С другой стороны, родительство является самоценным элементом развития личности, которое, в свою очередь, обогащает все другие ее стороны и способствует определенным изменениям в целостной системе субъектности человека, в котором формируются индивидуально-личностные особенности каждого человека.[6]

[16] Shapovalenko I.V. Modern Parenthood: New Research Approaches. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*, 2022. Vol. 11, no. 1, pp. 58—67. DOI: https://doi.org/10.17759/jmfp.2022110106 (In Russ.).

А субъектное становление родителя отца или матери происходит в проблемных ситуациях, где заостряются противоречия между той или иной плоскостью социокультурного пространства, необходимостью реализации воспитательной деятельности и возможностями родителя, что подчеркивает актуальность изучения влияния стилевых предпочтений родительства и их возрастной динамики.[4]

Родительская позиция как часть жизненной позиции определяет направленность родительских установок, мотивов и ценностей, обусловливающих характер воспитательной практики в семье, детерминирует отношение к родительству в целом, к себе как родителю, к родительской роли. Сложности связанные с реализацией воспитательных задач родителями порождает круг проблем социального, экономического, психологического, бытового и прочего характера. Следствием является изменение самовосприятия родителей, включающего одновременно переживание успешности собственной родительской роли и трудностей, стрессов родительства.

В ряде исследований неодократно отмечалось, что “переживание родительского опыта способствует радости и удовлетворению, акцентирующему его важность в жизни многих людей (Куфтяк, 2009; Захарова, Калачева, 2012; Шаповаленко, 2022; Nelson, Kushlev, Lyubomirsky, 2014; Bornstein M. H. et al., 2015; van Houten et al., 2020; Aydoğdu et al., 2021; Oyarzún-Farías et al., 2021).[5] Однако этот опыт подразумевает столкновение с рядом проблем и требований, которые могут являться причиной негативных эмоций и состояний субъекта – разочарования, снижения субъективного благополучия и ментальных ресурсов личности родителя (Heys, 1998; Rizzo, Schiffrin, Liss, 2013; Nelson et al., 2014; Nomaguchi, Milkie, 2020). [9, 14]. В частности, было обнаружено, что родители испытывают повышенный *стресс* (Савенышева, 2020; Crnic, Ross, 2017; Lebert-Charron et al., 2018), *беспокойство* (Warner, 2005), *вину* (Guendouzi 2006; Sutherland, 2010; Liss et al. 2013; Haslam et al., 2020).[7] Это в совокупности с субъективными, оценочным характеристиками родителей становится фактором, усиливающим родительский стресс (Савенышева, 2020). ”[17]

Таким образом, целью данной статьи является анализ понимания современными исследователями проблемы родительского стресса и близких ему понятий, содержательных характеристик этого психологического образования, а также поиск и анализ конкретных работ, направленных на изучение связи родительского поведения и стресса.

Проблема стресса на современном этапе научного развития носит междисциплинарный характер. Вслед за Г.Селье в своё время описавшим физиологический стресс и его психологические характеристики , то современные исследователи приступили к всестороннему изучению психологического стресса.

Проанализировав целый ряд исследований посвящённых стрессу можно прийти к выводу, что данное понятие объединяет широкий круг явлений жизнедеятельности людей. Поэтому стресс изучается как в физиологии так и в психологии, социологии, медицине и других науках.

Психологическая трактовка стресса дана В.А.Бодровым: «стресс является реакцией не сколько на физические свойства ситуации, сколько на особенности взаимодействия между личностью и окружающим миром. Это в большей степени продукт наших когнитивных процессов, образа мыслей и оценки ситуации, знания

[17] Мисиюк Ю.В. Исследование выраженности установок на интенсивное родительство у российских женщин / Ю.В. Мисиюк, С.А. Хазова // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2021. – Том 27, № 3. – С. 91-98.

собственных возможностей (ресурсов), степени обученности и способам управления и стратегии поведения, их адекватному выбору»[18]

Т. Лазарус и Ф. Фолкмен дали следующее определение стрессу, «связь человека со средой, которая оценивается человеком как обременяющая или превышающая его ресурсы и подвергающая опасности его благополучие». Приведённые определения позволяют раскрыть природу стресса как состояние психофизиологического напряжения человека, возникающее в результате внешнего воздействия.

В повседневных представлениях людей бытует мнение о том, что научно-технический прогресс привёл к росту стрессогенных факторов окружающего мира, но учёные Т.Поллок и Р.Стенфрид отмечают что, нет веских доказательств роста факторов стресса в современной жизни людей и причиной возрастания интереса к проблеме стресса в большей мере являются социокультурные, а не техногенные изменения. [3]

Анализ исследований посвящённых стрессу показывает на чрезвычайную широту круга вопросов изучаемых в сязи со стрессом Лазарус выделяет типы стрессовых ситуаций, Т.А. Серебрякова выделяет функции психологической помощи человеку в стрессовой ситуации.[3]

В ходе развития науки представления о стрессе активно разрабатывались зарубежными учёными. В.А. Бодров проанализировав основные теории и модели стресса с точки зрения взглядов и установок зарубежных ученых на сущность и особенности проявления состояния стресса, причин его развития, механизмов регуляции, выделяет следующие группы теорий. Генетически-конституциональная теория, модель предрасположенности к стрессу, психодинамическая модель, междисциплинарная модель стресса, системная модель стресса, интегративная модель стресса и когнитивная теория стресса.

Основоположник теории стресса Г.Селье выделяет физиологический и психологический стресс, а также описывает особенности этих видов стресса. Рассматриваемый нами родительский стресс относится к группе психологического стресса. С точки зрения длительности стресса выделяют кратковременные и длительные стрессы. Родительский стресс-длительный стресс, характеризующийся постепенной мобилизацией и расходованием, в первую очередь, глубинных адаптационных резервов организма.

В.Д. Небылицын в своих работах, исходя из факторов стимулирующих возникновение стресса у человека, выделяет внутренние и внешние факторы. Внешние факторы рассматриваются им как первичные источники напряжения, а внутренние (личные) факторы это то, что помогает человеку преодолевать кризисы жизни, что определяет интенсивность сопротивления стрессу.

Таким образом, согласно подходу, основанному на идеях В.Д. Небылицына, выделяются следующие вида стресса: внутриличностный стресс, межличностный стресс, личностный стресс, семейный стресс, рабочий стресс, экологический стресс, финансовый стресс.

Среди вышеназванных видов стресса особый интерес для нас представляет семейный стресс как аналог родительского стресса. В.Д. Небылицын описывает его следующим образом. «*Семейный стресс* включает в себя все трудности по поддержанию семьи и отношений в ней (работа по дому, конфликты между поколениями, болезнь или смерть близкого родственника и т.д.)»[19]

Расмотрение в данной статье проблем родительского стресса, описание его специфических особенностей необходимо для определения наиболее эффективных путей преодоления родительского стресса. Зарождение и развитие

[18] Блум Ф., Лейзерсон А., Хофстедтер Мозг, разум и поведение. – М.,1988. – 246 с

[19] Серебрякова Т.А. Психология стресса: Учебное пособие. – Н.Новгород:ВГИПУ, 2007. – 143 с.

учения о противодействии стрессу связано с исследованиями ряда зарубежных психологов. «Обобщив опыт западных ученых, необходимо отметить, что теоретическими предпосылками учения о преодолении стресса являются следующие взаимосвязанные концепции: эволюционная теория и поведенческая адаптация, психоаналитическая концепция и личностное развитие, теории жизненного цикла развития человека, поведение при жизненных кризисах.»[20]

Вместе с тем, своими исследованиями ученые убедительно показали,что именно активность человека, обеспечивает успешность адаптации организма. как на психологическом, так и нафизиологическом уровне к «требованиям» стрессогенной ситуации. По мнению Т.Л. Крюковой и М.В. Сапоровской преодоление стресса, направлено на поиск путей, способов изменения взаимосвязей между субъектом и условиями среды, что проявляется как на эмоциональном (в первую очередь, это касается снижения уровня эмоциональных переживаний), так и на когнитивном уровнях.[8]

Выводы и предложения. Предполагается проведение обширного исследования родительского стресса с целью всесторонней оценки определения положительного и отрицательного влияние стресса на выполнение родительства. Результаты исследований ряда ученых показывают, что стресс оказывает не только негативное, но и позитивное воздействие на человека, особенно преодоление стресса. Позитивное воздействие стресса на организм человека ученые связывают не с гомеостатической, а с трансформационной функцией стресса. В ходе исследования предполагается изучение большой группы факторов влияющих на проявление стресса у родителей. Обозначение основной группы стрессоров вызывающих родительский стресс и выявление силы и значимости каждого фактора в отдельности позволит эффективно построить процесс коррекционного воздействия или психологического сопровождения родителей оказавшихся в стрессовой ситуации.

Таким образом можно обозначить основные направления в исследовании родительского стресса. Прежде всего необходимо уточнить основные аспекты проблемы родительского стресса и ключевых понятий связанных с ним применительно к этнокультурным особенностям Узбекистана. Рассмотреть понятие стресса в психологии и определить точки соприкосновения вопросов родительства и стресса, а также дать определение родительскому стрессу выделить факторы родительского стресса, определить как негативные так и позитивные аспекты в возникновении, протекании и преодолении родительского стресса. Исходя из классификации стрессовых явлений обозначить такие параметры как длительность, интенсивность и другие характеристики родительского стресса. Проанализировать родительский стресс в рамках интегративная модели стресса и когнитивной теории стресса, что позволит наметить наиболее эффективные пути преодоления родительского стресса.

Литература.

1. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. – М.: ПЕРСЭ, 2006. – 523 с.

2. Блум Ф., Лейзерсон А., Хофстедтер Мозг, разум и поведение. – М., 1988. – 246 с

3. Серебрякова Т.А. Психология стресса: Учебное пособие. – Н.Новгород:ВГИПУ, 2007. – 143 с.

4. Мисиюк Ю.В. Исследование выраженности установок на интенсивное родительство у российских женщин / Ю.В. Мисиюк, С.А. Хазова // Вестник

[20] Серебрякова Т.А. Психология стресса: Учебное пособие. – Н.Новгород:ВГИПУ, 2007. – 143 с.

Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2021. – Том 27, № 3. – С. 91-98.

5. Куфтяк Е.В. Диагностика удовлетворенности родительством / Е.В. Куфтяк. – Москва: УЦ «Перспектива», 2016. – 27 с.

6. Овчарова Р.В. Родительство как психологический феномен / Р.В. Овчарова. – Москва: Московский психолого-социальный институт, 2006. – 496 с.

7. Савёнышева С.С. Родительский стресс и копинг-стратегии у работающих и неработающих матерей детей раннего возраста // С.С. Савёнышева, М.В. Марачевская, К.Ю. Мигунова // Вестник Костромскогогосударственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2019. – № 4. – С. 113-117.

8. Сапоровская М.В. Бикарьерная семья в современном мире: факторы риска и ресурсы развития / М.В. Сапоровская // Семья, брак и родительство в современной России. Вып. 2; под ред. А. В. Махнача, К. Б. Зуева. – Москва: Институт психологии РАН, 2015. – С. 126-134.

9. Хазова, С. А. Позитивная и негативная динамика копинг-ресурсов в период взрослости / С. А. Хазова // Сибирский педагогический журнал. – 2016. – № 1. – С. 86-93.

10. Холодная М.А. Когнитивные стили: О природе индивидуального ума: учебное пособие / М.А. Холодная. – 2-е изд. – Москва: Питер, 2002. – 384 с.

РАЗВИТИЕ НАВЫКА ОСОЗНАННОСТИ С ТРАНСФОРМАЦИОННЫМИ ИГРАМИ

Павленко С.А.
(Россия)

Аннотация. *В статье рассматривается феномен осознанности как один из ключевых аспектов самосознания. Осознанность анализируется с точки зрения ее влияния на уровень развития самосознания и психического благополучия индивида. Также описываются методы развития осознанности, в частности через игропрактику и применение трансформационных психологических игр. Обозначены ключевые выводы авторов научных исследований и философов о важности осознанности в жизни человека*

Ключевые слова: *осознанность, самосознание, психическое благополучие, игропрактика, трансформационные игры, психологическое развитие*

Abstract. *The article discusses the phenomenon of awareness as one of the key aspects of self-consciousness. Awareness is analyzed from the point of view of its impact on the level of development of self-consciousness and mental well-being of an individual. Methods for developing mindfulness are also described, in particular through game practice and the use of transformational psychological games. The key conclusions of the authors of scientific studies and philosophers about the importance of mindfulness in human life are outlined*

Keywords: *awareness, self-awareness, mental well-being, game practice, transformational games, psychological development*

Понятие осознанности (mindfulness) все чаще встречается как в научных исследованиях, так и в повседневной жизни. Оно охватывает широкий спектр

значений и явлений, включая внимание, восприятие и концентрацию на текущем моменте. Феномен осознанности стали исследовать психологи и философы еще в середине XX века. Основной акцент ставится на том, как осознанность влияет на самосознание и психическое благополучие индивида.

Осознанность как понятие уходит своими корнями в восточные духовные и философские традиции, включая буддизм и даосизм. Первые научные работы о феномене осознанности появились в середине XX века. Джон Кабат-Зинн является одной из ключевых фигур, исследующих осознанность в контексте медицинских и психологических практик. Он разработал программу Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR), заложившую основу современной практики осознанности.

Осознанность определяется как состояние сознания, характеризующееся нахождением в текущем моменте и непрерывным вниманием к текущим переживаниям без осуждения. Согласно Кабат-Зинну, это "особое состояние внимания, направленного на текущий момент и безоценочное восприятие текущих событий и эмоций".

Осознанность как аспект самосознания

Самосознание определяется как осознание собственного "Я", своих мыслей, эмоций и действий. Осознанность как аспект самосознания усиливает это понимание, предоставляя инструменты для глубинного анализа собственного внутреннего мира. Высокий уровень осознанности позволяет человеку лучше понимать свои потребности, эмоции и цели, что способствует более осознанным и обдуманным решениям в жизни.

Многочисленные исследования подтверждают, что высокий уровень осознанности способствует развитию самосознания. Осознанные индивиды демонстрируют лучшую эмоциональную стабильность, способность к самокоррекции и общий психологический комфорт. В частности, исследования показывают, что регулярная практика осознанности приводит к изменениям в структуре мозга, увеличению плотности серого вещества в областях, ответственных за внимание, память и эмоциональную регуляцию.

Способы развития осознанности

Один из основных способов развития осознанности — это медитация. Практики медитации, такие как техника дыхания и наблюдения за ощущениями, помогают развивать навык сосредоточенного внимания на текущем моменте. Проводимые на регулярной основе медитационные практики приводят к устойчивым изменениям в восприятии и поведении. Однако эта практика не достаточна для работы с сознанием и мировоззрением.

Применение игропрактики представляет собой еще один эффективный метод развития осознанности, в дополнение к медитации. Здесь ключевую роль играют трансформационные психологические игры, способствующие активному вовлечению в процесс самопознания и осмысления собственного опыта.Трансформационные психологические игры основаны на принципах взаимодействия и рефлексии. Они создают среду, в которой игроки могут исследовать свои эмоции, поведение и реакции. В процессе игр участники учатся быть более внимательными к своим внутренним переживаниям и откликам на внешние стимулы, анализируют прошлый опыт и формируют новые стратегии реализации желаемой действительности. При этом осознанно создавая план реализации событий и возвращая себе ответственность за результат через осознанные выборы вариантов.

Исследования показывают, что участие в трансформационных психологических играх значительно улучшает навыки осознанности. Игры способствуют созданию безопасного пространства для исследования внутренних конфликтов и сомнений, что в свою очередь ведет к лучшему пониманию своих

мыслей и чувств. Так разработанная автором статьи трансформационная психологическая «Игра-О-Сознание: Возможно Всё!» стала действенным методом по развитию навыка осознанности. Результаты тестирования по «Пятифакторному опроснику осознанности, FFMQ» показали рост показателей осознанности в среднем на 5-10%, а средний уровень показателей в районе 25 (по шкале 8 -40 баллов) за 3 месяца эксперимента. При этом уровень удовлетворенности жизнью возрос на 3-5% (определялось по Глобальной шкале удовлетворенности жизнью, SWLS - Автор: E. Diener et al. (1985), Адаптация: Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев (2004).

Заключение: Осознанность является важным аспектом самосознания, существенно влияющим на личное и профессиональное развитие индивида. Развитие навыков осознанности через трансформационные психологические игры, доказано научными исследованиями как эффективный метод улучшения самосознания, психического благополучия и удовлетворенности жизнью. А интеграция трансформационных психологических игр, в повседневную жизнь и профессиональную деятельность для наработки навыка осознанности способствует личностному росту и улучшению качества жизни.

Литература.

1. Джон Кабат-Зинн. Привнесение осознанности в мейнстрим, 2023Г

2. Мартин Селигман. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни. М.: София, 2006

3. Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены, 2020. №1

4. Юмартова Н. М., Гришина Н. В. Осознанность (Mindfulness): Психологические характеристики и инструменты измерения // Психологический журнал, 2016. №4

СПОСОБЫ ПОМОЩИ СЕМЬЯМ, ОКАЗАВШИМСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

Раджабова З.А.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. *В статье описаны модели оказания психологической поддержки семьям, находящимся в трудных жизненных ситуациях, возникающих в обществе и общественной жизни. Путем анализа даются ответы на такие вопросы, как значение взаимоотношений родителей и детей в социальных отношениях в современных семьях, каковы специфические психологические особенности социальных ролей*

Основные понятия: *семья, родители, социальная роль, образ, коррекция, обучение, методика, корреляционная связь, межличностные отношения.*

Annotation*. The article describes models for providing psychological support to families in difficult life situations that arise in society and public life. Through analysis, answers are given to questions such as the significance of the relationship between parents and children in social relations in modern families, what are the specific psychological characteristics of social roles*

Basic concepts: *family, parents, social role, image, correction, training, methodology, correlation, interpersonal relationships.*

Семья – главное звено общества, священное место. Главный документ, приводящий в движение жизнь страны, – наш Общий словарь – уделяет особое внимание семье. В нашей конституции записано, что семья является звеном общества и что каждая семья находится под защитой государства. Значение семьи в пропаганде и развитии духовности любой страны велико. Потому что чистые чувства человека, человеческие качества и все хорошие понятия начинаются с семьи. По этой причине сегодня в нашей стране большое внимание уделяется молодым семьям, для них создаются всевозможные условия, но, к сожалению, есть и болевые точки в наших молодых семьях.

Существуют различные модели помощи семье, которые могут использовать специалисты в сфере профилактической деятельности (социальный педагог, педагог-психолог, классный руководитель, воспитатель и т.п.). 1. Педагогическая модель базируется на гипотезе недостатка педагогической компетентности родителей. Субъектом жалобы в таком случае обычно выступает ребенок. Педагог вместе с родителями анализирует ситуацию, намечает программу мер и ориентируется не столько на индивидуальные возможности родителя ребенка, сколько на универсальные с точки зрения педагогики и психологии способы воспитания. 2. Социальная модель используется тогда, когда семейные трудности являются результатом неблагоприятных обстоятельств. В таких ситуациях помимо анализа жизненной ситуации и рекомендаций требуется вмешательство внешних сил. 3.Психологическая (психотерапевтическая) модель используется тогда, когда причины трудностей ребенка лежат в области общения, личностных особенностях членов семьи. Она Профилактика социального сиротства и семейного неблагополучия: межведомственное взаимодействие. Методические рекомендации 24 предполагает анализ семейной ситуации, психодиагностику личности, диагностику семьи. Практическая помощь заключается в преодолении барьеров общения и причин его нарушений. 4. Диагностическая модель основывается на гипотезе о наличии дефицита у родителей специальных знаний о ребенке или своей семье. В качестве объекта диагностики выступают семья, а также дети и подростки с нарушениями и отклонениями в поведении. Диагностическое заключение является основанием для принятия организационного решения. 5. Медицинская модель предполагает, что в основе семейных трудностей лежат болезни. Задача психотерапии – диагноз, лечение больных и адаптация здоровых членов семьи к больным. Специалист может использовать различные модели помощи семье в зависимости от характера причин, вызывающих проблему детско-родительских и супружеских отношений. 6. Учебная модель в работе с родителями носит профилактический характер. Особенно в ней нуждаются проблемные, дисфункциональные семьи. Она направлена на повышение психологопедагогической культуры родителей, расширение и восстановление воспитательного потенциала семьи, активное включение родителей в процесс социального воспитания детей. В этих целях используются различные формы работы.

Социально-психологическое сопровождение осуществляется специалистами в отношении неблагополучных семей (родителей и детей) и предполагает организованное содействие в получении необходимой социальной и психологической помощи, предоставление рекомендаций и информации, помощь в развитии социальных и личностных навыков, позволяющих семье самостоятельно справляться с кризисами. Данная деятельность осуществляется в первую очередь социальным педагогом и педагогомпсихологом во взаимодействии и в

соответствии с направлениями работы, которые они курируют в рамках их функционала (таблица 1).

Таблица 1

Направления деятельности социального педагога и педагога-психолога в рамках сопровождения.

Направления работы социального педагога	Направления работы педагога-психолога
Диагностическая - изучение особенностей семей и степени влияния микросреды	Психолого-педагогическая диагностика - психолого-педагогическое изучение индивидуальных особенностей личности ребенка для выявления причин возникновения проблем в развитии, поведении и взаимодействии в семье
Прогностическая - моделирование воспитывающей ситуации с учетом диагностики семьи	Коррекционно развивающая - создание условий для коррекционноразвивающей поддержки ребенка через оказание психологических услуг или направление к соответствующим специалистам
Организационно коммуникативная - психолого-педагогическое просвещение родителей, организация общения	Психолого-педагогическое консультирование - оказание помощи ребенку и его родителям в решении актуальных задач развития, социализации, учебных трудностей, проблем взаимоотношений
Предупредительно профилактическая - профилактика девиантного поведения	Психопрофилактика и просвещение - развитие психологопедагогической компетентности (психологической культуры) родителей
Правозащитная - поддержка семей в защите прав, свобод, социальных гарантий	психологическое сопровождение участников образовательных социально-бытовая - отношений
социально-психологическая - осуществление неотложной психологической помощи	
Организаторская - обеспечение культурно - досуговой, спортивнооздоровительной деятельности, технического и художественного творчества для семей	

Работа педагога-психолога по профилактике социального сиротства заключается в определении целей и задач деятельности с каждой семьей индивидуально. Начиная работу с семьями педагогу-психологу необходимо определить формы работы: – диагностика, беседа, наблюдение за ребенком; – беседа и консультация родителей; – диагностика детско-родительских отношений. Далее педагогу-психологу необходимо отобрать адекватные методы и приемы работы с детьми и родителями. Наиболее эффективными зарекомендовали себя следующие:

1. Консультирование детей и родителей;
2. Диагностика (диагностические методики выбираются исходя их запроса родителей и проблем семьи);
3. Коррекционно-развивающие и профилактические занятия с детьми;
4. Работа с детско-родительской парой;
5. Групповая (тренинговая) работа с родителями, детьми и с детско-родительской парой;
6. Просветительская работа с родителями;
7. Психолого-педагогическое сопровождение семьи.

Работа с семьёй включает в себя несколько этапов.

Подготовительный этап. Установление контакта специалиста с членами семьи. Сбор информации о семье, определение первичного запроса семьи. На этом этапе достигается обоюдное доверие.

Диагностический этап. На диагностическом этапе выявляются потребности ребёнка, а также возможность и желание родителей к их удовлетворению. Данный этап позволяет выявить «проблемные» зоны у каждого члена семьи, во взаимоотношениях (супружеских, родительских, детско-родительских) и в семейной системе в целом. Подбор диагностического инструментария педагогпсихолог определяет исходя из первичной информации, полученной от родителей.

Этап планирования деятельности. На этом этапе обозначаются возможности и ограничения родителей в решении, определяются цели, методы и конкретные пути разрешения проблемы. С родителями заключается письменное соглашение или договор о сопровождении семьи специалистами службы сопровождения. Содержательная часть соглашения включает практические действия сторон по улучшению жизненных параметров семьи и достижению социальных нормативов, требуемых ребёнку. Устанавливаются сроки выполнения плана сопровождения и срок действия соглашения в целом. Отдельным пунктом оговариваются оценки результатов осуществляемых мер по созданию необходимых условий жизнедеятельности ребёнка в семье.

Этап анализа и оценки достигнутых результатов осуществляются на основе критериев, по которым родитель может судить о решении проблемы. В случае если цели не достигнуты, возможно, уточнение плана решения проблемы или возврат на стадию исследования и определения.

Профилактика социального сиротства через групповую форму работы с родителями и детьми

Наряду с индивидуальной формой работы с семьей в последние годы все чаще используются различные формы групповой работы (тренинги, групповое консультирование, родительский психокоррекционный семинар). Групповая работа с родителями может быть организована на родительском собрании, где педагог-психолог кроме информирования по таким темам, как: особенности психического развития детей в разные возрастные периоды, специфика отношений между родителями и детьми и др., организовывает обсуждение конкретных ситуаций, показывает видеоматериалы и предлагает родителям высказаться, проводит небольшие ролевые игры, тренинговые занятия. Важно, чтобы работа строилась по командному принципу; общий успех определяется вкладом всех специалистов и зависит от правильной оценки ситуации и скоординированной реализации намеченного плана.

Литература.

1. Каримова В.М. Оилавий ҳаёт психологияси Т.: 2006 172 бет

2. Umarov B.M. Muloqot va shaxslararo munosabat psixologiyasi.— T., 1997.

3. Салаева М.С. “Ўзбек оилаларида ота-она ўзаро муносабатларининг ижтимоий психологик хусусиятлари” Автореферат Т-2005

4. Файзиева М, Жабборов А. “Оилавий муносабатлар психологияси” Т.: “Янги аср авлоди” 2007.

5. Асранбаева М. Х. Основные направления и факторы подготовки детей к социальной жизни в неполных семьях. ученый XXI Века Учредители: Общество с ограниченной ответственностью Коллоквиум, 43-45.

IMPORTANCE OF PSYCHOLOGICAL STATE IN PREPARING WOMEN FOR CHILDBIRTH

Radjapova F.
(Urgench, Uzbekistan)

Аннотация. *статья посвящена изучению женщин и их отношения к материнству и беременности, влиянию условий социальной жизни, изучению материнства как проблемы. Также были представлены результаты обследования, связанного с беременностью у женщин.*

Ключевые слова: *материнство, социальные изменения, подготовка к беременности, стресс, невротические состояния, родительская позиция.*

Annotation. *article covers the study of women and their attitude to motherhood and pregnancy, the influence of social life conditions, the study of motherhood as a problem. Also, the results of a survey related to pregnancy in women were presented.*

Key words: *motherhood, social changes, preparation for pregnancy, stress, neurotic conditions, parental position*

The place of a woman and her social status in all historical periods were connected with motherhood. Despite the fact that the ontogeny of motherhood begins from infancy, at the stage of interaction with one's own mother, pregnancy is also one of the periods of motherhood. For many centuries, the social status of a woman and her role as a mother have been studied within the framework of various disciplines: cultural studies, medicine, physiology, history, sociology, psychology.

Interest in this issue is largely related to scientific, technical and social changes in society, on the one hand, it leads to an increase in the role of women in many areas of social life, and on the other hand, it leads to the spread of various aspects of the role of mothers in social life. The study of motherhood as a problem has not lost its relevance even today [10].

In his research, E. Galinsky suggested considering other aspects of parenthood (including motherhood) as an example of stages, which are characterized by the development of mutual relations between parents and children [7]. At each of these stages, the parent focuses on solving certain tasks related to the need to restore relationships, taking into account the development of the child and the development of his independence. This classification also implies the development of the mother's mind from the period of pregnancy.

Stage of image formation. Its duration begins during pregnancy and ends with the birth of a child. This is the initial stage of the formation of the parental position, during which the first image of the parent-child relationship is formed. For example, an idea is formed about the purpose and value of education, the image of an ideal parent and interaction with a child.

Feeding stage (period from birth to 1 year). At this stage, the main task is the formation of the first form of stable communication and cooperation between mother and child, as well as common activities. At this stage, the first hierarchy of values and roles is implemented in the context of the development of the personality of parents.

Authority stage (from 2 to 5 years). Parents proceed to solve the problems related to the child's socialization, and accordingly, the first evaluation of the effectiveness of their upbringing process is shown. Consider a well-thought-out educational system that takes into account the ideal image of the child, the satisfaction of the mother, the reflection on the content of the relationship with the child, and the correction of the mistakes made.

Interpretation stage. It corresponds to the child's primary school age, when parents revise many educational concepts that they used to communicate with the child.

Interdependence stage. It is characterized by changes in the structure of authoritarian relationships: parents rebuild their relationship with the teenager and take into account their desire for autonomy and independence. The nature of restructuring relationships with growing children will either form a sense of partnership in them or become destructive developmental relationships.

Separation stage. It is argued that parents must finally recognize the child's independence, accept his psychological "disconnection", re-evaluate and re-evaluate how he has been a parent.

N.N. According to Vasyagina, the important task of the socio-cultural space is education, the formation of the mother as a subject of the socio-cultural space, which is accepted only if she fulfills educational functions, motherhood lies in the "transformative activity" that allows the child to develop "semantic formations" explains [2] .

If we consider pregnancy from the point of view of the conditions for the child's development, a number of authors in the field of perinatal psychology O.V. Bazhenova, G.I. Brechman, J.W. Kolesova, T.V. Scolbo, L.V. Naumova, I.V. Dobryakov, L.L. Baz and other were focused on studying the mother's emotional state from the postpartum period. In this, great importance is attached to the individual elements in the manifestation of the dynamics of the state of pregnancy, anxiety, excitability, and depression. The main goal of such studies is to study the influence of the psychological state of a woman during pregnancy and postpartum on the dynamics of the child's development and the attitude towards him as an object of motherhood [10].

N.P. Kovalenko points out that pregnancy is an important transitional period, explaining that it is often accompanied by crisis experiences. It is noted that a woman's mind and relations with the outside world change significantly during pregnancy [8].

According to T.V. Skritskaya, the period of pregnancy is accompanied by changes in self-image, formation of a new identity, reconstruction of values and personal meanings [15]., According to experimental studies conducted by L.M. Rudina and V.M. Rusalova, women with optimal pregnancy acquire new behavioral strategies and demonstrate a high ability to use them correctly. However, the degree to which a woman reflects these aspects and their influence on pregnancy characteristics is studied a little in modern perinatal psychology. [14]

During pregnancy, personal changes in a woman are observed, which are manifested at the following levels: physiological, cognitive, social, existential, emotional. [3s. 83 - 84.]

Based on this, it can be said that during pregnancy, a woman's life undergoes changes and changes in various aspects, physiological processes, value and the sphere of thinking change, self-awareness appears in new conditions, relationships deep changes occur [6].

The question of the value of motherhood is influenced to a certain extent by a woman's psychological readiness for pregnancy and her emotional state during this period. At the cognitive level, the value of motherhood can be manifested in the desire to lead a healthy lifestyle, the elimination of bad habits, adequate preparation for pregnancy and childbirth, as well as optimal reproductive and contraceptive behavior. [1]

A woman's self-esteem also depends on values such as social and material independence, professional achievements, and independence in achieving social status. [16]

According to V.V. Patsiorkovsky, the value of motherhood is decreasing due to the "hyper socialization" of today's youth. According to him, peers, mass media, family and school system should guide girls to self-awareness regarding the dignity of marriage and parenthood in any case. [12]. If maternal dignity is not formed, a woman may experience

a motivational conflict or a lack of motivation to give birth, which in turn complicates preparation for pregnancy.

Non-acceptance of pregnancy, non-acceptance of a child as a mother is related to pregnancy and adaptation to motherhood on the one hand, and it also affects the formation of parenting positions. [13]

A stable and comfortable family environment and the support of close people also help to create positive feelings. [8]

Excessive anxiety, increasing doubts, impressionability, high egocentrism, fear of pain lead to the emergence of emotional stress during pregnancy, which is later perceived as a negative emotional state and complicates the process of pregnancy and childbirth [11] .

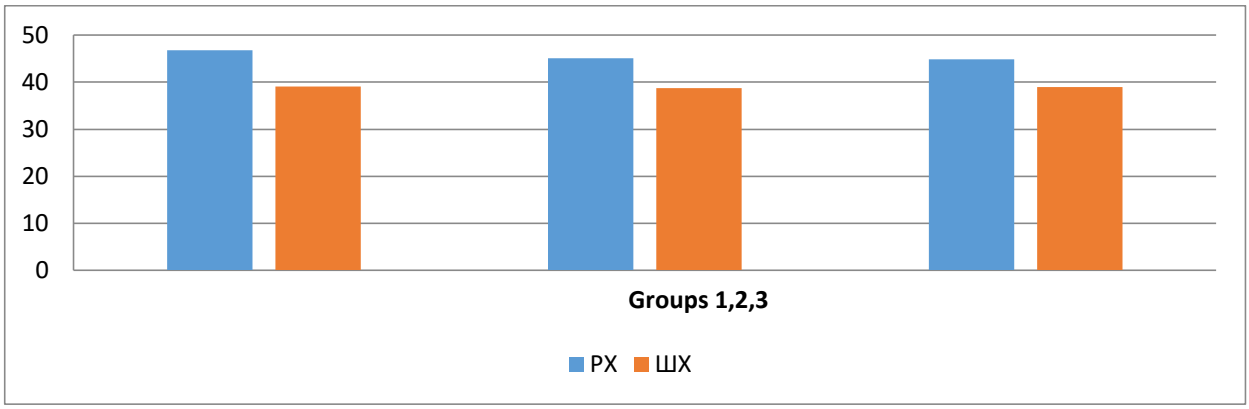
Emotional stress during pregnancy is the main cause of problems related to the health of the mother and child. There are practical experiences about the development of neuroses in children as a result of antenatal psychogenic factors [5]. According to A.I. Zakharova's research, it has been proven that emotional stress during pregnancy has a negative effect on the child's future health and the birth process.

Despite the fact that perinatal psychology is relatively new and has not yet been sufficiently theoretically studied, there are developing psycho-correction and educational programs for pregnant women and their families. [Vasina A.N. Chrestomatiya po perinatalnoy psychologii: Psychology of pregnancy, rodov i poslerodovogo perioda [Text] / A.N. Vasina — M.: URAO, 2005. - 160 p]

In our research, in order to determine the attitude of pregnant women to the situation, Spielberger-Hanen's "Questionnaire for determining the level of anxiety" was conducted, the results of the questionnaire were analyzed separately in groups differentiated by age characteristics.

In this study participated pregnant women in ages 22-28 years old (first group), 29-35 years old (second group), 36-40 years old (third group). In this, a total of 57 respondents who were being treated in Urgench city maternity complex of Khorezm region were involved.

The condition of the fetus and the reaction to the impending birth are considered specific emotional states that cause anxiety. The following figure shows the results of the survey:



Results of the "Questionnaire to determine the level of anxiety".

According to the results, the arithmetic mean value of reactive anxiety in group 1 is 46.8, personal anxiety is 39.1, in group 2 reactive anxiety is 45.1, personal anxiety is 38.8, in group 3 reactive anxiety is 44.9, personal anxiety is 39.

In women, situational anxiety related to pregnancy was shown to be related to personal anxiety.

In other words, there is anxiety in the personality of women, at the same time, in the last stages of pregnancy, there are disturbances related to childbirth (fear of pain, worry about the occurrence of unexpected situations, etc.), anxiety about the condition of the fetus, rapid mood swings. variability is experienced.

In conclusion, exposure, increased sensitivity, anxiety and nervous depression characteristic of pregnant women form an inadequate attitude towards reality. As a result, undecided cognitive aspects and emotional agitation develop. In adulthood, family life, social life, purpose of life, human dignity, self and others are approached based on life experience. According these, it can be estimated that it is an important issue to study the causes of negative emotional experiences in women based on the results of the diagnosis and take them into account in the structure of the psychological correction program.

Used literature.

1. Batuyev A.C., Bezrukova O.H., Koshavsev A.G. i dr. / Pod red. A.S. Batuyeva. // Biosotsialnaya priroda materinstva i rannego detstva СПб.: Izdvo S.-Peterb. Unta, 2007

2. Vasyagina N.N. Subyektnoye stanovleniye materi v sovremennom sotsiokulturnom prostranstve Rossii [Tekst]: monografiya / N.N. Vasyagina; Ural. gos. ped. un-t. – Yekaterinburg: [б.и.] , 2013

3. Vasileva O.C., Mogilevskaya Ye.V. Gruppovaya rabota s beremennimi jenshinami: sotsialno-psixologicheskiy aspekt // Psixol. jurnal, 2001. № 1. s. 83 –

4. Vasina A.N. Xrestomatiya po perinatalnoy psixologii: Psixologiya beremennosti, rodov i poslerodovogo perioda [Tekst] / A.N. Vasina — M.: URAO, 2005. - 160 s

5. Garmasheva N.L. i Konstantinova H.H., Vvedeniye v perinatalnuyu meditsinu, M., 1978

6. Zaxarova G.A. Psixologicheskaya gotovnost jenshin k materinstvu // Perinatalnaya psixologiya i psixologiya roditelstva. – 2007. – № 3. – S. 29–33

7. Karabanova O.A. Psixologiya semeynix otnosheniy i osnovi semeynogo konsultirovaniya: Ucheb. posobiye. — M.: Gardariki, 2005. C.124- 125

8. Kovalenko, N.P. Perinatalnaya psixologiya [Tekst]/ N.P. Kovalenko. - M.: Eksmo, 2008

9. Kovalenko N.P. Psixoprofilaktika i psixokorreksiya jenshini v period beremennosti i rodov : Mediko-sotsialnie problemi: dissertatsiya doktora psixologicheskix nauk. SPb, 2002. S. 21

10. Myagkova M. A. Osnovnie napravleniya izucheniya materinstva v otechestvennoy psixologii [Tekst] // Aktualnie voprosi sovremennoy psixologii: materiali Mejdunar. nauch. konf. (g. Chelyabinsk, mart 2011 g.). — Chelyabinsk: Dva komsomolsa, 2011. — S. 69-72

11. Pavel Sidorov, Galina Chumakova, Yevgeniya Shukina Perinatalnaya psixologiya, OOO «Izdatelstvo «SpetsLit», 2015

12. Patsiorkovskiy B.B., Patsiorkovskaya V.V. Bolshaya semya v demograficheskoy situatsii Rossii. // Sotsiologicheskiye issledovaniya, 2009, № 3

13. Perinatalnaya psixologiya antenatalnogo perioda dorodovaya podgotovka psixologicheskiye faktori narusheniya beremennosti i materinstva Moskovskiy Gumanitarniy Universitet, kafedra obshey psixologii i istorii psixologii/ Sbornik nauchnix rabot po materialam iiy Mejdunarodnoy konferensii pod redaksiyey I. V. Dobryakova SanktPeterburg, 3 5 oktyabrya 2003 goda

14. Rusalov B.M., Rudina, L.M. Individualno-psixologicheskiye osobennosti jenshin s oslojnennoy beremennostyu // Psixologicheskiy jurnal. 2003. T. 24. № 6

15. Skritskaya T.V. Sennostnie oriyentatsii i uroven udovletvorennosti jiznyu kak pokazatel lichnostnogo rosta jenshini v period beremennosti «Perinatalnaya psixologiya i psixologiya roditelstva», 2006, № 1

16. Yaroslavkina Ye.V. Sennostno-smislovaya sfera jenshin s raznoy gendernoy identichnostyu: avtoref. kand. psixologicheskix nauk / Saxalinskiy gos. un-t – Yujno-Saxalinsk, 2008

СУЩЕСТВУЮЩИЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ ОДИНОЧЕСТВА

Разакова Р.С.
(г.Ургенч, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье рассматривается существующие подходы к изучению одиночества. Переживание одиночества во все времена воспринималось мыслителями как многогранное, но, в основном, негативное явление. При этом некоторые исследователи полагали, что одиночество полезно для самопознания, творчества, концентрации внимания на наиболее важных вопросах в жизни человека. В данной статье авторы предприняли попытку выделить психологические особенности переживания одиночества.*

Ключевые слова: *одиночество, переживание, возраст, адаптация, феномен одиночества, индивидуальность.*

Abstract. *This article examines the existing approaches to the study of loneliness. The experience of loneliness has always been perceived by thinkers as a multifaceted, but mostly negative phenomenon. At the same time, some researchers believed that loneliness is useful for self-knowledge, creativity, and concentration on the most important issues in a person's life. In this article, the authors have attempted to highlight the psychological features of experiencing loneliness.*

Key words: *loneliness, experience, age, adaptation, phenomenon of loneliness, individuality.*

Введение. Проблема одиночества, так или иначе, привлекала к себе внимание в разные исторические периоды. Переживание одиночества во все времена воспринималось мыслителями как многогранное, но, в основном, негативное явление. При этом некоторые исследователи полагали, что одиночество полезно для самопознания, творчества, концентрации внимания на наиболее важных вопросах в жизни человека. Однако, ощущение одиночества в психологической науке воспринималось прежде всего как проблема, с которой сам человек часто не может справиться.

К настоящему времени проблема одиночества нисколько не потеряла актуальности, а напротив, стала еще более насущной. Одиночество иногда даже называют болезнью современной цивилизации. Судя по результатам исследований, от него прежде всего страдают жители стран Запада, особенно жители крупных мегаполисов. Но данная проблема становится все более актуальной и для нашего общества.

В то же время на сегодняшний день еще сильны традиционные представления о старости как о возрасте неминуемых утрат и потерь, где «почетное место» и статус высокой практической значимости сохраняет проблема одиночества как обязательного следствия старения либо как распространенного и неотъемлемого атрибута позднего онтогенеза [1].

Старость приносит с собой изменение привычных жизненных стандартов, болезни, иногда – душевные переживания, чувство одиночества. Пожилые люди зачастую оказываются на обочине жизни. Речь идет не только и не столько о материальных трудностях, хотя и они играют существенную роль, сколько о трудностях психологического характера. Уход на пенсию, потеря близких и друзей, болезни, сужение круга общения и сфер деятельности – все это ведет к обеднению

жизни, уходу из нее положительных эмоций, усилению чувства одиночества и ненужности.

По имеющимся данным, только половина из общего числа живущих одиноко старых людей находятся в полной изоляции от общества: никто их не навещает, и они никого не навещают – приблизительно 8%. Не во всех случаях причиной является полное отсутствие родственников или близких людей, некоторые сами не поддерживают никаких контактов с имеющимися у них родственниками. Одиночество – это результат социальной дезадаптации, характерное для пожилого человека очень важное явление, требующее внимательного изучения и междисциплинарного подхода с позиций гуманистической герокультуры и биопсихосоциальной концепции[2].

Актуальность и востребованность темы. Одиночество человека, появление интереса к которому мы можем обнаружить уже в эпоху зарождения теоретического познания, и сегодня является одной из важнейших проблем современной научной дискуссии в разных областях. В академической психологии аспекты одиночества разрабатываются в рамках теории привязанности, анализа результатов несоответствия между планируемым удовлетворением от взаимодействий и достигнутым уровнем взаимоотношений, социокультурного анализа одиночества, изучения переживания чувства одиночества в возрастно-гендерном аспекте, исследования механизмов отчуждения и модусов автономизации личности; позитивного аспекта уединения [3]. Важно отметить, что, несмотря на довольно длительный период научного изучения одиночества, на настоящий момент отмечаются отсутствие понятийного единства и довольно частые авторские разнозночтения или расхождения при трактовке дефиниций одиночества. Мы солидарны с мнением ряда исследователей, которые предлагают при анализе феномена одиночества дифференцировать близкие, но не тождественные понятия: психологическое состояние, субъективно переживаемое личностью; жизненный стиль; прекращение или сокращение контактов по обстоятельствам, не зависящим от индивида (изоляция), как «осмысленное предпочтение или вынужденная реальность» [3]. В наиболее общем виде одиночество понимается как негативное переживание собственной невовлеченности в глубокие отношения с окружающими. Данное переживание может возникать при нахождении в сообществе, но без психологического контакта (отчуждение), или при добровольно принятом уединении, необходимом для понимания «опыта впечатлений и взаимодействий с миром» [3].

Анализ литературы по теме. Феномен одиночества изучается в психологической науке довольно давно, в разное время ему уделяли много внимания зарубежные исследователи, такие как Р. Вейс, К. Мустакас, Л.Э. Пепло, К. Роджерс, а также отечественные ученые – С.Г. Корчагина, Ж.В. Пузанова и другие. Тем не менее, на данный момент не существует безоговорочного понимания механизмов, порождающих состояние одиночества. Психологическое одиночество человека может быть следствием многих факторов – личностных и ситуационных особенностей, установок, сложностей в коммуникации и т. д. Одно из важных направлений исследования является изучение личностных коррелятов одиночества. Речь идет о личностных психологических особенностях, наличие которых повышает риски формирования субъективного ощущения одиночества. Анализ работ таких авторов как В.М. Астапов, Р. Лазарус, А.М. Прихожан, Г.С. Салливен, Ч. Спилбергер, К. Хорни и других исследователей тревожности позволяет предположить, что тревожность как личностное качество связано с ощущением психологического одиночества. Выстраивание межличностных отношений нередко может становиться непростой задачей. Вместе с тем, отношения – это важная ценность, и случающиеся или ожидаемые неудачи

закономерно будут тревожить человека и существенно влиять на качество его отношений. Таким образом, тревожность может выступать как следствием, так и причиной психологического одиночества.

Существующие подходы к изучению одиночества Психодинамический подход представляет одиночество следствием характерных личностных черт, сформировавшихся в детстве. Г. Зилбург, ставший автором, вероятно, первого психологического труда на тему одиночества, отмечает в числе таких черт нарциссизм, враждебность и манию величия. По его мнению, одинокий человек держится за инфантильное чувство своего всемогущества, эгоцентричен, склонено проявлять открытую враждебность, что сказывается на его возможности устанавливать контакты. Сторонники этого подхода, возможно, в наибольшей степени склонны рассматривать феномен одиночества как патологию [4].

В феноменологическом подходе первые исследования одиночества принадлежат К. Роджерсу. В своем анализе он опирается на “Я-теорию” личности. По мнению Роджерса, одиночество является следствием несоответствия между проявлениями истинного “Я” индивида и социально одобряемыми образцами, навязываемыми обществом. Эта ситуация ведет к опустошенности, бессмысленности существования, и, в конечном итоге, к одиночеству. В отличие от психоаналитиков, Роджерс видит истоки одиночества в жизненном опыте настоящего момента [5].

Экзистенциальный подход в основу рассуждений помещает идею о том, что все люди изначально одиноки. Таким образом, вопрос происхождения одиночества для экзистенциалистов не актуален, это изначальное свойство человеческого существования, которое нужно осмыслить и принять. Яркий исследователь от этого направления, К. Мустакас, разделяет истинное одиночество и “суету одиночества” – систему защит, отдаляющую человека от решения главных вопросов своей жизни. Истинное же одиночество проистекает из конкретных условий человеческого существования, и может являться творческой силой. Мустакас оценивает одиночество как положительное явление, в отличие от большинства исследователей.

В когнитивном подходе одиночество рассматривается как восприятие индивидом своих отношений как поверхностных и недостаточных, как несоответствие желаемого уровня своих контактов и реального положения дел.

Главными представителями этого подхода стала Л.Э. Пепло и ее коллеги. Акцентируя внимание на роли познания как посредника между недостаточной социальностью и чувством одиночества, Пепло обращает внимание на теорию атрибуций. Таким образом, чтобы ощутить себя одиноким, человеку необходимо дать себе определение, осознать себя как одинокого [6].

Представления о себе как об одиноком человеке, будут влиять на интенсивность ощущения одиночества и его неизбывность с течением времени. На причины одиночества Пепло смотрит довольно широко, рассматривая как внутриличностные, так и ситуативные факторы, а также влияние как событий прошлого, так и настоящего. Р. Вейс, представитель интеракционистского подхода, объясняет одиночество как продукт совместного влияния личности и ситуации, поэтому разделяет эмоциональное и социальное одиночество. Для Вейса одиночество является следствием недостаточного социального взаимодействия, которое должно удовлетворять базовые социальные потребности. Вейс расценивает одиночество как нормальную реакцию, обращая внимание на то, что причины могут быть как характерологические, так и ситуативные. Так же Вейс предлагает разделять одиночество на порожденное эмоциональной изоляцией и порожденное социальной изоляцией [7].

Следующий, социологический подход к одиночеству, представителями которого являются К. Боумен, Д. Рисмен и Ф. Слейтер, видит истоки одиночества в обществе и культуре, а не в самом человеке. Боумену принадлежит гипотеза о трех силах, ведущих к одиночеству: ослаблении связей в первичной группе, увеличении семейной мобильности, увеличении социальной мобильности. Рисмен и Слейтер выделяют тип личности “ориентированный на других”, задача которого приспосабливаться под свое окружение и получать от него одобрение, что отстраняет таких людей от своего истинного “Я”. Это может привести к обеспокоенности, т. к. насытить эту потребность до конца невозможно, что в свою очередь приводит к состоянию одиночества. Интимный подход, развиваемый В. Дерлега и С. Маргулисом, отталкивается от построений когнитивного подхода. Для этих исследователей важными понятиями становятся “интимность” и “самораскрытие”. Как и Вейс, они видят роль социальных отношений как средство достижения реальных целей индивида. Но для этого нужен подходящий социальный партнер. Одиночество возникает в том случае, когда в отношениях с этим партнером не хватает интимности. Дерлега и Маргулис рассматривают одиночество как нормальное явление в нашем атомизированном обществе, признавая как внешние, так и внутриличностные факторы возможными причинами одиночества.

Выводы. Таким образом, взгляды существующих подходов на феномен одиночества довольно разнородны. Степень выраженности проблемы одиночества в этих подходах варьируется от патологии до нормального, и даже в некоторой степени желаемого состояния. Так же значительно различаются мнения по поводу причин возникновения одиночества, одни видят его в личностных свойствах, другие в социальных условиях, либо и в том, и в другом.

Мы рассмотрели основные теоретические вопросы, связанные со сложным феноменом одиночества. В качестве основного определения одиночества было выбрано следующее: «одиночество – это психическое состояние человека, отражающее переживание своей отдельности, субъективной невозможности или нежелания чувствовать адекватный отклик, принятие и признание себя другими людьми». Так же было отмечено важное разграничение одиночества и тех состояний, с которым его можно спутать – изоляции и уединения. Далее нами были описаны основные подходы в изучении одиночества: психодинамический, феноменологический, экзистенциальный, когнитивный, интеракционистский, социологический и другие. Были указаны расхождения этих подходов во взглядах на источники возникновения одиночества, а также на оценку негативности и патологичности этого состояния.

Литература.

1. Корчагина, С.Г. Психология одиночества / С.Г. Корчагина. – Москва: МПСИ, 2008. – 228 с.

2. Лабиринты одиночества / Пер. с англ. сост., общ. ред. и предисл.Н.Е. Покровского. – Москва: Прогресс, 1989 г.– 624 с

3. Любякин, А.А. Психология одиночества и проблемы адаптации личности / А.А. Любякин // Известия Уральского федерального университета., Проблемы образования, науки и культуры. – 2015. – № 4 (144). – С. 122-127.

4. Оди, Д.Р. Человек – существо одинокое: биологические корни одиночества / Д.Р. Оди // Лабиринты одиночества. – Москва: Прогресс, 1989. – С. 114-129.

5. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – Москва: Прогресс, 1994. – 480 с.

6. Пепло, Л.Э. Одиночество и самооценка / Л.Э. Пепло, М. Мораш // Лабиринты одиночества. – Москва: Прогресс, 1989. – С. 169-191.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ ФОРМИРОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МЫШЛЕНИЯ У БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ

Рахимова Н.Б.
(г.Андижан, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье профессиональное мышление учителя, направленное на решение педагогических задач, - это мыслительные процессы, связанные с целями образовательного процесса, структурой, содержанием и практичностью возможностей с конкретными качественными характеристиками, мнения зарубежных педагогов о качестве педагогического мышления. и тип профессионального мышления.*

Ключевые слова и фразы: *педагог, идея, образование, развитие, деятельность, идеи, способности, событие, ситуация, содержание, особенность.*

Abstract*. In this article, the teacher's professional thinking aimed at solving pedagogical problems is the thinking processes related to the goals of the educational process, the structure, content and practicality of opportunities with specific quality characteristics, the opinions of foreign pedagogues about the quality of pedagogical thinking and the type of professional thinking.*

Key words and phrases*: pedagogue, idea, education, development, activity, ideas, ability, event, situation, content, feature.*

В последние годы в системе образования ведущих зарубежных стран особое и серьезное внимание уделяется вопросу формирования профессионального мышления и творческих качеств у студентов и будущих педагогов. Органы управления системой образования каждый год ориентируются на достижение высокой эффективности в образовательных учреждениях. Для этого разрабатывается учебная программа, создаются новые учебники. Это поможет будущим педагогам и учителям расти профессионально. Проведенные практические действия создают у будущих педагогов потребность в достижении успеха, стремление вперед определенным путем, помогают в той или иной степени развивать их способности к обучению.

Однако по итогам учебного года высоких положительных результатов в освоении предметов будущими педагогами нет. Многие будущие учителя потеряли интерес к образованию. В результате преподаватели уже не думают об организации профессиональной деятельности с таким энтузиазмом, как раньше. Хотя органами управления системой образования установлены новые меры по изменению деятельности будущих педагогов, не желающих учиться, и учителей, не желающих обучать таких учащихся, ситуация остается неизменной.

Цель исследования. Теоретический анализ психологических факторов формирования и развития профессионального мышления будущих учителей, основанный на мнениях ряда зарубежных исследователей, заключается в разработке научных и практических предложений и рекомендаций.

Известно, что одной из основных задач психолого-педагогической подготовки специалистов для образования является формирование профессионально-педагогического мышления практического типа, включающего высокий уровень развития процессов анализа, отражения, прогнозирования и усвоения.

Анализируя научную литературу, мы обратились к следующим идеям, позволяющим выделить структурные компоненты мышления и творчества у будущих учителей: например, российские педагоги Ю.Н. Кулюткин и Г.С. Сухобская внесли свой вклад в решение различных задач, связанных с учебой и творчеством. Отдельно можно отметить вклад в формирование педагогического мышления. Мышление учителя они определяли как «способность» использовать педагогические идеи в конкретных ситуациях педагогической деятельности и способность «видеть» ее общепедагогическую сущность в определенных событиях. Мышление, по их мнению, важно на всех уровнях и этапах деятельности учителя, таких как понимание целей, анализ проблемных ситуаций, решение проблем. Ценность их вклада в решение изучаемой проблемы заключается во введении в психологическую обработку следующих важных понятий, определяющих сущность педагогического мышления: «иерархия целей» в решении задач, «иерархия мыслительного процесса». В то же время они выявляют новые подходы к систематике педагогических целей и задач.

Исходя из такого общепризнанного подхода, педагогическое мышление можно понимать как тип профессионального мышления, позволяющий субъекту изучать сущность педагогической ситуации и организовывать педагогические действия по ее целенаправленному изменению. Однако существуют и другие перспективы понимания сущности педагогического мышления. Например, В. Е. Тамарин и Д. С. Яковлева определяют педагогическое мышление в общем виде, как конкретное направление, как особое сознание, соответствующее сущности учебной деятельности. При этом общий тип профессионального мышления педагога может соответствовать только одной сфере деятельности. Смысловые идеи, вносимые с каждым новым определением педагогического мышления, позволяют в полной мере осветить и углубить понимание сущности профессионального мышления педагога.

На основании вышеизложенного можно отметить, что в педагогической литературе нет четкого определения педагогического мышления. Хотя некоторые исследователи считают педагогическое мышление теоретическими действиями педагогических действий, определяющими педагогическую деятельность (В. А. Сластенин, Я. С. Турбовский); как гносеологический аспект педагогической деятельности (О.А. Абдуллина, А.И. Пискунов); как умение анализировать педагогические ситуации на основе педагогической теории (Л.Ф. Спирин, М.А. Степинский, М.Л. Фрумкин, Е.Н. Поляков); как особое сознание, обладающее рядом особенностей, качеств и особенностей, позволяющих говорить о педагогических «взглядах» мира (В. Е. Тамарин, Д. С. Яковлева); Близкую точку зрения представляет Е.П. Нечитаилова: «систематический взгляд на педагогический процесс»; Л.В. Никитенкова описывает педагогическое мышление как готовность учителя решать различные педагогические ситуации. Л. П. Маслова говорит, что педагогическое мышление - это умение применять теоретические правила педагогики, психологии и методики к конкретным педагогическим ситуациям, а также умение «видеть» его общепедагогическую сущность в определенном явлении.

Обзор Е.К.Осиповой педагогического мышления представляет особый интерес для человека, считающего, что оно является результатом достаточно организованного педагогического процесса. Однако вопреки изложенной им теоретической позиции, ряд противоречий возникает из его взгляда на то, что педагогическое мышление является не результатом, а одной из причин успешной организации образовательного процесса. Он также определяет педагогическое мышление учителя как совокупность характеристик, характерных для любого практического мышления (осуществление и неотделимость от реализации, знание

взаимодействующей системы, оперативность и т. д.), предлагает учитывать профессиональную компетентность, индивидуальность мышления.

Профессиональное мышление педагога, направленное на решение педагогических задач, представляет собой иерархическую цепочку мыслительных процессов, связанных с целями образовательного процесса, характеризующуюся структурой, содержанием (синтез специальных знаний) и практикой (совокупность целостных интеллектуальных умений) возможностей с конкретные качественные характеристики – это процесс (опосредованность предмета работы, проблемы, конструктивность, конкретность и т. д.).

Обобщенная модель профессионального мышления учителя представляет собой совокупность цепочек иерархических мыслительных процессов, которые представляют собой параллельные характеристики и подчиняются логике достижения специально определенных целей школьного образовательного процесса. Из этой модели педагогического мышления учителя вводится новый показатель - коэффициент профессионализма, определяющий уровень сформированности профессионального мышления, который может быть использован в качестве инструмента исследования. По его мнению, «успешные» испытуемые предоставляют доказательства на языке репрезентативных высказываний, а «неуспешные» испытуемые больше полагаются на эмоциональные впечатления.

По мнению Е.К. Осиповой, создание рабочих моделей мыслительной деятельности учителя базируется на описании следующих компонентов:

1) уточнение комплекса профессионально-педагогических задач, решаемых педагогами;

2) описывает процессы (этапы) решения педагогических задач;

3) основы мышления, направленного на определение проблемы – содержание знаний;

4) описание уровня сформированности комплекса умений по фонду практического и эффективного мышления;

5) определять методы решения педагогических задач.

Согласно подходу Е.К.Осиповой, в большинстве случаев при использовании методов исследования важно стремление сохранить естественность ситуаций, неотрывность изучения мышления от практической деятельности.

Признавая ценные стороны данной разработанной модели, можно отметить, что Е.К. Осипова не ставит перед собой задачу изучения отдельных мыслительных операций и способов их реализации. К характеристикам профессионального мышления исследователь Е.К.Осипова относит профессиональную компетентность, такую как использование специальных психолого-педагогических, методических и других знаний.

На наш взгляд, понятие «профессиональная компетентность» является более широким понятием, включающим в себя педагогическое мышление. Кроме того, Е.К.Осипова описывает методику и форму подачи заданий и подчеркивает, что они даны в виде задач с отдельным набором проблемной ситуации, необходимых учебных материалов, исходных данных. Это говорит о том, что остальное следует искать самостоятельно.

На наш взгляд, это не увеличивает возможности «решения» проблемной ситуации, поскольку ее возникновение индивидуально. Если это субъективная ситуация, то ее возникновение определяется различными факторами и способами разрешения. Однако Е.К.Осипова пытается обосновать психологическую сущность педагогического мышления, основанную на этой концепции, путем изучения текстовых моделей проблемных ситуаций и организации опыта формирования задач согласно им.

Первоначальный механизм решения, по его мнению, должен быть заложен не только требованиями задачи, но и обучением моделей. На мой взгляд, такой односторонний подход сужает понимание внутренней стимуляции, в первую очередь специфической мотивации профессионального мышления.

Несмотря на то, что все вышеперечисленные авторы, рассматривая педагогическое мышление, непосредственно связывают его с педагогической деятельностью, они учитывают сущность предмета деятельности учителя, не раскрывая его достаточно полно и глубоко в той или иной области. То есть подчеркивается, что достаточно специального, т. е. только одного, видения учителя, который является объектом деятельности педагогического мышления. Естественно, недостаточно иметь педагогический «взгляд» или уметь анализировать педагогические ситуации. Несомненно, такие умения могут служить критериями сформированности педагогического мышления, но не определяют его в полной мере.

По мнению С.Т. Каргина, объектом педагогического мышления является педагогический процесс, который рассматривается как объект деятельности учителя. Оно формирует содержание профессионального мышления учителя, педагогические явления и связи между ними, что помогает учителю понять педагогическую действительность в целом и в чем состоит ее общее единство. Это, в свою очередь, дало автору возможность проникнуть в сущность педагогического мышления - педагогических явлений, рассмотреть его как направление мыслительных процессов, отражающих особенности объекта деятельности педагога.

Однако такое понимание педагогического мышления требует от учителя системного взгляда на педагогическую действительность, «готовности» к пониманию педагогических явлений. Однако профессиональное видение и понимание необходимо учителю для установления причинно-следственных связей в первую очередь, а для специалиста своего дела оно создает возможность заранее прогнозировать результаты своих действий, то есть модель.

Поэтому профессиональное педагогическое мышление, прежде всего, эффективно осуществляется на практике и в вербально-дискурсивной форме. Во-вторых, оно напрямую связано со всеми общими особенностями мышления специалистов-социономиков и проявляется во многих областях науки, искусства и производства. В-третьих, ее суть состоит в рациональном отношении учителя к педагогической действительности, что помогает оптимально решить сложную педагогическую ситуацию. При этом актуализируется способность учителя определять внешние и внутренние, важные и незначительные вещи, а это приводит к тому, что внешний облик субъекта педагогического воздействия не осознает своей внутренней сущности.

Создавая необходимые условия для позитивных изменений в ученике, учитель может измениться сам. Процесс трансформации позволяет человеку по-новому взглянуть на проблемы, возникающие в контексте профессиональной деятельности или на возможности решения проблем, и позволяет исходить из анализа сложной, объективной существующей ситуации при решении педагогической задачи. В процессе выполнения своих профессиональных обязанностей педагог испытывает эмоциональные и интеллектуальные трудности, сталкиваясь с неправомерным поведением студента, что часто приводит к возникновению конфликтных и деструктивных ситуаций, то есть может вызвать ситуации, в которых педагог не может выполнять свой функционал. обязанности. Анализ такой ситуации заканчивается синтезом, и преподавателю предстоит создать познавательную схему оптимальной последовательности профессиональных действий, необходимой для успешного решения педагогической задачи. Адекватно

организованный анализ ситуации должен быть направлен не на само педагогическое явление, а на причины, его вызывающие, и не следует допускать импульсивных действий. В таких ситуациях еще важнее учитывать возможные последствия предполагаемого педагогического воздействия. От учителя также требуется умение предвидеть возникновение проблемных ситуаций и находить новые решения. В этом ему может очень помочь умение выйти из ситуации.

Краткое содержание. На основе изложенных представлений, формирующих и развивающих профессиональное мышление и творческое мышление будущих учителей, профессиональное мышление учителя, направленное на решение педагогических задач, - это мыслительные процессы, связанные с целями образовательного процесса, структурой, содержанием и практической уникальностью. возможностей со своими качественными характеристиками и факторами, подчеркнуто, что педагогическое мышление должно развиваться как профессиональный тип мышления. С учетом этих факторов были разработаны следующие выводы и рекомендации:

1. определить структурные компоненты мышления и творчества у будущих учителей:

2. психологический подход к важным аспектам будущего учителя при решении таких задач, как «иерархия целей», «иерархия мыслительного процесса»:

3. разработка и внедрение новых подходов к систематике педагогических целей и задач будущих учителей;

4. уточнение комплекса профессионально-педагогических задач, решаемых педагогами;

5. описать процессы (этапы) решения педагогических задач;

6. структура знаний, основа мышления, направленного на определение проблемы;

7. охарактеризовать уровень сформированности комплекса умений на основе практико-эффективного мышления;

8. Мы разработали ряд рекомендаций, таких как определение методов решения педагогических задач у будущих учителей.

В связи с этим, формируя и развивая профессиональное мышление будущих учителей, можно определить социально-психологические факторы, оказывающие на них воздействие, определить основные направления системы психологической службы, способствующей повышению активности и активности личности, и сегодняшние текущие задачи.

Литература.

1. *Осипова Е. К.* Формирование педагогической направленности мышления будущего учителя. Могилев, 1985. 163 с

2. *Герасимова Р. И.* Формирование методического мышления студентов факультета иностранных языков во время первой педагогической практики: Автореф. канд. дис. М., 1980. 21 с.

3. Кузьмина Н. В. Очерки психологии труда учителя. Л., 1967. 182 с.

4. Кузьмина Н. В. и др. Основы вузовской педагогики. Л., 1972. 311 с.

5. Кулюткин *Ю. Н.* Творческое мышление в профессиональной деятельности учителя // Вопр. психол. 1986. № 2. С. 21—30.

6. Кулюткина, Ю.Н Г.С. Сухобской. Моделирование педагогических ситуаций / М., 1991. 120 с.

7. Матюшкин *А. М.* Психологическая структура, динамика и развитие познавательной активности // Вопр. психол. 1982. № 4. С. 5—18.

8. *Каргин С.Т*. Сущность понятия "педагогическое мышление" //Реформа ... Технология работы психолога ***с*** учителем. М.: ТЦ «Сфера», 2000. 192 ***с***. 135

9. Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий. Москва, 2006...320.
10. Ананьев *Б.Г*. О проблемах современного человекознания. М. 1997 Наука. 158-159.
11. Л.М.Митина, А.А.Реан. Психология труда и профессионального развития учителя. *М*. : Академия, 2004.
12. В. Д. Шадриков Содержание педагогического образования // Высшее образование сегодня. – 2011. – № 5. – С. 26–32.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЖЕНЩИН-ПОТЕРПЕВШИХ ОТ ТОРГОВЛИ С ЦЕЛЬЮ СЕКСУАЛЬНОЙ ЭКСПЛУАТАЦИИ И СПЕЦИФИКА ОБЩЕНИЯ С НИМИ

Рахимов М.Б.
(г.Ургенчу, Узбекистан)

Аннотация. *В статье рассматриваются основные формы торговли людьми и использования рабского труда в Узбекистане, на основе исследований определяются психологические характеристики жертв этого вида преступлений, даются социально-психологические портреты основных групп жертв и рекомендации. Разработана организация эффективной связи с ними в целях выявления, расследования и предотвращения преступлений.*

Ключевые слова: *торговля людьми, психологические особенности потерпевших, рабский труд, социально-психологический портрет.*

The summary. *in article the basic forms of a human trafic and slave labour use in Russia are considered, on the basis of the spent researches psychological features of victims on crimes such are revealed, socially-psychological portraits of the basic groups of victims and the recommendation about the organisation of productive dialogue with them in interests of revealing, investigation and preventive maintenance of crimes are developed.*

Keywords: *human trafficking, psychological peculiarity victims, slave labour, socially-psychological portrait*

Отношения, связанные с торговлей людьми в Республике Узбекистан Закон «О противодействии торговле людьми», принятый 17.08.2020, Статья 135 УК Республики Узбекистан «Жертва торговли людьми или подозреваемая жертва торговли людьми» о порядке установления и перенаправления подследственных». регулируется уставом.

Торговля людьми – это угроза или применение силы или других использование форм принуждения, воровства, мошенничества, обмана, власти злоупотребляя или воспользовавшись капризами ситуации или иным образом Для получения согласия контролирующего человека лица он платит или заинтересован Вербовка людей с целью их использования путем вымогательства в обмен на транспортировать, передавать, скрывать или получать.

Подозреваемая жертва торговли людьми - предварительно в результате опознания предполагается, что он является жертвой торговли людьми является физическим лицом, признанным личностью.

Выявление жертв торговли людьми - физическим лицам совершается в отношении них, что квалифицируется как торговля людьми сведения о совершении деяния или намерении его совершить комплекс мер, направленных на получение.

Сегодня борьба с торговлей людьми, ставшая глобальной проблемой, является одним из главных вопросов обеспечения прав и свобод человека не только на местном, но и на международном уровне. К сожалению, миллионы людей становятся жертвами торговли людьми, несмотря на обширные усилия по правовой защите, направленные на предотвращение этого зла. Причина развития этой преступности, одного из факторов происходящего в мире, заключается в том, что граждане не имеют достаточной юридической информации о процедурах выезда за границу и работы и в то же время попадают в ловушку мошенников. Следует отметить, что в нашей стране предпринимается ряд позитивных действий по предотвращению и борьбе с торговлей людьми.

В частности, 12 декабря 2003 года Узбекистан присоединился к Конвенции «О борьбе с торговлей людьми и эксплуатацией проституции третьими лицами», принятой Генеральной Ассамблеей ООН в 1950 году, а 17 апреля 2008 года – о «Борьбе с торговлей людьми». до принятия «О» и введения новой редакции этого закона 17 августа 2020 года. В то же время, в соответствии с Указом Президента Республики Узбекистан Шавката Мирзиёева от 30 июля 2019 года «О дополнительных мерах по дальнейшему совершенствованию системы борьбы с торговлей людьми и принудительным трудом», Республиканская межведомственная комиссия по борьбе с торговлей людьми и принудительным трудом Торговля людьми Она была реорганизована в Национальную комиссию по борьбе с торговлей людьми и принудительным трудом.

Также Постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан от 8 февраля 2021 года № 60 «Об утверждении системы перенаправления на национальном уровне лиц, ставших жертвами торговли людьми или подозреваемых в том, что они стали жертвами торговли людьми» и « Торговля людьми» от 5 ноября 2008 года На основании решения № 240 «О создании Республиканского реабилитационного центра помощи пострадавшим» создана национальная система оказания медицинской, психологической, социальной и правовой помощи пострадавшим. . Было бы неправильно рассматривать торговлю людьми только как проблему Республики Узбекистан, поскольку в настоящее время преступления, связанные с торговлей людьми, широко распространены во многих странах и вызывают тревогу всего мирового сообщества.

По данным проведенного нами исследования, у потерпевших от преступлений данного вида женщин наблюдался ряд характерных особенностей. Зачастую это женщины со «слабой» конституциональной структурой, у них преобладают повышенная чувствительность к средовым воздействиям (сензитивность), ориентация на авторитет более сильной личности, конформность (конформность – тенденция человека изменять свое поведение под влиянием других людей таким образом, чтобы оно соответствовало мнениям окружающих, стремление приспосабливать его к их требованиям), боязливость, что проявляется в значительной зависимости от других, излишней тревожности, склонности переживать свои проблемы молча, не делясь ими с окружающими. В значительном количестве случаев такие черты доходили до уровня мнительности, когда реальные угрозы преувеличиваются в силу личностных особенностей. На таких женщин угрозы и запугивания имеют гораздо большее влияние, чем на основную массу людей.

Кроме того, для психологического портрета таких женщин свойственна неуверенность в себе, неустойчивая мотивация поведения, изменчивость настроения в сочетании с индивидуализмом, который проявляется в ригидном (сложно корректируемом) внутреннем своеобразии личности, ориентированности на собственные критерии поведения, которые могут неадекватно соотноситься с реальной обстановкой. Такие люди из поступающей к ним информации делают не

достаточно логичные выводы, которые трудно поддаются изменению. Чаще всего в основе такого внутреннего своеобразия лежат психологические комплексы, возникшие в связи с пережитыми психологическими конфликтами в детстве (юности). В дальнейшем поступающая информация преломляется через привычные страхи и усвоенные в прошлом стереотипы психологической защиты от психотравмирующих воздействий, что затрудняет рациональное мышление.

Среди данной категории пострадавших для объективного представления следует выделить несколько принципиально различных групп:

1. Женщины, искренне верившие в возможность выполнять обозначенную при вербовке нейтральную работу, но впоследствии сломленные физически и морально и вынужденные заниматься проституцией.

2. Женщины, рассчитывающие на предлагаемую нейтральную работу, но в случае хорошего приработка готовые оказывать сексуальные услуги отдельным мужчинам. Однако их принуждали заниматься проституцией со всеми и эксплуатировали.

3. Женщины, которые предполагают заниматься проституцией, но не рассчитывающие на нещадную эксплуатацию, выражающуюся как ущемление в оплате, несвобода в выборе, принуждение, издевательства, необходимость обслуживать большое количество клиентов, плохие условия содержания и т.д

4. Женщины, повторно попадающие в подобную ситуацию. Зачастую – это профессиональные проститутки, которые знают, на что идут, готовые ради заработка терпеть любую эксплуатацию и не считающие себя жертвами торговли людьми. Если они попадают в условия особо жестокой эксплуатации, то считают, что им просто «не повезло».

Для характеристики пострадавших женщин (в большей степени относящихся к первым двум группам) следует учитывать, что условия жесткой сексуальной эксплуатации и систематического насилия оказали на них сильное стрессовое воздействие. Результатом этого могут быть:

1) фрагментация памяти, трудности в произвольном воссоздании картины событий, представлений о последовательности действий преступников;

2) потеря реального чувства времени;

3) апатия, вплоть до безразличия к своей судьбе;

4) возможность принимать решения, неадекватные сложившейся ситуации;

5) некоторые нарушения психики (могут проявляться в постоянном чувстве страха, горя, отчаяния, плаксивости или замкнутости, в нежелании общения, иногда в агрессивном поведении, гневливости и пр.).

Зачастую полученная психологическая травма не позволяет пострадавшим адекватно оценивать произошедшее, предпринимать оптимальные действия и правильно строить свое поведение. Они очень боятся огласки и мести со стороны торговцев людьми.

Из-за характерной потери веры в хорошие качества людей, боязни обсуждения произошедшего с ними (чтобы избежать неприятных воспоминаний, разглашения сообщенных ими сведений), рациональный ход мыслей таких потерпевших в значительной степени блокирован, что мешает продуктивному общению.[1]

При установлении психологического контакта с такими женщинами важно сначала выяснить вопросы об их обустройстве, сомнениях и проблемах. В ходе общения нужно не торопить их с ответами, делать перерывы, ни в коем случае не оказывать давления, не допускать проявлений осуждения и предвзятого отношения (даже при наличии возможных выраженных неприятных личностных особенностей пострадавшей и ее поведения), демонстрировать определенное сочувствие, которое не должно переходить в жалость или вызывать сомнения в искренности.

В процессе всего общения следует соблюдать вежливый, уважительный тон и обращение, избегать сексуального жаргона, фамильярности, пристального разглядывания. Можно принять специфические термины, употребляемые пострадавшей, но если они не грубые, вульгарные или аморальные. Нельзя переходить на шутливый тон, улыбаться в серьезных для допрашиваемой моментах, но не стоит напускать на себя и излишнюю серьезность.

На основе проведенного исследования также были выявлены характерные психологические особенности таких людей. Чаще всего их отличает ориентация на внешние впечатления (экстраверсия), отсутствие склонности к анализу и обдумыванию своих реакций и поступков. Они обычно поступают спонтанно под влиянием окружающей обстановки и своих потребностей. При этом у них отмечена значительная степень социальной неконформности (слабой приверженности к общепринятым канонам и нормам поведения) в сочетании с зависимостью от более сильной личности.

Такие люди склонны к рискованному спонтанному поведению, особенно если это делается в группе и под влиянием уверенного лидера. Глубокие размышления, внутренние копания (самоанализ), критическая оценка окружающей ситуации, прогнозирование для них не характерны, чаще всего не удобная (настораживающая) информация быстро вытесняется из сознания. При низком уровне развития или наличии у данных лиц психической патологии возможны проявления асоциального поведения. Их настроение лабильно (может быстро меняться), а поступки сильно зависят от внешних воздействий, настроений группы или авторитетного человека

Часто лица, пострадавшие от рассматриваемых преступлений, не знают о правах человека и (или) не осознают, что эти права нарушены.

Пострадавшие, как и в предыдущем случае, страдают из-за значительно преувеличенного чувства вины – самообвинения в том, что с ними произошло. Это может быть одним из симптомов синдрома посттравматического стресса или результатом повторной виктимизации, возникающей из-за неправильного отношения окружающих (осуждения грубости и т.п.). Иногда такому человеку надо предоставить достаточно времени для принятия решения о необходимости его сотрудничества с правоохранительными органами.[2]

Пострадавшие от таких преступлений часто считают себя недостойными помощи общества, так как нередко они на своем опыте убеждались, что окружающие к ним не испытывают сочувствия, обвиняя в произошедшем самих жертв.

В случаях юного возраста жертв торговли людьми, отсутствия у них полноценного жизненного опыта или недостаточного развития интеллектуальных способностей (дефекта личностного или интеллектуального развития) может потребоваться помощь квалифицированного специалиста (психолога), имеющего опыт работы с детьми или лицами с психическими дефектами.

Литература.

1. О.И.Бродченко. “Психологические особенности потерпевших по преступлениям, связанным с торговлей людьми” . Прикладная юридическая психология, №4, Москва. 2009 г.96 с

2. Н.А.Демидова. “Особенности предотвращения и расследования преступлений, связанных с торговлей людьми” /Учебное пособие. М. 2008. 312 с.

ПСИХОЛИНГВИСТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ НЕВЕРБАЛЬНОЙ КОММУНИКАЦИИ НА ПРИМЕРАХ УЗБЕКСКОЙ И ФРАНЦУЗСКОЙ ЯЗЫКАХ

Рузибоева Н.К.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *Исследование психолингвистических аспектов невербальной коммуникации в узбекском и французском языках включает сравнительный анализ, сосредоточенный на выявлении как уникальных, так и общих характеристик невербального общения в контексте этих двух культур. В частности, акцентируется внимание на схожестях и различиях в использовании жестов и мимики.*

Ключевые слова: *невербальная коммуникация, психолингвистика, межкультурное общение, жесты, мимика, культурная специфика, социальные нормы.*

Abstract. *The study of psycholinguistic aspects of nonverbal communication in Uzbek and French involves a comparative analysis focused on identifying both unique and common characteristics of nonverbal communication in the context of these two cultures. In particular, attention is focused on the similarities and differences in the use of gestures and facial expressions.*

Keywords: *nonverbal communication, psycholinguistics, intercultural communication, gestures, facial expressions, cultural specificity, social norms.*

В общении особое внимание уделяется невербальным сигналам, передаваемым не посредством слов, а посредством жестов, мимики, движений тела и т. д. Эти сигналы могут выражать чувства, намерения и многое другое. Обычно невербальное поведение, которое мы используем в процессе общения, то есть жесты, появляются спонтанно и часто производятся непосредственно. Внутренний мир человека, его язык тела и жесты взаимосвязаны. Зачастую рефлекторный характер реакций человека не позволяет ему полностью контролировать свои жесты, положение тела и мимику. Важным элементом выразительного поведения человека являются жесты, движения рук или пальцев. Фактически, люди используют свои руки, чтобы угрожать, выражать любовь или гнев, удивление или сострадание. По мнению психологов, правильная интерпретация невербальных сигналов — важнейшее условие эффективного общения.

Сегодня психология жестов – это полноценная наука, изучающая как универсальные жесты, понятные всем людям, так и жесты, специфичные для определенных культур.

В 60-х годах прошлого века Р. Бердвистел одним из первых начал изучать общение с учетом движений тела, позы и жестов. Он создал направление изучения невербального общения. Он назвал это «кинесикой» (др.-греч. – движение) [1].

Альберт Меграбян обнаружил, что 55% информации передается невербальными средствами во время общения. Начиная с 1970-х и 1980-х годов ряд исследователей изучали жесты рук, называемые «ковербалами», которые случайно сопровождают речь. Этот жест и речь происходят из одной и той же когнитивной структуры и прочно связаны с мышлением [2].

В своих исследованиях Ekman и Friesen выделили пять основных категорий невербального поведения, которые были классифицированы ими на основе исследований по распознаванию эмоций через мимику. Эти категории включали:

- Эмблемы, которые могут быть точно переведены в словесные сообщения;
- Иллюстраторы, поддерживающие или иллюстрирующие вербальное сообщение;
- Регуляторы, контролирующие ход разговора;
- Адаптеры, связанные с удовлетворением личной потребности;
- Аффектные дисплеи, выражающие эмоциональное состояние [3].

Аргайл М. в своей работе «Bodily Communication» обсудил тонкости телесной коммуникации и предложил концепт социальных сигналов, с помощью которых индивиды взаимодействуют в социальном пространстве. Автор подчеркнул, что невербальное поведение человека функционирует на множестве уровней и неразрывно связано с вербализованными сообщениями, средой и культурным контекстом [4].

Основные понятия и определения, используемые в психолингвистике невербальной коммуникации — это не просто описание типов невербальных сигналов, но и понимание их происхождения, функций и значения в рамках конкретных социокультурных ситуаций. Эти теоретические аспекты легли в основу целого ряда исследований, направленных на понимание того, как люди используют невербальные сигналы для достижения своих коммуникативных целей и как такие сигналы интерпретируются собеседниками в контексте социального взаимодействия.

Невербальная коммуникация охватывает все формы общения между людьми, осуществляемые без использования слов. К ней относятся жесты, мимика, поза, взгляд, тон голоса и даже тишина. Это средства, которыми мы передаем эмоции, отношение к собеседнику, убеждаем, влияем или регулируем общение.

Характеристики невербальной коммуникации в узбекской культуре.

Анализ психолингвистических параметров узбекского языкового континуума открывает интересные аспекты, которые отражают уникальные характеристики невербальной коммуникации в узбекской культуре. Эти особенности можно интерпретировать через призму культурных традиций и социальных норм, которые определены веками истории и культурных взаимодействий.

Невербальная коммуникация в узбекской культуре содержит элементы, которые являются типичными для многих других культур, однако имеют свои уникальные особенности или нюансы. Применение рукопожатий, контакт глаз, жесты и мимика имеют в узбекской культуре конкретные формы и значения, вызывающие интерес у психолингвистов. Тем не менее, на данный момент специфические исследования, посвященные невербальной коммуникации в узбекской культуре, особенно с учетом психолингвистических параметров, не нашли широкого отражения в литературе и требуют более глубокого исследования.

При приветствии узбеков слово «Ассаляму алейкум» выражается путем помещения правой руки на грудь и наклона головы со слегка повернутой вправо головой. Когда, в процессе общения речевое единство падает из-за состояния коммуникантов или по другой причине, вышеуказанные действия компенсируют вербальные средства [5]. Также простые жесты, такие как скромное кивание головой или прикосновение руки к сердцу после рукопожатия, занимают центральное место в обозначении уважения и искренности.

Близость в личных отношениях и общении также может отражаться через физический контакт, такой как *объятия* или *похлопывания по спине* среди мужчин, что указывает на доверительные и дружеские отношения. Такое поведение может

быть интерпретировано в качестве объединяющего фактора, обеспечивающего социальную связь и солидарность в узбекской культуре.

В узбекской культуре также важными являются *паузы* и *тишина* в разговоре, которые могут использоваться с целью уважения и предоставления возможности другому собеседнику высказать свою точку зрения. В сочетании с правильным тоном это может демонстрировать внутреннее спокойствие и уверенность, неотъемлемые качества восточного гостеприимства и коммуникативной традиции.

Также стоит учесть узбекские невербальные приветствия, которые охватывают ряд ритуалов. Например, мужчины могут обмениваться рукопожатиями, одновременно *прикладывая руку к сердцу*, что символизирует искренность и уважение. Женщины же могут предпочесть более скромные формы приветствия.

Психолингвистические параметры невербального общения во французском языке.

Анализ психолингвистических параметров невербального общения во французском языковом континууме выявляет интересные аспекты. Французский язык, как часть романской языковой группы, обладает уникальными особенностями в невербальном общении, отражающими богатую культурную традицию и социальные нормы.

Исследования показывают, что невербальные компоненты, такие как жесты, мимика и позы, играют важную роль в общении на французском языке. Ученые в области межкультурной коммуникации, такие как Эдвард Холл и Герт Хофстеде, отмечают, что французское общение высококонтекстно, что означает, что много значений передается через невербальные каналы. Например, общепринятым является приветствие «*la bise*» / *«поцелуй»,* которое является не только формой приветствия, но и отражает социальный статус и степень близости между людьми. Этот жест поддерживает социальные связи и может варьироваться в зависимости от региона Франции. Профессор Дэвид Матцумото, специализирующийся на изучении невербального общения в различных культурах, обращает внимание на то, как важно понять эти различия для того, чтобы эффективно общаться.

Французы также известны выразительным использованием жестов при общении, о чем пишет Роджер Акстелл. *Поднятые плечи, развёрнутые ладони или щелчок пальцем могут передать целый ряд эмоций и намерений от раздражения до соглашения* [6].

Понимание последовательности жестов позволяет нам более четко видеть положение человека, с которым мы общаемся. Например, один из ведущих специалистов по невербальному общению Стивен Бюнар, изучая специфические жесты президентов Франции, пришел к следующему выводу: «В то время как Франсуа Олланд и Николя Саркози склонны говорить правой рукой, Эммануэль Макрон говорит левой рукой: «Правая рука используется для убеждения, левая рука – для сострадания и искренности» [7].

Считается, что многие основные жесты одинаковы во всем мире. Однако существуют и «национальные жесты», которые являются самобытными, и это отражается в том, что разные культуры используют разные жесты для выражения одних и тех же понятий. Однако нас интересует проявление невербальных элементов в процессе общения представителей двух разных культур – узбекской и французской. Например, когда французы выражают страх, они соединяют пальцы вместе, сделав пирамиду означает «*J'ai peur, j'ai la pétoche!»* – Я боюсь, дрейфлю! Но у узбеков этот жест может обозначать «Потерпи!», «Замолчи!» или это можно понимать в грубом смысле. Когда французы выражают недоверие собеседнику, они нажимают указательным пальцем правой руки на нижнее веко и немного оттягивают его вниз. Это значит: «Я тебе не доверяю». Узбеки такой жест не

используют, но есть аналогичный жест, при котором указательный палец прикладывается к щеке, и это означает стыд, то есть: «Тебе не стыдно!?». Жесты, которых нет у узбеков и присущи только французам:

Рука имитирующая болтливость (пальцы прямые, большой палец снизу остальные 4 сверху, смыкаем и размыкаем их) означает *«ferme ta bouche, ta gueule, tais-toi»* – заткнись, замолчи.

Похлопать ладонью по запястью означает *«je pars, je me casse, je m'en vais, je m'arrache…»* — я ухожу, я сваливаю.

Движение ладони над головой означает *«j'en ai ras le bol, j'en ai pardessus la tête, j'en ai jusque-là»* — с меня хватит, я сыт этим по горло.

Проводить тыльной стороной ладони, немного согнув пальцы несколько раз по щеке от уха к подбородку и обратно означает *«je m'ennuie, ça me rase!»* — Надоело, скучно!

Поднести кулак к своему носу и крутить его, как вокруг своей оси означает *« être bourré, être pété, être torché »* — быть пьян.

Протянуть ладонь вперед , пальцы немного растопырены и поворачивать слегка влево-вправо означает *« plus ou moins, comme ci comme ça »* — так себе.

Соединить пальцы обеих рук, большие пальцы выполняют вращательное движение, этот жест означает *«se tourner les pouces »* лентяйничать.

Но несмотря на то, что конкретное значение отдельных жестов в разных культурах различно, во всех культурах существуют схожие жесты, Н.И. Смирнов классифицирует жесты следующим образом:

- коммуникативные (приветствие, прощание, привлечение внимания, запрет, утвердительный, отрицательный, вопросительный и т.п.); они информативные и предоставляет различную информацию. Недаром И. Кант называл руку «видимой частью мозга». Например, в деловом мире рукопожатие используется не только как приветствие, но и как символ согласия, знак доверия и уважения к деловому партнеру.

- модальные, то есть оценка и реакция (жесты одобрения, удовлетворения, доверия и недоверия и т. д.); например, заложить руки за спину и связать запястья – почувствовать свое превосходство; «зажать» верхушку носа – признак глубокой сосредоточенности и т. д.

- жесты-иллюстраторы, имеющие значение только в контексте речи. Например, указывая рукой [8].

Рассмотренные характеристики невербального общения в узбекской культуре подчеркнули значение традиционных и формальных аспектов коммуникации. В то время как анализ французской невербальной коммуникации выявил тенденции к более открытому и выразительному общению. Такие различия имеют весомое значение в контексте межкультурной взаимодействия, поскольку знание этих нюансов может предотвратить культурные недопонимания и облегчить процесс адаптации в новой социальной среде. Наконец, проведенное исследование имеет реальные практические применения в межкультурной коммуникации. Оно может послужить основой для разработки образовательных программ и тренингов по межкультурной компетентности, помочь профессионалам в сфере международных связей адаптировать свои стратегии для более эффективного взаимодействия с представителями разных культур и способствовать более глубокому межкультурному пониманию и диалогу.

Выводы данного анализа подтверждают гипотезу о том, что знание и понимание невербальных составляющих чужой культуры имеет ключевое значение для построения успеха в межкультурных деловых и личных отношениях. Это знание может помочь сгладить культурные различия и облегчить переход к более интегрированному и согласованному мировому сообществу.

Литература.

1.Frolova M.M. Psixologiya. Uchebnoye posobiye dlya VUZov - M.,2008.
2.David McNeill, Hand and Mind: What gestures reveal about thought, Chicago, The University of Chicago Press, 1992.

3.Ekman, P. and Friesen, W. V. (1969). The Repertoire of Nonverbal Behavior: Categories, Origins, Usage, and Coding. Semiotica, 1(1), 1969. С – 49-98.
4. Argyle, M. Bodily Communication (2nd ed.). New York: Methuen. 1988.-p.384
5.Саидхонов М. (2008) Aloqa aralashuv va imo-ishoralar. O'zbekiston Respublikasi Fanlar akademiyasi "Fan" nashriyoti. С-29
6. Axtell R. E. (1997) Gestures: The Do's and Taboos of Body Language Around the World, Revised and Expanded Edition. p. 256. ISBN: 978-0-471-18342-6
7.https://www.bfmtv.com/politique/ce-que-traduit-la-gestuelle-d-emmanuel-macron-pendant-son-allocution
8. Смирнова Н.И. Сопоставительное описание элементов русской и английской кинетической коммуникации. В кн.: Национально-культурная специфика речевого поведения. - М.: Наука, 1977. - С.210-247.
9. Рузибоева Н.К. Исследование психолингвистических параметров невербальной коммуникации на материале узбекского и французского языковых континуумов. // Журнал гуманитарных и естественных наук 2024. – № 9 (04). – С. 90-100.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ ГЕНДЕРНЫХ РАЗЛИЧИЙ В РАЗВИТИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ

Садикова У.Б.
(г.Ургенчу, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье рассматривается, как в ходе исследований профессиональной деятельности студентов, на основе психологических идей, формируются и развиваются гендерные различия. Возникающие проблемы анализируются в контексте различных теоретических школ и направлений глубинной психологии, с использованием классических и современных опросников. Рассматриваются интеллектуальные подходы к реализации целей, средства достижения целей, а также эмоциональный интеллект, проявляющийся при принятии решений и их реализации.*

Ключевые слова: *эмоции, интеллект, студент, психология, воля, эмпатия, познание, отношение, пол.*

Annotation. *This article examines how gender differences are formed and developed based on psychological ideas during the research of students' professional activities. The arising issues are analyzed in the context of various theoretical schools and branches of depth psychology, using both classical and modern surveys. The article explores intellectual approaches to goal realization, means of achieving goals, and emotional intelligence as manifested in decision-making and its implementation.*

Keywords: *emotions, intelligence, student, psychology, willpower, empathy, cognition, relationships, gender.*

На протяжении многих лет гендерные исследования в психологии на Западе основывались на психоаналитических идеях и развивались на их основе. Возникающие проблемы были концептуализированы различными теоретическими школами и направлениями глубинной психологии, классическим и современным психоанализом, подходами Лакана, Юнга, Адлера, теориями объекта, эго-психологией, французской психоаналитической школой и другими. Сегодня проблема гендерных различий отражена в теориях ученых, представляющих различные школы и направления в психологии и смежных науках.

Мировая психологическая наука прошла долгий период господства идеи равенства полов: отвергая их уникальные особенности, много лет назад в психологии начали поднимать вопрос о половых различиях. Интерес к этой теме связан не только с тем, что гендерная категория является чрезвычайно сложной психологической, историко-культурной, социальной и клинической проблемой, но и с современными требованиями образования и индивидуальным подходом к личности. Игнорирование психологических особенностей пола в процессе формирования профессионала может в определенной степени привести к ряду проблем [2]

Изучение основ психики человека началось в VII-VI веках до нашей эры с понимания психики как божественной силы. Первоначальные представления носили анимистический характер, и каждое явление воспринималось как обладающее своей душой или духом. Борьба идей между идеализмом и материализмом в вопросах души (жизни) продолжалась на протяжении многих лет, пытаясь выявить её сущность и закономерности. Платон, Аристотель, Сократ, Демокрит, представители Милетской школы Фалес, Анаксимен, Анаксимандр, Пифагор, Анаксагор, Гераклит, Эмпедокл, Гиппократ, Галлен и другие мыслители античного мира выдвигали первоначальные идеи о психических явлениях, человеческом характере, роли психических процессов в возникновении здоровья и болезни. [1].

В трудах восточных мыслителей широко освещены идеи о необходимости приобретения профессии, особенно в отношении будущих специалистов, которые готовятся к освоению определенных навыков.

В произведениях таких авторов, как Абу Али ибн Сино, Абу Наср Фараби, Абу Райхон Беруни, Махмуд Кашгари, Амир Темур, Умар Хайям, Абдулла Авлони и других, подчеркивается важность обладания определенными качествами при занятии профессией, целенаправленного и специализированного изучения выбранной науки, а также постоянного совершенствования как теоретических, так и практических знаний для профессионального роста.

Абу Наср Фараби, которого на Востоке называют «Афлотун Востока», первым разработал учение о государстве в Центральной Азии. В своих многочисленных трудах, таких как «О значении разума», «Город добродетельных людей», «О достижении счастья» и других, Фараби уделял большое внимание вопросам познания. Он особо подчеркивал важную роль специального обучения в формировании личности и вклад ремесленников в развитие как себя, так и общества. Особенно в его трактате «О совершенном обучении» говорится о том, что для достижения воспитательной и научной зрелости необходим процесс обучения и умение применять полученные знания на практике как одну из важнейших задач.

Исходя из этих идей, любая деятельность и процессы, в которых участвует человек, требуют от него твердой воли, независимо от гендерной принадлежности. Это качество проявляется и закаляется в процессе труда. Психическая деятельность личности проявляется в определении цели действия, в

заблаговременном определении средств и путей достижения цели, а также в принятии решения и его выполнении[3].

С точки зрения гендера, развитие умственной деятельности имеет определённый уровень, который выражается в усвоении новых знаний и их эффективном применении для решения различных жизненных проблем, что в различных психологических концепциях анализируется по-разному:

1.как умственные операции;

2. как стратегии и методы решения проблем;

3.как эффективный индивидуальный подход к ситуации, требующей познавательной активности;

4. как когнитивный стиль [4].

Для полноценного овладения профессиональными качествами важно выявление гендерных различий у студентов психологии с помощью различных опросников. В психологии разработано множество тестов, направленных на диагностику уровня эмпатии и её типов. Среди них методика изучения способности к эмпатии, разработанная И.М. Юсуповым, которая используется для определения уровня развития эмпатических способностей. В.В. Бойко в своей методологии диагностики эмпатии выделяет несколько каналов. В рациональном канале эмпатии внимание, восприятие и мышление субъекта направлены на существование другого человека – на его состояние, проблемы и поступки, к которым он проявляет сочувствие. В рациональном компоненте эмпатии, изучив логику или мотивацию интереса, следующая шкала предполагает, что партнер своей сущностью привлекает внимание, что позволяет сочувствующему субъекту честно раскрыть свою сущность. Именно для более точной диагностики эмпатических способностей с гендерной точки зрения были проведены опросы среди студентов некоторых университетов Узбекистана.[5]

Для выявления гендерных различий в профессиональных качествах студентов были использованы методы наблюдения и интервью, а также методика «Оценка силы воли» Н.Н. Обозова, методика «Определение эмоционального интеллекта» Н. Холла и методика «Диагностика уровня эмпатии» В.В. Бойко. В исследовании приняли участие 434 испытуемых. Надежность полученных результатов была подтверждена с помощью математико-статистических методов: t-критерия Стьюдента и U-критерия Манна-Уитни.

Показатели гендерных различий в профессиональных качествах студентов (по критерию Манна-Уитни: юноши n=123, девушки n=311)

Шкалы	n	Средний ранг	Сумма рангов	U	P
Сила воли	**Юноши**	228,13	28060,50	1,696	,006**
	Девушки	213,29	66334,50		
Эмоциональная осведомленность	**Юноши**	217,16	26710,50	1,931	,001***
	Девушки	217,64	67684,50		
Управление собственными эмоциями	**Юноши**	237,55	29218,50	1,474	,026*
	Девушки	209,57	65176,50		
Самомотивация	**Юноши**	224,41	27603,00	1,923	,001***
	Девушки	214,77	66792,00		
Эмпатия	**Юноши**	212,41	26126,50	1,693	,006**
	Девушки	219,51	68268,50		
Способность понимать эмоциональные состояния других	**Юноши**	232,72	28625,00	1,463	,028*
	Девушки	211,48	65770,00		

Рациональный канал эмпатии	**Юноши**	218,12	26828,50	3,026	,000***
	Девушки	217,26	67566,50		
Эмоциональный канал эмпатии	**Юноши**	181,41	22314,00	3,442	,000***
	Девушки	231,77	72081,00		
Интуитивный канал эмпатии	**Юноши**	203,02	24972,00	3,173	,000***
	Девушки	223,23	69423,00		
Установки, способствующие эмпатии	**Юноши**	190,64	239,00	3,149	,000***
	Девушки	228,12	70946,00		
Способность к эмпатическому взаимодействию	**Юноши**	197,59	24303,00	3,284	,000***
	Девушки	225,38	70092,00		
Идентификация в эмпатии	**Юноши**	211,28	25987,00	3,908	,000***
	Девушки	219,96	68408,00		

Примечание:*p<0,05; **p<0,01; ***p<0,001

Из приведенной выше таблицы видно, что согласно результатам методики оценки силы воли, были зафиксированы гендерные различия (U=1,696; p<0,01). Участвующие в исследовании юноши обладали более выраженными волевыми качествами по сравнению с девушками, у которых эти качества проявлялись в значительно меньшей степени. Это можно объяснить тем, что у юношей, по сравнению с девушками, сильнее выражены такие качества, как способность преодолевать трудности и самоконтроль при достижении поставленных целей.

По шкале эмоциональной осведомленности у девушек данный показатель оказался значительно выше, чем у юношей (U=1,931; p<0,001). Результаты показали гендерные различия в эмоциональной осведомленности у испытуемых. Девушки чаще демонстрируют свои эмоции, в то время как юноши склонны их скрывать. Однако девушки не только проявляют эмоции, но и обладают способностью контролировать их, что позволяет им оказывать эмоциональное воздействие на партнера. Негативные переживания помогают им осознать необходимость изменений в жизни, а также наблюдать за изменениями собственных эмоций. При наличии возможности девушки способны анализировать свои негативные чувства и решать проблемы, лучше понимая свои внутренние переживания и всегда умея управлять ими. Люди, хорошо осознающие свои эмоции, как правило, лучше управляют своей жизнью. Это позволяет сделать вывод, что у студенток эмоциональное сознание и осведомленность о своих внутренних состояниях более развиты по сравнению с представителями противоположного пола, что и объясняет выявленные различия.

По шкале управления собственными эмоциями также были выявлены гендерные различия: юноши обладают значительно более выраженной способностью контролировать свое эмоциональное состояние по сравнению с девушками (U=1,474; p<0,05). Участники исследования мужского пола показали способность контролировать свои эмоции, управлять ими для достижения намеченных целей, сохранять спокойствие даже под внешним давлением, а также умение не проявлять свои эмоции внешне. Юноши смогли сохранять самообладание в случае обиды, не зацикливаясь на незначительных тревожных ситуациях, а также быстро восстанавливаться после внезапных эмоциональных потрясений. Помимо этого, они легче могли отвлечь себя от негативных переживаний.

По шкале самомотивации также были зафиксированы значительные гендерные различия: юноши проявляют более высокие показатели самомотивации по сравнению с девушками (U=1,923; p<0,001). Респонденты мужского пола

продемонстрировали способность воздействовать на эмоции других людей, а также использовать их для достижения собственных целей, в том числе профессиональных. В нужные моменты они могут сохранять спокойствие и концентрировать свои мысли. Юноши, как правило, ведут себя жизнерадостно, с юмором, и часто могут мотивировать себя преодолевать трудности снова и снова. Они стараются творчески подходить к решению проблем, оставаясь при этом спокойными, готовыми к работе и легко фокусируя своё внимание. По сравнению с девушками, юноши показали большую способность сохранять хладнокровие, быть готовыми к действиям и сосредотачиваться на главном. При необходимости они могут подавить внутренние эмоции и смятения для выполнения практических задач.

Из приведённых данных видно, что по шкале эмпатии были выявлены гендерные различия: у девушек уровень эмпатии значительно выше, чем у юношей ($U=1,693$; $p<0,01$). Эмпатические состояния у девушек проявляются более выражено. Основная причина этого заключается в том, что большинство девушек более общительны, сочувственны и лучше анализируют проблему, что отличает их от юношей. По шкале эмпатии девушки показали более высокую способность к пониманию других, к умению ставить себя на место партнёра, а также к идентификации, эмоциональной гибкости, подвижности и способности к адаптации, что выражается в умении подражать.

По шкале способности понимать эмоциональные состояния других также были выявлены различия: юноши показали более высокие результаты по сравнению с девушками ($U=1,463$; $p<0,05$). Эти результаты показывают, что юноши обладают лучшими способностями к успокоению окружающих, к пониманию всех желаний и целей своих близких, к стремлению к позитивной коммуникации, а также к пониманию и улучшению настроения других людей. Они чаще консультируются по вопросам межличностных отношений и проявляют способность помогать другим людям управлять своими внутренними чувствами в интересах обеих сторон.

По шкале рационального канала эмпатии также были выявлены гендерные различия, причём результаты у респонденток оказались выше ($U=3,026$; $p<0,001$). По сравнению с юношами, девушки демонстрируют более высокую способность направлять своё внимание, восприятие и мышление на существование другого человека — его состояние, проблемы и поступки, проявляя сочувствие. Этот процесс естественным образом открывает эмоциональные и интуитивные аспекты взаимодействия. В рациональном компоненте эмпатии у девушек не требуется искать логику или мотивацию интереса в другом человеке. Партнёр привлекает внимание своим присутствием, что позволяет сочувствующему субъекту честно раскрывать свою сущность.

По шкалам эмоционального канала эмпатии ($U=3,442$; $p<0,001$), интуитивного канала эмпатии ($U=3,173$; $p<0,001$), установок, способствующих эмпатии ($U=3,149$; $p<0,001$), способности к эмпатическому взаимодействию ($U=3,284$; $p<0,001$) и идентификации в эмпатии ($U=3,908$; $p<0,001$) также были выявлены гендерные различия, при которых результаты у девушек значительно выше, чем у юношей. Это свидетельствует о том, что студентки обладают более выраженной способностью эмоционально резонировать с другими, что проявляется в их высокой эмоциональной чувствительности, позволяющей «войти» в энергетическое поле партнёра. Девушки лучше понимают внутренний мир другого человека, прогнозируют его поведение и эффективно влияют на него. Они также демонстрируют способность действовать в условиях нехватки информации о партнёре, опираясь на бессознательный опыт. Более того, их восприятие информации о партнёре часто является закрытым и обобщённым. Вероятно, их

интуиция меньше связана с оценочными стереотипами, чем с глубоким пониманием партнёра.

Установки, которые стимулируют или препятствуют эмпатии, соответственно либо облегчают, либо затрудняют работу всех эмпатических каналов. Если человек старается избегать личного контакта, считает неуместным проявлять интерес к другим людям, убеждает себя в необходимости оставаться равнодушным к их опыту и проблемам, то эффективность его эмпатии снижается. Такой тип мышления резко ограничивает эмоциональную чувствительность и способность к эмпатическому восприятию. Напротив, если в личных отношениях нет никаких барьеров, различные каналы эмпатии работают активнее и увереннее.

Способность к эмпатическому взаимодействию рассматривается как важное коммуникативное качество человека, которое способствует созданию атмосферы открытости, доверия и искренности. Каждый человек своим поведением и отношением к партнёрам либо способствует обмену информацией и энергией, либо препятствует ему. Расслабленность партнёра помогает развитию эмпатии, тогда как напряжённость, неестественность и атмосфера сомнения мешают раскрытию и эмпатическому пониманию.

Вывод. Изучение взаимовлияния таких факторов, как возраст, пол, регион и направление обучения, на проявление профессиональных качеств у студентов считается важным. Психология в нашей стране является относительно новой и молодой областью практики, и в её обучении существует некоторая структурная неопределённость. Устранение этих неопределённостей поможет выделить важные и необходимые профессиональные качества психолога-специалиста.

Для того чтобы студенты-психологи достигли совершенства в своей подготовке, необходимы профессиональная подготовка, интеллектуальный потенциал и формирование мировоззрения в результате профессионального обучения.

Профессиональная подготовка психологов-студентов на уровне совершенства заключается в изучении научных источников, анализе достижений с гендерной точки зрения, а также в обогащении необходимыми инновациями. В научной литературе представители различных направлений и учёные предлагают свои варианты, исходя из предмета своих исследований. Из этого можно сделать вывод, что выделение основных профессиональных качеств, обеспечивающих успех в профессии психолога, важно для всех, но не обязательно должно быть связано с гендерными различиями.

Литература.

1. G‘oziyev E. Oliy maktab psixologiyasi. – Toshkent: O‘qituvchi, 1997. – 100 b.

2. Ананьев Б.Г.О проблемах современного человекознания. М.:Наука,1977,-380с.

3. № 1, 2023 “PSIXOLOGIYA” ilmiy jurnal /научный журнал/ scientific journal 1-son 2023-yil. Выпуск 1. 2023 год.

4. Садыкова У. Б. Эмоциональный интеллект у студентов. Вестник интегративной психологии // Журнал для психологов. Вып. 27. / Под ред. В.В. Козлова, Ш.Р. Баратова, М.Н. Усмановой. – Бухара - Ярославль: МАПН, 2023. – 420 с.

5. Shaxs va jamiyat: zamonaviy chaqiruvlar, Professor Ergash G‘oziyevich G‘oziyev xotirasiga bag‘ishlangan, xalqaro hamkorlar ishtirokidagi, Ikkinchi Respublika ilmiy-amaliy, konferensiyasi materiallari 15-mart 2023 yil

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОТИВА АФФИЛИАЦИИ

Саматова С.Г.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *Согласно статье, согласно мировой практике, в последующие годы усиление мотива изоляции и одиночества у личности ускоряет явление маргинализации как негативного процесса в обществе. Также в статье научно обосновано, что природа мотива принадлежности «объединиться», «объединиться» является одним из самых основных условий совершенствования общественныах отношений.*

Ключевые слова: *поведение, мотив, мотив принадлежности, социальные отношения, общение, маргинализм.*

Annotation. *According to the article, based on global practices, the intensification of the motive for isolation and loneliness in individuals in recent years accelerates the phenomenon of marginalization as a negative process in society. The article also scientifically substantiates that the nature of the motive for belonging — "to unite," "to come together" — is one of the fundamental conditions for improving social relations.*

Keywords: *behavior, motive, motive of belonging, social relations, communication, marginalization.*

Сегодня, в условиях стремительно развивающегося общества и государства, построения просвещенного, демократического и сильного правового гражданского общества, прежде всего, одной из наиболее актуальных проблем является формирование добродетели общественного контроля и участия представителей разных слоев. населения по мотиву аффелации.

Также, хотя в мире проведено множество современных научных исследований, посвященных формированию мотива аффилиации, и разработаны решения, проблемой мотивации аффилиации являются семейные отношения, социальная активность, социализация, социальная принадлежность, социальная ориентация, социальное поведение, эмоциональные связанные с этим аспекты надежной связи остаются актуальными. Поэтому возникает необходимость исследования, связанного с мотивом принадлежности в стабилизации отношений между людьми, правильном установлении межличностных отношений в коллективе, проявлении альтруистических действий и межличностном эмоционально-доверительном общении.

Итак, остановимся на этом мотиве подробнее и теоретически обосновам его социально-психологическую категорию на основе отечественных и зарубежных исследований.

К настоящему времени в науке сформировалось множество теорий о проблеме мотивации и ее природе, и можно отметить, что за рубежом существует около 100 теорий, посвященных этим проблемам.

Г.М., учёный, внесший значительный вклад в развитие отечественной социальной психологии по этому вопросу. Как отмечала Андреева [1], если для социологов социальные отношения считаются важными, то для психологов межличностные отношения служат отдельным объектом исследования. В свою очередь, диапазон личностных взаимодействий между людьми очень широк, и все это требует особого внимания со стороны психологов. Традиционно объектом исследования в социальной психологии выступает объем взаимоотношений,

определяемый понятием аффилиации. Стоит отметить, что аффилиативные мотивы являются менее изученными социально-психологическими явлениями по сравнению с мотивами достижения успеха, избегания поражения или стремления к власти.

Если остановиться на этимологической характеристике мотива принадлежности, то под мотивом принадлежности (англ. toaffiliation - объединяться, объединяться) понимается стремление человека находиться в кругу других людей. Согласно данному определению, по мере попадания субъекта в состояние потенциально опасного стресса склонность к мотиву аффилиации усиливается.

При этом группа людей получит возможность определить характер реакций в сложных и опасных ситуациях и правильность или неправильность выбранного поведения. Близость между людьми в определенных пределах приводит к снижению уровня тревожности, а значит одновременно предотвращает и смягчает последствия как физиологического, так и психологического стресса. Присоединение и ослабление мотива порождает чувство одиночества и отчуждения и приводит к фрустрации [2; стр. 43].

Также Майерс сравнивает «чувство близости к другим людям» со стрелой, расположенной в центре земли, вокруг которой вращается вся жизнь человеческой личности от младенчества до смерти, и в этой близости человечество обретает силы и ежедневные радость жизни» - и пытается объяснить через это определение природу мотива принадлежности [3; стр. 247].

В социальной психологии, когда различные ученые определяют мотивацию аффилиации, они подчеркивают, что мотивация аффилиации состоит из совокупности целей, потребностей и мотивов, таких как стремление к общению, стремление к знаниям, самооценка и стремление к полезному сотрудничеству. [4] .

Этот мотив имеет выраженный социальный характер, поскольку реализуется только в рамках взаимодействия с другими людьми. Потребность в общении считается общечеловеческой потребностью, и она строится только на фундаментальной основе стремления человека к общности и сотрудничеству [5].

Исследователь Х. Хекхаузен [6] изучал мотив аффилиации в рамках потребности в общении, причем аффилиация носит повседневный, но имеет и фундаментальный характер. Оно проявляется как психическое явление, мотив, склонность, стремление, стремление к другим людям. В его основе лежит внутренняя потребность человека, осуществляющего общение, в эмоциональном и надежном общении. Обычно оно проявляется в форме процесса общения, совокупности совместных действий, направленных на установление близких отношений, приносящих удовлетворение обеим сторонам. Цель этой потребности может быть различной и даже взаимоисключающей (добиться близких отношений или использовать собеседника в своих целях) (Г. Хекхаузен).

Обзор литературы Понятие «потребность в аффилиации» анализировалось в различных исследовательских работах. Согласно анализу Генри А. Мюррея, который одним из первых изучил мотив аффилиации, он выделяет два аспекта проявления этого мотива: первый - потребность в личном общении и единении, а второй - потребность принадлежать к определенной группе выражается с помощью.

В первом подчеркивается надежность отношений, необходимость эмоциональных связей (Ян Мазуркевич, К. Обуховский). Во втором - потребность человека в социальных отношениях (Брем П. Бранк), принадлежность к определенной группе (Д. Макклелланд, Е.В. Трифонов) и, следовательно, стремление к поиску общности других людей независимо от того, какие чувства они чувствуют, что имеется в виду коллективная референтная группа (Брем П. Брюунк).

На самом деле, такому разнообразию аффилиативной сферы влияния не следует противоречить, поскольку они активируются в разное время и в разных ситуациях. Если в детстве с этой матерью была тесная связь, то со временем диапазон проявления этой потребности будет увеличиваться. Теперь речь идет не только об установлении тесной эмоциональной связи с близкими людьми, но и о попытке превратить ее в «главный элемент чего-либо» (Блейер).

Наши исследования показывают, что мотивация принадлежности многогранна, включая необходимость общаться с людьми, принадлежать к группе, взаимодействовать с другими, помогать другим и получать помощь от других. Поскольку она состоит из сложных мотивов, таких как принятие, она состоит из сложных мотивов, таких как принятие. стала предметом специального исследования социальных психологов. Этому явлению, процессу давали разные определения, но чаще всего мотивация аффилиации – это стремление человека находиться в кругу людей, общаться с ними, быть признанным ими, иметь с ними позитивные личностные взаимодействия. установка и обслуживание понятны.

В рамках нашего исследования и на основе исследований отечественного ученого Н. Норкуловой аффилиация (общение, общение) означает установление общения с людьми (знакомыми, незнакомыми и менее знакомыми людьми) для создания удовлетворения обеих сторон, обогащения процесса общения. с содержанием, и мы можем сделать суждение о том, что понимается определенный класс социальных взаимодействий, которые поощряют вход и выход [7].

Мотив принадлежности имеет ряд уникальных функций, которые систематизированы следующими сторонниками: Г.М. Андреева, А.А. Бодалёв, Б.Ф. Ломов, А.А. Оно изучалось в научных исследованиях Леонтьева и других.

Исследователь Генри А. Мюррей выделяет четыре типа потребности в связи между людьми [Х. Хекхаузен]:

1. Аффилиативная потребность (потребность в объединении).
2. Потребность в отвержении (отрицание объектов, исключение).
3. Потребность в лидерстве (защите).
4. Потребность в поддержке (обращение за помощью, защитой).

Опыт разделения мотива аффилиации на компоненты был представлен А. Меграбяном на основе результатов ряда экспериментальных работ, и автор разделяет этот мотив на два мотиватора: ориентацию на аффилиацию и мотиваторы страха быть отвергнутыми. Их основа лежит в успехе или неудаче межличностных взаимодействий [8].

Исследователь А. Маслоу выдвигает концепцию потребности в аффилиации как первой социогенной потребности ребенка. По Маслоу, человек рождается только с физиологическими потребностями. Через определенный период у ребенка появляются первые признаки социальной связи и избирательной любви к другим. Через определенный промежуток времени, после того, как ребенок почувствует любовь и заботу родителей, после ее удовлетворения, у него определяется стремление к самостоятельности, независимости, успеху по отношению к какой-то цели, похвале (А. Маслоу, 1999).

Поэтому делается вывод, что неудовлетворение этих потребностей в период первого онтогенеза ребенка отрицательно влияет на последующую социальную адаптацию человека к внешней среде и может даже привести к непоправимым осложнениям [9].

Это подчеркивают многие исследователи, которые считают, что закладывание особенностей личности ребенка начинается в период взаимодействия с заботящимися о нем взрослыми, и главное место занимают аффективные отношения между ними. Потребность в эмоциональной связи и любви – одна из основных потребностей, определяющих не только поведение, но и всю жизнь

человека. Недаром в психоанализе З. Фрейда и в концепциях многих психологов и психотерапевтов в основе невроза лежат нервно-психические расстройства, возникающие вследствие нелюбви и нелюбви.

Заключение:

Мотив принадлежности имеет социальный характер и научно доказано, что он является социально-психологической категорией.

Мотив принадлежности проявляется во взаимодействии представителей разных слоев населения друг с другом, а формированием этого мотива у них является гармония, объединение, помощь, взаимопонимание, помощь друг другу, поддержка друг друга при формировании основного. такие критерии, как эффективное понимание.

Российские, зарубежные и отечественные исследования, посвященные данной проблеме, интерпретировали данную проблему мотива и мотивации как психологическую категорию и подходили к этим проблемам с социально-психологической точки зрения. Эти подходы подтверждают, что мотивация аффилиации является социально-психологической категорией и социально-психологическим феноменом в групповых процессах и деятельности.

В наших теоретических исследованиях по данному вопросу проблема мотивации принадлежности трактуется органично с категориями социальной активности, социального поведения, поведения и известна как базовый мотив, оказывающий положительное влияние на стабильность социальной и духовной среды. показывает, что существует психологический закон.

Литература.

1. Алёшина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование.-Изд.2-е.-М.: Независимая фирма «Класс», 1999.-208с.

2. Хайдаров Ф.И. Формирование мотивов учения у учащихся сельских школ: Автореф.дис. ... канд. пед. наук.- Ташкент: ТГПУ, 1996. – 18 с.

3. Чориев А.И. Социальный облик современной молодёжи. -Т.:Ўзбекистон, 1996. – 150 б.

4. Творогова Н.Д. Клиническая психология. Словарь / Под ред. Творогова Н.Д. – М.: ПЕР СЭ, 2007. - 374 с.

5. Чхартишвили Ш.Н. Природа и виды социогенной потребности// проблема формирование социогенных потребностей. – Тбилиси, 1974. - С. 115-119.

6. Зейгарник Б.В.Теория личности в зарубежной психологии.- М.:МГУ,1981.– 128с.

7. Jabborov X.X. “O’smirda milliy tarbiya shakllanishining psixologik qonuniyatlari”. Oriental Renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences.VOLUME 2 | ISSUE 1 ISSN 2181-1784 Scientific Journal Impact Factor. SJIF 2021: 5.423.

8. Жабборов Хазрат Хусенович. The influence of psychological protective mechanisms in the formation of the ideological immunity in adolescents. European journal of psychological research vol. 4 No.1, 2017 ISSN 2057-4794.

9. Jabborov Kh.Kh.. The study of the problem of national education by eastern thinkers. International Journal of Pedagogics (ISSN – 2771-2281) VOLUME 03 ISSUE 02 Pages: 14-20 SJIF IMPACT FACTOR (2021: 5. 705) (2022: 5. 705) (2023: 6. 676) OCLC – 1121105677/ Online Link:- http://theusajournals.com/index.php/ijp/article/view/765

ВЛИЯНИЕ МОБИЛЬНЫХ ТЕЛЕФОНОВ НА КОГНИТИВНЫЕ СПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ

Санина М.В.
(Россия)

Аннотация. *Данная статья исследует роль и влияние мобильных телефонов на навыки мозга усваивать и обрабатывать информацию об окружающем мире посредством памяти, внимания, когнитивной гибкости и других когнитивных способностей у студентов. Чрезмерное использование мобильных телефонов негативно влияет на психическое здоровье человека, в статье обращено внимание на отрицательные аспекты использования мобильных телефонов. Автор провел исследование, свидетельствующее о влиянии мобильных телефонов на психическое здоровье студента.*

Ключевые слова: *мобильный телефон, когнитивные способности, психоэмоциональное состояние, психическое здоровье, студент.*

Abstract. *This article examines the role and influence of mobile phones on the brain's ability to assimilate and process information about the surrounding world through memory, attention, cognitive flexibility and other cognitive abilities in students. Excessive use of mobile phones negatively affects a person's mental health, the article draws attention to the negative aspects of using mobile phones. The author conducted a study indicating the influence of mobile phones on the mental health of a student.*

Keywords: *mobile phone, cognitive abilities, psycho-emotional state, mental health, student.*

Современные технологии являются неотъемлемой частью нашей жизни. Сегодняшние мобильные телефоны являются естественными спутниками взрослых и детей в современном мире, сейчас трудно себе представить даже день без мобильного телефона[2]. Мобильные телефоны проникают во все сферы нашей жизни, делают ее более познавательной и интересной, при этом они облегчают нашу жизнь. Каждый студент не представляет своей жизни без мобильного телефона, т.к. он помогает в быстром и доступном получении информации, обеспечивает коммуникацию посредством общения с друзьями, просмотра различного контента, проведения исследований на базе интернет-платформы Google Forms и других источников и многое другое [5].

Но при этом каждый абонент прекрасно понимает неблагоприятные последствия для здоровья в результате использования сотовой связи вследствие электромагнитного излучения. При использовании мобильных телефонов каждый из нас добровольно подвергает электромагнитному облучению свой головной мозг и находящиеся во внутреннем ухе сложные нервные образования, которые непосредственно связаны с деятельностью слухового и вестибулярного анализаторов, а также сетчатку глаза [1]. Кроме того, в современной психологии большое внимание уделяется интернет зависимости от мобильных телефонов у взрослых и детей, что подтверждается множеством исследований, направленных на изучение вредных воздействий, которые интернет-зависимость оказывает на повседневную жизнь и общее психическое и физическое состояние человека [4].

Для установления влияния мобильного телефона на студента была проведена исследовательская работа, целью которой было изучить влияние мобильных телефонов на когнитивные способности [6].

Материалы и методы. В экспериментальной части исследования изучались когнитивные способности у группы студентов по трем критериям: при непосредственном использовании телефона, телефон находился рядом с испытуемым, вне использования телефона. Исследование проводилось на определение уровня концентрации внимания (тест Пьерона-Рузера), избирательности внимания (методика Мюнстенберга), скорости ориентировочно-поисковых движений взора, объема внимания (таблицы Шульте).

Результаты исследования и их обсуждение. По результатам проведенного исследования группа из 12 студентов показала следующие результаты: тест Пьерона-Рузера: при непосредственном использовании телефона - 80 % респондентов показали низкий уровень концентрации внимания, снижение уровня концентрации внимания имело место и при наличии факта нахождения телефона вблизи испытуемых – 24% респондентов; методика Мюнстенберга: избирательность внимания при непосредственном использовании телефона у 47% респондентов была на низком уровне, 21% респондентов показали низкий уровень избирательности внимания в тот момент, когда телефон находился рядом с испытуемым; таблицы Шульте: 94 % респондентов при непосредственном использовании телефона показали низкую скорости ориентировочно-поисковых движений взора и объема внимания. Нахождение телефона рядом с испытуемым повлияло на 17% респондентов.

Экспериментальное изучение влияния мобильных телефонов на когнитивные способности студентов, установило, что использование мобильных телефонов влияет на когнитивные способности студента, во-первых, телефоны перенаправляют ориентацию сознательного внимания студента с основной задачи на мысли или поведение, связанное с телефоном, во-вторых телефоны могут перенаправлять распределение ресурсов внимания между выполнением основной задачи и подавлением внимания к телефону. Постоянное переключение внимание у студентов на мобильный телефон приведет к отвлечению внимание как к норме. А так как процесс запоминания в головном мозгу зависит от глубины переработки информации, то переключение внимания с информации на мобильный телефон приведет к снижению когнитивных способностей и к поверхностному восприятию информации, которая не будет задерживаться в памяти.

Только в одном варианте исследования «вне использования телефона» концентрация внимания студентов не пострадала, т.к. простое отсутствие мобильного телефона в зоне видимости студента позволяет ему полностью сосредоточится на выполнении поставленной перед ним задачи. Было установлено следующее: при взаимодействии со своими телефонами или при нахождении их в зоне видимости у студентов страдает производительность, в следствие чего снижается уровень концентрации внимания. Выявленная взаимосвязь может иметь значение при получении знаний последними в рамках образовательного процесса.

Выводы. Проведенный эксперимент выявил наличие отрицательного влияния мобильного телефона на когнитивные функции студентов вследствие поверхностного запоминания информации с потерей смыслового восприятия. Многозадачность в переключении внимания студентов не способствует запоминанию информации, а приводит к нарушениям когнитивных функций в следствие формирования повышенной восприимчивости к постоянному переключению внимания.

Биографический список

1. Бруев И.А. Влияние мобильных телефонов на психическое и физическое здоровье студентов (номофобия) // Научные известия. 2022. № 27. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-mobilnyh-telefonov-na-psihicheskoe-i-fizicheskoe-zdorovie-studentov-nomofobiya (дата обращения: 28.08.2024).

2. Данилова М.А. Интернет-социализация студенческой молодежи: специфика мотивации сетевого поведения: Дис. канд. социол. наук. Саратов, 2009. — 139 с.

3. Козулина Н.С., Карачев А.Ю., Ахмедзянова Е.В. Фаббинг – неблагоприятный фактор в формировании компетенций у студентов вузов // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал), Modern Research of Social Problems. – 2016. – № 10 (66).

4. Котова С.А. Интернет-зависимость у детей и подростков: риски, диагностика и коррекция. — СПб.: изд-во ВВМ, 2023. — 212 с.

5. Лучинкина А.И. Специфика интернета как института социализации // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2019. № 1. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/spetsifika-interneta-kak-instituta-sotsializatsii (дата обращения: 28.08.2024).

6. Суходолова Е.А. Актуальные тенденции исследования различных видов цифровой зависимости // Скиф. 2022. № 12 (76). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/aktualnye-tendentsii-issledovaniya-razlichnyh-vidov-tsifrovoy-zavisimosti (дата обращения: 28.08.2024).

PSYCHOLOGICAL METHODS OF IMPROVING THE SELF-MANAGEMENT OF ATHLETES

Sattorov M.E.
(Bukhara, Uzbekistan)

Annotation. *Self-government plays a key role in the personal development of sports school students, contributing to the formation of independence, responsibility and leadership qualities. This article discusses the research methodology for improving self-government among students of sports schools. The main focus is on methods, approaches and tools that can be used to analyze and assess the level of self-government.*

Methods. *“Method of regulating one’s own behavior”, chosen based on the goals and objectives of our initial research.*

Results. *According to the analysis of the results of the first "planning" factor of the methodology, the 8th grade students recorded a high result. Individual characteristics of setting and supporting goals, conscious planning of activities, stability, and independent promotion of activity goals were identified in 8th grade students. In 6th grade students, it was observed that the need for planning in subjects is less developed, goals change frequently, and goals are set depending on the situation.*

Key words: *Intrinsic motivation, extrinsic motivation, goal setting, self-control, perseverance, determination.*

Аннотация. *Самоуправление играет ключевую роль в развитии личности учащихся спортивных школ, способствуя формированию самостоятельности, ответственности и лидерских качеств. В данной статье рассматривается методика исследования совершенствования самоуправления у учащихся спортивных школ. Основное внимание уделяется методам, подходам и инструментам, которые могут быть использованы для анализа и оценки уровня самоуправления.*

Методы. *«Метода регулирования собственного поведения», выбранного исходя из целей и задач нашего первоначального исследования.*

Результаты. *По результатам анализа результатов первого «планирующего» фактора методики у учащихся 8 классов зафиксирован высокий результат. У учащихся 8-х классов выявлены индивидуальные особенности постановки и поддержки целей, сознательного планирования деятельности, устойчивости и самостоятельного продвижения целей деятельности. У учащихся 6 классов отмечено, что потребность в планировании по предметам развита менее развита, цели часто меняются, а задачи ставятся в зависимости от ситуации.*

Ключевие слова: *Внутренняя мотивация, Внешняя мотивация, Целеполагание, Самообладание, Настойчивость, Решительность*

Introduction. Improving self-government is an important aspect in the training of athletes, as it allows them to develop skills of self-organization and self-control. Sports school students often face high levels of stressful situations and the need to make quick and informed decisions, which makes self-management skills especially important.

Research Methodology

1. Defining the goals and objectives of the study

o Purpose of the study: identifying effective methods and approaches to improving self-government among students in sports schools.

o Research objectives: analyzing the current state of self-government, developing recommendations for its improvement, evaluating the effectiveness of the measures implemented.

2. Research methods

o Questionnaires: conducting surveys among students and coaches to identify the level of self-government and the factors influencing its development.

o Observation: observing students' behavior during training and competitions.

o Interviews: conducting in-depth interviews with students, coaches, and parents to obtain high-quality information about self-government processes.

o Document analysis: studying curricula, training programs, and other documents related to the educational process in sports schools.

3. Conducting the study

o Forming a sample: determining the number and composition of study participants (students of different age groups, coaches, and parents).

o Data collection: conducting questionnaires, observations, and interviews.

o Data processing: using statistical methods to analyze the information obtained.

Results and discussion

As a result of the study, key factors influencing the level of self-government of students in sports schools were identified, and recommendations for its improvement were developed. Among them:

• Implementation of special trainings and programs aimed at developing leadership qualities and self-government skills.

• Increasing the role of mentoring and feedback from coaches.

• Development of a system of incentives and motivating events.

Main psychological aspects of self-government

1. Motivation. Motivation is the driving force of self-government. There are internal and external motivations, which influence students' behavior in different ways. It is important to develop internal motivation, which promotes independence and resistance to external influences.

2. Strong-willed qualities. Will is a person's ability to consciously regulate their activities and overcome difficulties. The development of strong-willed qualities, such as persistence, determination, and self-control, is necessary for effective self-government.

3. Self-esteem. Adequate self-esteem allows students to objectively assess their abilities and achievements, which helps set realistic goals and increase self-confidence.

4. Stress resistance. The ability to manage stress and maintain emotional balance in difficult situations is an important aspect of self-government. This requires relaxation techniques, meditation and other methods of psychological self-regulation.

The forms of self-government in a sports school as an institution of additional education are the pedagogical council, the general meeting of the work collective, the coaching councils of the departments and other forms. In order to practically implement the collegiality of making certain decisions in sports schools, a pedagogical council is created under the chairmanship of the director, which includes deputy directors, senior coaches-teachers, instructors-methodologists, medical workers, representatives of sports organizations and the parent committee. The pedagogical council meets at least once a quarter and discusses the main issues of the school's work, the experience of training young athletes, the results of activities in various areas. Coaching councils are created in the departments for sports, which analyze the training methods, discuss the staffing of teams, etc. Persons who are admitted to teaching activities in a sports school are, as a rule, those who have higher or secondary vocational education and who meet the requirements of the qualification characteristics determined for the relevant positions of teaching staff.

The staffing schedule of a sports school is established by its management independently depending on the goals and objectives, financial capabilities, taking into account the qualifications of employees (determined on the basis of the tariff and qualification characteristics established for physical education and sports workers, other specialists, employees and workers), as well as the calculation of the number of students who fall into certain stages of training in the current academic year according to their skill level and length of service.

The procedure for recruiting personnel for a sports school is regulated by its charter. The relationship between an employee of a sports school and its administration, regardless of the form of ownership and organizational and legal form, is regulated by an employment contract, the terms of which cannot contradict the labor legislation of the Russian Federation.

Financial management of a sports school. The sports school, being a legal entity, has a current and other accounts in banking institutions, an independent balance sheet, maintains accounting and office work, and provides financial and statistical reporting in accordance with the established procedure. The basis of state guarantees for children of the Russian Federation to receive opportunities to engage in sports ive school is state and municipal funding.

The presence of individual characteristics and unique qualities in the pupils of the sports school serves to improve their self-government. As we have already mentioned above, analyzing the indicators of self-government in students of sports schools, paying serious attention to its specific psychological factors is important in ensuring the socio-psychological development of the pupil. From this point of view, in order to have detailed information about flexibility, persistence, endurance and self-control in emotional situations that are typical for students of sports schools, special studies were conducted on the issue of collecting empirical data and. the question was raised about the analysis of its results based on socio-psychological requirements. This paragraph is supposed to describe the analysis of empirical data obtained by introducing additional scientific explanations into this issue.

Let us move on to the analysis of the preliminary results obtained using the "Method of regulating one's own behavior", chosen based on the goals and objectives of our initial study.

Studying the process of self-management of a person is extremely complex and problematic, but perhaps the most difficult is the problem of studying his management function - the basic universal function that permeates all his levels and structures. The problem of managing activities in the changing conditions of the surrounding reality is of great importance in the life of any person. allows to form some kind of general conceptual base for transition.

V.A. Nagornaya distinguishes a developed humanist position and the acquisition of basic moral knowledge, which consists of the ability to recognize the situation, evaluate them objectively, and determine the possibilities of action in each specific situation, as components of self-management. According to V. Morosanova [85], these components can be related to planning, modeling and evaluation of the result. According to the results of the presented research, it was concluded that the majority of high school students (and first-year students) cannot independently find a way out of a problematic situation, that is, they have not formed self-control.

The specified components of self-management can be formed in old age, as well as in conditions of psychological and educational support. I.V. Lysenko also notes that there are differences in the level of self-management due to different levels of formation of personal assessment of the situation, possibilities and directions of activity. The results of these studies describe the individual characteristics of self-management, which do not take into account its relationship with the main activities of students. Due to the fact that the educational activities of students of secondary special vocational education are mainly focused on the development of specific professional knowledge and skills, self-management may have its own characteristics.

According to the research results of I.V. Soloveva, the indicators of self-management are directly related to the direction of the student to acquire a profession [119]. Thus, the more a student pays attention to the acquisition of knowledge and skills in a certain professional activity, the higher the probability of the formation of individual components or self-management in general. Summarizing the material presented in this paragraph, we can say that students of secondary special education organizations have personal characteristics typical of adolescence. Despite the fact that the problem of professional self-determination was solved by them before the beginning of training, the difficulties related to this, as well as secondary professional self-determination, continue to affect the development of students. This is manifested in the formation of professional identity, in making life plans, and in the adolescent crisis. The organization of the educational process in the conditions of secondary vocational education has a great influence on the formation of certain characteristics of the person, including self-management. Here, the main features are continuing educational work and practice-oriented training of professional knowledge and skills, similar to the school system in a number of ways.

Self-control is an important aspect of a person and plays an important role in the development of willpower. A person who has adequate self-control has such characteristics as subjugating his feelings to reason and making clear decisions in various situations. In addition, through self-control, the subject controls his emotional state. Based on the researched scientific sources, the predominance of the following characteristics in the students of the sports school served as the basis for the creation of the psychocorrective program of our study:

- self-control in emotional situations;
- adequate self-management;
- self-awareness;
- self-management in socialization;
- formation of a regulatory function;
- self-management in activities;

- to be able to set a goal.

Through these characteristics of sports school students, we conducted psychocorrective work based on the initial empirical data obtained.

Based on the above scientific analysis, it can be said that it is appropriate to analyze the mutual adequate relations affecting self-management of sports school students and to develop corrective programs through these analyses.

Analysis of preliminary results obtained using the method of behavioral regulation (n=280)

Factors	**Mean (M) differences** 6th grade n=160	8th grade n=120 t	**Differences** **t**
Planning	5,1	7,4	-2,2*
Modeling	6,1	8,6	-2,4*
Programming	5,8	4,9	-1,1
Results evaluation	5,7	8,6	-3,2*
Flexibility	6,4	8,3	-2,4*
Independence	7,1	9,2	-2,2*

The training sessions used in the formative part of the study are aimed at the formation of self-control, the management of emotional states and the processes of self-control in emotional states, as well as the development of volitional self-control in sports school students. . After the completion of the training sessions, the psychodiagnostic examination was conducted again with the test students using appropriate methods and the results were analyzed.

Now let's move on to the analysis of the comparative results obtained through the "Method of regulating one's own behavior" and voluntary self-management methods.

Analysis of the comparative results obtained through the "method of regulating one's own behavior" and voluntary self-management methods (n=310)

Factors	*Group*	*Treningdan oldingi*		*Treningdan keyingi*		*Farqlanish*	
		M_1	S_1	M_2	S_2	*t*	*p*
Persistence	*Experimental group (n=150)*	*6,2*	*1,5*	*9,7*	*1,4*	*-3,3*	*0,05*
	Experimental group (n=130)	*6,4*	*1,4*	*7,3*	*8*	*-1,3*	*0,17*
Self-management	*Experimental group (n=150)*	*5,5*	*1,3*	*7,9*	*1,6*	*-2,6*	*0,05*
	Experimental group (n=130)	*6,8*	*1,3*	*7,2*	*1,5*	*-1,4*	*0,22*
Planning	*Experimental group (n=150)*	*11,8*	*1,4*	*13,8*	*1,3*	*-2,7*	*0,05*
	Experimental group (n=150)	*12,7*	*1,4*	*13,3*	*1,4*	*-1,5*	*0,21*
Independence	*Experimental group (n=130)*	*12,3*	*1,6*	*14,7*	*1,7*	*-2,7*	*0,05*
	Experimental group (n=150)	*13,4*	*1,4*	*13,8*	*1,3*	*-0,9*	*0,23*

Flexibility	*Experimental group (n=130)*	*13,2*	*1,5*	*15,3*	*1,4*	*-2,9*	*0,05*
	Experimental group (n=150)	*14,3*	*1,4*	*14,7*	*1,2*	*-1,4*	*0,22*
Evaluation of results	*Experimental group (n=130)*	*11,0*	*2,2*	*15,2*	*1,6*	*-2,5*	*0,05*
	Experimental group (n=150)	*12,2*	*1,8*	*13,2*	*1,5*	*-1,4*	*0,13*

Conclusion

The following conclusions are presented as a result of the dissertation research on "Pedagogical-psychological features of improving self-management of sports school students":

1. Based on the results of the research, individual-psychological, motivational characteristics, volitional self-control, volitional qualities, regulation of one's behavior, self-control in emotional situations, characteristic of sports school students, etc. the existence of aspects has been proved.

2. Among the students of the sports school, factors such as "responsibility", "courage", "independence", "perseverance", "firmness" and "aspiration to the goal" were also found to be leading.

3. Situational reflection affecting volitional self-control, direct self-control in the manifestation of a situation related to human behavior in a real situation, understanding of its components, analysis and sub 8th grade students' ability to relate their actions to the situation, to coordinate them according to the changing conditions and their own situation.

4. The higher the desire of the students of the sports school towards the goal, the more determination to overcome difficulties and obstacles, as well as the desire to act in order to achieve results, a certain plan of action and a sense of priority. presence not only prepares the ground for future achievements, but also increases boldness and is correlated with all components of self-assertive behavior and behavioral self-control.

5. Factors such as self-control and quick decision-making and emotional control of sports school students in various situations during training and sports activities were determined.

As a result of the dissertation research, the following practical recommendations were developed:

1. In the process of activity, serious attention should be paid to the creation and development of a sense of responsibility for personal behavior when working with students whose self-management is not sufficiently formed.

2. It is necessary to take into account young characteristics in the formation of self-management in sports school students.

3. It is appropriate to use gestalt therapy methods in the development of voluntary qualities such as responsibility, determination, and initiative in sports school students.

4. In the development of moral qualities such as responsibility, discipline, steadfastness, principle, sense of duty, diligence, persistence, initiative, stability, tolerance, perseverance, courage, hard work, organization, cheerfulness in the students of the sports school. - it is necessary to pay attention to the inculcation of moral values.

5. Implementation of necessary measures to prevent negative emotional situations during education and sports training of students studying at a sports school.

Literature.

1. Сатторов М. Особенности эмоционального интеллекта спортсменов в индивидуальных и командных видах спорта //Физическое воспитание, спорт и здоровье. – 2020. – №. 1.

2. Условия эффективного повышения уровня физической подготовленности студентов Г.К. Саидов - Nexus: Журнал перспективных инженерных исследований, 2022/12/24

3. Психо-эмоциональные состояния и стрессовой терпимость у спортсменов Г.К. Саидов, Н.С. Ахмедов Образовательные исследования в области универсальных наук 2 (13), 517-520

МЕХАНИЗМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

Сетекова Г.А.
(г. Нукус, Каракалпакстан)

Аннотация. *В статье рассматриваются механизмы психологической защиты в экстремальных ситуациях, которые включают кризисные моменты, чрезвычайные происшествия и стрессовые условия. Психологическая защита представляет собой сложный комплекс психических процессов, направленных на минимизацию негативного воздействия экстремальных ситуаций на психическое состояние человека. Анализируются основные типы защитных механизмов, такие как отрицание, проекция, регрессия и рационализация, а также их роль в адаптации и сохранении психического здоровья. В статье также уделяется внимание специфическим стратегиям психологической защиты, которые используются в различных экстремальных условиях, включая военные конфликты, стихийные бедствия и ситуации личной угрозы. Особое внимание уделяется влиянию этих механизмов на эффективность принятия решений и общую устойчивость личности.*

Ключевые слова: *психологическая защита, экстремальные ситуации, стресс, кризис, защитные механизмы, адаптация, психическое здоровье.*

Abstract. *The article explores the mechanisms of psychological protection in extreme situations, which include crisis moments, emergencies, and stressful conditions. Psychological protection is a complex set of mental processes aimed at minimizing the negative impact of extreme situations on a person's mental state. The paper analyzes key types of defense mechanisms, such as denial, projection, regression, and rationalization, and their role in adaptation and maintenance of mental health. It also focuses on specific psychological protection strategies used in various extreme conditions, including military conflicts, natural disasters, and personal threats. Special attention is given to the impact of these mechanisms on decision-making effectiveness and overall personal resilience.*

Keywords: *psychological protection, extreme situations, stress, crisis, defense mechanisms, adaptation, mental health.*

Введение. Более полно концепция механизмов психологических защит представлена А. Фрейд, в частности в ее работе "Психология Я и защитные механизмы", русскоязычный вариант которой издан в 1993 году. Рассматривая психологические защиты как один из механизмов адаптации и интеграции личности, она полагала, что они есть бессознательные, приобретенные в процессе развития личности способы достижения Я компромисса между противодействующими силами Оно или Сверх-Я и внешней действительностью.

Механизмы психологической защиты направлены на уменьшение тревоги, вызванной интрапсихическим конфликтом. А. Фрейд (вслед за своим отцом З. Фрейдом) считала, что защитный механизм основывается на двух типах реакций

1. блокирование выражения импульсов в сознательном поведении;

2. искажение их до такой степени, чтобы изначальная их интенсивность заметно снизилась или отклонилась в сторону.

Начиная с З. Фрейда и в последующих работах специалистов неоднократно отмечается, что привычная для личности в обычных условиях защита, в экстремальных, критических, напряженных жизненных условиях обладает способностью закрепляться, приобретая форму фиксированных психологических защит. Это может "загнать в глубь" внутриличностный конфликт, превратив его в бессознательный источник недовольства собой и окружающими, а так же способствовать возникновению особых механизмов названных З. Фрейдом сопротивлением.

Один из концептуальных подходов к психологическим защитам, представлен Ф.В. Бассиным. Здесь психологическая защита рассматривается как важнейшая форма реагирования сознания индивида на психическую травму.

Другой подход содержится в работах Б.Д. Карвасарского. Он рассматривает психологическую защиту как систему адаптивных реакций личности, направленную на защитное изменение значимости дезадаптивных компонентов отношений – когнитивных, эмоциональных, поведенческих – с целью ослабления их психотравмирующего воздействия на Я – концепцию. По их мнению, этот процесс происходит, как правило, в рамках неосознаваемой деятельности психики с помощью целого ряда механизмов психологических защит, одни из которых действуют на уровне восприятия (например, вытеснение), другие – на уровне трансформации (искажения) информации (например, рационализация). Устойчивость, частое использование, ригидность, тесная связь с дезадаптивными стереотипами мышления, переживаний и поведения, включение в систему сил противодействия целям саморазвития делают такие защитные механизмы вредными для развития личности. Общей чертой их является отказ личности от деятельности, предназначенной для продуктивного разрешения ситуации или проблемы.

Вместе с тем, в современных публикациях, посвященных обсуждаемой проблеме, единодушно признается тот факт, что механизмы защиты находятся между потребностью личности и ее удовлетворением. Отсюда – защита есть зеркальное отражение возможного, но не реализованного личностью процесса мотивации или отражение неосуществленных, но в прошлом желаемых целей. Тогда непродуктивность для личности действия психологических защит связана с несовпадением целей и средств их достижения в поведении человека или нарушением меры в соотношении мотива и сил, затраченных на его реализацию, или поведением человека прямо противоположным целям.

Таким образом, психологическая защита – это естественное противостояние человека окружающей среде. Она бессознательно предохраняет его от эмоционально-негативной перегрузки. Все кажущиеся разнообразными техники можно свести, в принципе, к единой функции: "Что бы ни делать, как бы ни делать, лишь бы достичь комфортного состояния, безопасности". Защита не есть "встроенная" от рождения личностная структура. В процессе социализации защитные механизмы возникают, изменяются, перестраиваются под влиянием социальных воздействий. В конечном итоге психологические защиты становятся способом существования нереализуемых влечений, желаний, потребностей.

Все защитные механизмы обладают двумя общими характеристиками:

* они действуют на неосознаваемом уровне и поэтому являются средствами самообмана;

* они искажают, отрицают, трансформируют или фальсифицируют восприятие реальности, чтобы сделать тревогу менее угрожающей для индивидуума.

Следует также заметить, что люди редко используют какой-либо единственный механизм защиты – обычно они применяют различные защитные механизмы для разрешения конфликта или ослабление тревоги.

Функции психологических защит, с одной стороны, можно рассматривать как позитивные, поскольку они предохраняют личность от негативных переживаний, восприятия психотравмирующей информации, устраняют тревогу и помогают сохранить в ситуации конфликта самоуважение. С другой стороны, они могут оцениваться и как негативные. Действие защит обычно непродолжительно и длится до тех пор, пока нужна "передышка" для новой активности. Однако, если состояние эмоционального благополучия фиксируется на длительный период и по сути заменяет активность, то психологический комфорт достигается ценой искажения восприятия реальности, или самообманом.

Психологическая защита, искажая реальность с целью сиюминутного обеспечения эмоционального благополучия, действует без учета долговременной перспективы. Ее цель достигается через дезинтеграцию поведения, нередко связанную с возникновением деформаций и отклонений в развитии личности.

Как известно, в различные классификации защит положены специфические критерии: блокировка или искажение информации; степень активности личности в формировании защит; особенности переработки информации, подлежащей "недопуску" к сознанию; природа препятствий, с которыми сталкивается субъект; результат защиты – достижение награды или избегание опасности; базисность или вторичность защит и др. Из разнообразных критериев, представленных в научных и практико-ориентированных источниках, нами были отобраны три показателя:

1. защиты, опосредующие восприятие информации;

2. защиты, опосредующие различные формы искажения (трансформации) информации;

3. защиты, основанные на первичных примитивных формах психических проявлений.

На основе этих показателей выделены три группы психологических защит, условно обозначенные как "естественные" психологические защиты (первая группа, сформированная на основе доминирования первого показателя), "интегративные" (доминирование второго показателя), "ретрозащиты" (доминирование третьего показателя).

Естественные" психологические защиты

Первую группу защитных механизмов можно условно обозначить как "естественные", потому что входящие в нее психологические защиты опосредуют и формируют перцептивные процессы личности, особенности восприятия различной информации о себе и об окружающем мире.

Общим для этой группы защит является невостребованность анализа содержания информации. Здесь главное – блокирование информации, бессознательное исключение ее из сферы сознания:

* вытеснение,

* подавление,

* аскетизм,

* нигилизм.

* Вытеснение

Понятие вытеснения – одно из основных в психоанализе, введенное З. Фрейдом, и за его пределами не имеет специального психологического значения.

С позиций психоанализа, вытесненное из сознания переживается забывается человеком, но сохраняет в бессознательном присущую ему психическую энергию влечения (катаксис). Стремясь вернуться в сознание, вытесненное может ассоциироваться с другим вытесненным материалом, формируя психические комплексы. Со стороны Я (Эго) требуются постоянные затраты энергии на поддержание процесса вытеснения. Нарушение динамического равновесия при ослаблении защитных механизмов – антикатексисов – может привести к возвращению в сознание ранее вытесненной информации.

Подавление – более сознательное, чем при вытеснении, избегание тревожащей информации, отвлечение внимания от осознаваемых аффектогенных импульсов и конфликтов (Психотерапевтическая энциклопедия. Под ред. Карвасарского Б.Д. Спб., 1998 г.). Лапланис Ж. и Ж.-Б. Понталис в "Словаре по психоанализу" дается следующее определение механизма подавления –50; это психическая операция, направленная на устранение из сознания неприятного или неуместного содержания идеи, аффекта и т.д. В этом смысле вытеснение выступает как особый вид подавления.

Специфика действия механизма подавления заключается в том, что в отличие от вытеснения, когда бессознательной оказывается сама вытесняющая инстанция (Я), ее действия и результат, он, напротив, выступает как механизм работы сознания на уровне "второй цензуры", (расположенной, по Фрейду, между сознанием и подсознанием), обеспечивая исключение какого-то психического содержания из области сознания, а не о переносе из одной системы в другую. С точки зрения динамики, ведущую роль в подавлении играют этические мотивы.

Интегративные" психологические защиты

Эту группу условно можно обозначить как "преобразование информации с помощью различных механизмов защиты". В отличие от первой, защиты, входящие в эту группу, связаны с бессознательной оценкой содержания неугодной для личности информации, ее изменением, неадекватностью оценки.

В результате действия этих защит личность начинает обладать неадекватной реальности информацией и жить в мире иллюзий. В качестве таких механизмов психологической защиты будут рассмотрены:

* агрессия;
* десакрализация;
* идеализация;
* проекция;
* трансформация;
* идентификация;
* играние роли;
* инверсия:
* реактивное образование,
* обратное чувство,
* формирование реакции,
* мартиризация,
* образование симптомов;
* юмор;
* эмоциональное выгорание;
* обесценивание;
* рационализация;
* компенсация:
* сублимация,
* субституция,
* фасад, маска, экранирование;,

* интеллектуализация;
* интроекция;
* ретрофлексия.

Вымещение – защитный механизм, направляющий негативную эмоциональную реакцию не на психотравмирующую ситуацию, а на объект, не имеющий к ней отношения. Этот механизм создает как бы "замкнутый круг" взаимовлияния людей друг на друга. та форма психологической защиты широко растространена в различного типа взаимоотношений и ее профилактика может заключаться в развитии и формировании умений находить компромиссы в конфликте, сохранять консенсус или спокойно отказываться от взаимоотношений с кем-то, если они уже изжиты.

Проекция. Психоаналитическое понимание проекции как защитного механизма начинается с работ З. Фрейда, впервые обнаружившего проекцию в паранойе и ревности, когда у человека вытесненные чувства, тревога и страх коренятся в нем самом и бессознательно переносятся на окружающих. Именно этот защитный механизм вызывает чувство одиночества, изолированности, зависти, агрессивности.

В таких ситуациях индивид, не осознавая что-либо в себе самом, может бессознательно достаточно точно "отслеживать" это в других людях. Проекция основывается на том, что личность бессознательно приписывает другим людям качества, которые присущи самому проецирующему и которые он не хочет иметь, не хочет осознавать.

Показано, что чаще действие защитного механизма проекции характерно для интровертов. Если личностное Я постоянно находится под строгим самоконтролем, то проекция является основой чрезмерного морализирования, ханжества, педантизма по отношению к окружающим и влечет за собой формирование презрения и недоверия к другим людям, с одной стороны, и страх перед ними – с другой стороны. Это, в свою очередь, провоцирует у индивида враждебное восприятие окружающих и формирование оборонительных стратегий, направленных на мнимых врагов.

Законы проекции показывают, почему нельзя обращаться за психологической помощью к друзьям, знакомым, случайным "специалистам" – они будут советовать делать то, на что не решились бы сами. Об этом нельзя забывать профессиональному психологу и другим специалистам, работающим с людьми.

Экстремальные ситуации, будь то природные катастрофы, военные конфликты, или чрезвычайные происшествия, оказывают значительное влияние на психологическое состояние человека. В таких условиях стресс и страх могут существенно повлиять на поведение, когнитивные функции и общее психическое здоровье. Психологическая защита становится ключевым элементом для поддержания психического равновесия и преодоления трудностей.

Психологические механизмы защиты.

1. Когнитивная диссонансная теория. Когнитивная диссонанс возникает, когда сталкиваются противоречивые когнитивные элементы, что вызывает внутренний дискомфорт. В экстремальных ситуациях это может проявляться в виде отрицания реальности или минимизации угрозы. Например, человек может воспринимать опасность как менее значимую, чем она есть на самом деле, чтобы снизить уровень стресса.

2. Механизм Рационализации. Рационализация – это процесс, при котором человек пытается объяснить или оправдать свое поведение, чтобы уменьшить эмоциональную нагрузку. В условиях стресса люди могут объяснять свои действия и выборы как логичные и обоснованные, даже если они на самом деле не являются

таковыми. Это позволяет уменьшить тревожность и сохранить психологическое равновесие.

3. Проекция. Проекция заключается в том, что человек переносит свои собственные негативные чувства и мысли на других людей. В экстремальных ситуациях это может проявляться в обвинении окружающих в возникших проблемах или неудачах. Это позволяет избегать внутреннего конфликта и ответственности.

4. Психологическая регрессия. Регрессия – это возвращение к более ранним стадиям развития в ответ на стрессовые ситуации. В условиях экстрима это может выражаться в поведении, типичном для детства или ранней юности, когда человек чувствует себя более уязвимым и беспомощным.

5. Идентификация. Идентификация включает в себя процесс усвоения черт или черт другого человека или группы, чтобы уменьшить чувство тревоги или усилить чувство принадлежности. В экстремальных ситуациях люди могут идентифицировать себя с определенной группой или лидером, чтобы найти поддержку и чувство безопасности.

Примеры и приложения.

1. Природные катастрофы. При природных катастрофах, таких как землетрясения или наводнения, механизмы защиты, такие как отрицание и минимизация, могут помочь людям справляться с начальным шоком и адаптироваться к новым условиям. Однако важно также предоставлять психологическую помощь, чтобы предотвратить развитие долгосрочных расстройств.

2. Военные конфликты. В условиях войны люди часто сталкиваются с высокими уровнями стресса и угрозы. Механизмы, такие как проекция и рационализация, помогают справиться с внутренним конфликтом и выживанием. Психологическая поддержка и специализированные программы реабилитации играют ключевую роль в восстановлении после таких событий.

3. Чрезвычайные происшествия. В случае чрезвычайных происшествий, например, террористических атак, люди могут использовать идентификацию с группами поддержки и помощь от профессиональных психологов. Эффективные интервенции должны учитывать как краткосрочные, так и долгосрочные психологические потребности пострадавших.

Рекомендации по поддержке и реабилитации.

1. Разработка программ психологической поддержки. Создание и внедрение программ психологической поддержки и реабилитации, адаптированных под различные виды экстремальных ситуаций, поможет смягчить негативные последствия и поддержать психическое здоровье пострадавших.

2. Обучение специалистов. Обучение психологов и социальных работников специальным техникам работы с людьми, переживающими экстренные ситуации, позволит более эффективно предоставлять помощь и минимизировать психические расстройства.

3. Социальная поддержка. Установление систем социальной поддержки, включая группы взаимопомощи и поддержки, может значительно улучшить психологическое состояние людей, находящихся в экстремальных ситуациях.

4. Разработка механизмов профилактики. Профилактика и подготовка к возможным экстремальным ситуациям, включая тренинги и подготовительные курсы, помогут людям лучше справляться с будущими кризисами.

Заключение. Экстремальные ситуации представляют собой серьезный вызов для психического здоровья человека. Психологические механизмы защиты играют важную роль в преодолении стресса и адаптации к новым условиям. Эффективные стратегии и программы поддержки являются ключевыми для минимизации

долгосрочных негативных последствий и поддержания психологического благополучия.

Литература.

1. Блэкборн Р. Психология криминального поведения. СПб.: Питер. 2004. 496 с.

2. Бовина И.Б., Бовин Б.Г., Тихонова А.Д. Радикализация: социально-психологический взгляд (Часть I) [Электронный ресурс] // Психология и право. 2020. Том 10. № 3. С. 120—142. DOI:10.17759/psylaw.2020100309

3. Казберов П.Н., Бовин Б.Г. Общая характеристика лиц, осужденных за преступления экстремистской и террористической направленности [Электронный ресурс] // Психология и право. 2019. Том 9. № 1. С. 36-53. DOI:10.17759/psylaw.2019090103

4. Кернберг О.Ф. Тяжелые личностные расстройства. Стратегии психотерапии. М.: Класс, 2016. 464 с.

5. Лапланш Ж., Понталис Ж.-Б. Словарь по психоанализу. М.: Высшая школа. 1996. 623 с.

6. Лейбин В. М. Постклассический психоанализ. Энциклопедия. М.: Издательский дом «Территория будущего». 2006. Том 1. 472 с.

7. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика. Понимание структуры личности в клиническом процессе. М.: Класс. 2015. 592 с.

8. Мокрецов А.И. Избранные труды. М.:НИИ ФСИН, 2010. 275 с.

9. Оганесян С.С., Бовин Б.Г., Казберов П.Н., Дикопольцев Д. Е. Проблема распространения религиозного экстремизма в местах лишения свободы [Электронный ресурс] // Ведомости Уголовно-исполнительной системы. 2019. № 3. С. 51—59. URL: http://or.fsin.su/vedomosti/detail.php?_element_id=462214 (дата обращения: 26.01.2021).

10. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм / Под общ. ред. Н.С. Хрусталевой. СПб.: Изд-во СПГУ. 2016. 444 с.

ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЖЕНСКОЙ ЛИЧНОСТИ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

Султанова Ш.Г.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *В статье рассматриваются факторы, влияющие на формирование личности женщин в современных условиях рыночной экономики, требующей демократии и конкуренции, формирующей у них традиционные модели поведения, ценности, индивидуальную инициативу и сильную социальную активность. В связи с этим результаты проведенного автором исследования также показывают ценностную направленность и позиции социальной активности женщин.*

Ключевые слова: *проблемы формирования личности женщин, социальные роли, социальная активность, модели поведения, ценности, противоречивые тенденции в обществе.*

Abstract. *The article examines the factors influencing the formation of women's personality in the modern conditions of a market economy that requires democracy and competition, forming traditional models of behavior, values, individual initiative and strong social activity. In this regard, the results of the study conducted by the author also show the value orientation and positions of women's social activity.*

Key words: *problems of women's personality formation, social roles, social activity, models of behavior, values, contradictory trends in society.*

Переход общества к новым общественным отношениям влияет и на формирование в нем личности. По мере развития общества, по мере развития в нем личности, его непрерывное развитие идет вместе с его самосознанием. Нестабильные условия в обществе, переходный период и кризис общественного развития также меняют механизмы формирования социальной активности человека. Социальная активность связана с личностными ценностями и определяется как представления субъекта о личных ценностях, перспективных стратегических жизненных целях, ценностных ориентациях. Это психологически регулирует поведение и деятельность человека в социальной среде, определяет его характер в межличностных и социальных отношениях, обеспечивает адаптацию к социально-политическим изменениям в обществе.

В современных условиях проблемы формирования женской личности требуют решения общесоциальных вопросов общественного развития на основе комплексных подходов. Политические, экономические, социальные и демографические изменения, происходящие сегодня в мире, влияют на активность женщин, составляющих 49,7% населения Земли, их достижения в обществе, резкое снижение их социального статуса. Это создает проблемы, связанные с конфликтами в их психике и межличностных отношениях.

Сегодня повышение общественно-политической активности женщин, укрепление их позиций в государственном и общественном управлении, обеспечение их занятости является одной из приоритетных задач мировой политики. Поскольку женщины больше подходят к социальным вопросам, они борются за жизнеспособность законов, находят четкие решения проблем и принимают решения. На самом деле вклад матерей в будущее любой страны неизмерим. То есть обязанность матери через правильную организацию воспитания в семье сформировать у своих детей чувство принадлежности к

обществу, научить их чувствовать ответственность перед государством, семьей и обществом.

Поскольку развитие общества постоянно меняется, меняются и социальные мысли и взгляды. Раньше женщины занимались только домашними делами и воспитанием детей, но сейчас широкое участие женщин в общественных делах стало обычной практикой. По данным исследования ООН, более 1,8 миллиарда населения планеты составляют молодые люди в возрасте от 15 до 24 лет, причем почти 90 процентов из них проживают в развивающихся странах, и хотя обладают достаточными знаниями, но не могут реализовать свой потенциал. 267 миллионов из этих молодых людей не имеют образования или профессиональной подготовки. Две трети из них — девушки, и они занимаются неоплачиваемым семейным и домашним трудом [4, 122]. Отношение любого общества к женщинам мира определяет его культурный уровень. В связи с этим Генеральный секретарь ООН А. Гутерриш говорит: «Там, где женщины активно участвуют в политической и общественной жизни, растет экономика, укрепляется стабильность и повышается благосостояние граждан» [3].

Изменения традиционных моделей поведения и ценностей в современном обществе усугубляют проблемы, возникающие при выполнении женщинами своих традиционных обязанностей. Переход к рыночным отношениям привел к изменению психических ориентаций во многих семьях. Экономическая нестабильность вытеснила представление о том, что мужчина является единственным кормильцем в семье, и увеличила долю женщин в экономике. Однако такая ситуация заставляет женщин относиться к двум равнозначным сферам своей жизни – семье и работе. Фактически в семье, исходя из традиционных представлений, родители воспитывают девочку хозяйкой дома, а мальчика лидером и кормильцем. Однако в наши дни тот факт, что женщины проявляют свои способности в типичных для мужчин сферах: политике, предпринимательстве, зачастую противоречит традиционным взглядам окружающих. Кроме того, завышенные требования, предъявляемые к женщинам которые также сталкиваются с дискриминацией в сфере труда, мешают им совершенствоваться как личности. По мнению А. Маслоу, разделение черт личности на «мужские» и «женские» не раскрывает ее сущности, а, наоборот, вводит людей в заблуждение. Потому что качества, считающиеся в обществе мужскими, иногда более свойственны женщинам, и наоборот [4, 78].

По результатам исследования, проведенного автором в 2023 году под названием «Социально-психологические особенности как детерминанты активности женщин в обществе», 20,4 % респонденток заявили, что «женщины должны работать и делать карьеру», 63,6 % заявили, что «женщины должны работать», 7,5 % ответили, что «женщины не должны работать, они должны заботиться только о своем доме, семье и образовании своих детей», а 8,5 % ответили, что «затрудняются ответить» [5, 81]. Несомненно, женщины стремятся занять свое место в жизни общества. Развитие женской общественно-политической активности создает в обществе противоположную тенденцию. С одной стороны, рыночная экономика, требующая демократии и конкуренции, формирует у некоторых женщин индивидуальную инициативу и сильную социальную активность, а с другой стороны, такие негативные ситуации, как социальное расслоение и безработица, не перестают влиять на их важные ценности. Важнейшими ценностями в жизни женщин в современных условиях являются: 75,5 % здоровье, 71,1 % семья, 42,1 % карьера, 41,2 % финансовая безопасность, 40,6 % высшее образование, 35,5 % быть признанным обществом, 14,8 % иметь жилье, а 2,5 % иметь счастливую жизнь [5, 74]. Это означает, что сегодня женщины очень дорожат своим здоровьем и семьей. Конечно, если человек здоров, он достигнет

поставленных целей и успешно осуществит задуманное. А семья – важная ценность в развитии каждого человека, в жизни государства, в воспитании нового поколения, в обеспечении социальной стабильности и развития. Важной задачей семьи является социализация подрастающего поколения. Семья и семейные ценности – это важный фундамент, на котором строится любая человеческая жизнь. Новая эпоха общественного развития, качественные изменения во всех сферах жизни, изменение мировоззрения не могут не отразиться на психическом и социальном состоянии женщин. Это можно увидеть и в ответах участников. Например, 45,3 % респондентов выразили обеспокоенность такими проблемами, как «найти работы по своей профессии», 43,8 % «выезд за границу на учебу и работу», 36,5 % «здоровье детей», 25,8 % «владение жильем» [5, 83].

По мнению Е.А. Баллаевой, безработные женщины часто сталкиваются с ситуациями экономического насилия и находятся в экономической зависимости от своих супругов или членов семьи [1, 193]. Е.С.Балабанова отметила: «Занятость женщин работой по дому снижает их способность зарабатывать деньги, приводит к ухудшению карьерных перспектив и малой мобильности, то есть ограничивает их возможности в профессиональной сфере. Это приводит к тому, что женщины становятся более экономически зависимыми от своих мужей» [2, 47].

При этом работающие женщины имеют более высокие показатели социальной активности (U-10512 000; p<005) и профессиональной активности (U-10318 000; p<005). Потому что на работающих женщинах лежит двойная нагрузка, связанная как с профессиональными, так и с домашними обязанностями. Профессиональная деятельность неразрывно связана со стремлением личности проявить себя, работой над собой. Сегодня возрастающее участие женщин в общественной жизни требует повышения их социальной активности, изменения социокультурного статуса, обогащения их жизни, приобретения новых направлений [5, 93]. В ходе исследования, спросили: «Важно ли женщинам сегодня быть активными во всех сферах?», 89,5 % респондентов ответили «да», 5,4 % «нет», а 5,1 % «трудно ответить» [5, 84].

В заключение можно сказать, что в условиях социальных преобразований современного общества сложно повысить социальную активность населения. Именно в процессе глобализации изменение общественных мыслей и взглядов, изменение специфического для менталитета направления приводит к трансформации мужских и женских качеств личности. Поэтому необходимо пересмотреть вопрос повышения активности женщин в обществе с позиций новой эпохи. Потому что переход общества к новым общественным отношениям показывает, что формирование и подготовка социально активной личности важны во все периоды. Поскольку любые изменения в обществе приводят к ухудшению социально-психологических характеристик женщин, повышению тревожности и конфликтности, снижению эмоциональной устойчивости или инициативности, снижению социальной активности, целесообразно исследовать эти факторы и разработать меры по их устранению. Сегодня важно увеличить долю женщин по всем направлениям, а также создать для них условия для проявления своих способностей и личных качеств.

Литература.

1. Баллаева Е. А. Устойчивость современной семи в России и гендерные атношения // Настоящее и будущее семь в меняющемся мире. М.: Экон-Информ, 2015. С. 193.

2. Балабанова Е.С. Экономическая зависимость генщин: сущность, причины и последствия. // Социологические исследования. 2006.- № 4. -С. 47.

3. Гутерриш А. Комиссия ООН по положению женщин Выступление на 63-й сессии. 11-17.03.2019. Узбекистан.

4. Исследование ООН: Электронное правительство 2022 Будущее цифрового правительства. Отдел экономических и социальных вопросов. ООН Нью-Йорк, 2022. С.122.

5. Маслоу А. Самоактуализированные люди: Исследование психологического здоровья // Маслоу А. Мотивация и личность. СПб, 1999. С. 78.

6. Султанова Ш.Г. Социально-психологические характеристики как детерминанты активности женщин в обществе. Диссертационные исследования в области психологических наук. Ташкент. 2023.

РОЛЬ АКАДЕМИЧЕСКОЙ САМОЭФФЕКТИВНОСТИ В ФОРМИРОВАНИИ САМОРЕГУЛИРУЕМОГО ОБУЧЕНИЯ

Талипова М.З.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *В статье рассматривается проблема академической самоэффективности и её взаимосвязь с развитием саморегулируемого обучения студентов. Приведен обзор исследований, посвященных роли академической самоэффективности в процессе обучения. Рассмотрены основные фазы саморегулируемого обучения. Описаны результаты исследования влияния выраженности академической самоэффективности на уровень саморегулируемого обучения.*

Ключевые слова: *субъект, академическая самоэффективность, саморегулируемое обучение, паттерн, рефлексия, когнитивные стратегии обучения.*

Resume. *The article examines the problem of academic self-efficacy and its relationship with the development of self-regulated student learning. An overview of research on the role of academic self-efficacy in the learning process is provided. The main phases of self-regulated learning are considered. The results of the study of the influence of the severity of academic self-efficacy on the level of self-regulated learning are described.*

Key words: *subject, academic self-efficacy, self-regulated learning, pattern, reflection, cognitive learning strategies.*

Введение. В настоящее время происходят заметные изменения в системе высшего образования. Анализ научных исследований в данной области показывает все более возрастающую роль студентов в процессе обучения, смещение акцента к самоосознанию себя обучающимися от объекта к субъекту образовательного процесса. Между получением образования в школе и высшем образовательном учреждении существуют разительные отличия. Процесс обучения в школе сосредоточен на получении базовых знаний по общеобразовательным предметам и расширению кругозора, где немаловажное значение приобретает учитель, являющийся основным регулятором обучения учеников. Получение образования в высшем образовательном учреждении предполагает акцент на проявлении самостоятельности студентов.

Самостоятельность студента в обучении выражается в общем умении управления данным процессом в ходе выполнения большого количества учебных задач, при этом преподаватель преимущественно задаёт «общий тон» обучения, но не осуществляет контроль за каждым шагом студента, предоставляя возможность проявления инициативы. У студентов формируются навыки планирования своего образовательного процесса для эффективного выполнения учебных заданий, отмечая случаи успешного выполнения заданий и неудач. В развитии саморегуляции обучения немаловажное значение имеет осознание собственных возможностей в рамках получения и усвоения знаний, выражающееся понятием академической самоэффективности.

Целью статьи является анализ влияния выраженности академической самоэффективности на развитие саморегулируемого обучения у студентов.

Литературный обзор. Й. Лингарт в своих трудах приводит анализ различных подходов к пониманию процессу обучения и описывает обучение как активную деятельность субъекта, в ходе которого происходит психическое развитие личности и планомерное изменение поведения человека, процессах познания и мотивации [1].

Основоположником изучения саморегулируемого обучения в XX веке, когда впервые стало появляться понятие саморегуляции обучения, можно считать А. Бандуру, его теория социально-когнитивного обучения легла в основу появляющихся впоследствии моделей саморегулируемого обучения.

Б. Дж. Циммерман исследовал саморегуляцию обучения, процесс ее оценки во взаимосвязи с эффективностью обучения. За основу в своих трудах Циммерман брал саморегуляцию обучения у школьников сквозь призму метакогниций [6].

П. Пинтрич строит свою концепцию саморегулируемого обучения на четырех основных фазах. На первой фазе акцент отводится планированию своей учебной деятельности, причем планирование должно быть соотнесено с существующим условиями учебной среды, также обучающийся на этом этапе должен оценить свои сильные и слабые стороны и на основании этих факторов уже строить план своего обучения. Пинтрич придает большое значение второй фазе обучения, включающей в себя мониторинг, то есть обучающийся должен осознать, какие способы усвоения информации наиболее эффективны для него и отслеживать положительную и отрицательную динамику процесса своего обучения. На третьей фазе происходит непосредственно контроль своей учебной деятельности, когда обучающийся именно применяет наиболее успешные для него способы усвоения и обработки информации, исходя из индивидуальных особенностей и положительного опыта. На последней четвертой фазе обучающийся приходит к рефлексии, то есть оценивает свои действия, степень успешности достижения своих учебных целей и задач, берет на заметку успешные для себя способы обучения [7].

Описанные модели наглядно демонстрируют взаимосвязь составляющих компонентов саморегуляции обучения с эффективностью обучения.

Взгляды данных ученых положили начало большому количеству исследований феномена саморегуляции обучения в разных странах, методам оценки механизмов ее формирования.

Сущность концепции А.Бандуры проявляется механизмами обучения на основе наблюдения и повторяющего отражения действий за другими членами общества, ключевое значение отводится процессу социализации личности, в рамках которого А. Бандура выделяет основные детерминанты научения, влияющие на развитие личности: средовые, личностные и поведенческие.

Взаимное влияние указанных детерминант формирует у личности модели поведения, именуемые паттернами. Выбор человеком определенной модели поведения определяется подкреплением. Так, повторение определенных

паттернов поведения за другими целесообразно в том случае, если наблюдаемый субъект, демонстрируя их, получил вознаграждение. Если же, наоборот – порицание и негативную оценку, то человек стремится избегать подобных паттернов поведения в схожих ситуациях в условиях существующих социальных норм поведения в данном конкретном обществе. Так выражается механизм саморегуляции. Немаловажное значение имеют и когнитивные процессы, то есть осознание, индивидуальная интерпретация получаемых стимулов, что напрямую влияет на демонстрируемое поведение [5]. Факторы, влияющие на обучение:

1. внимание;
2. запоминание;
3. воспроизведение;
4. мотивация.

В процессе дальнейшего развития теория Бандуры претерпевала изменения, касающиеся личностных особенностей обучающихся. Большое значение А.Бандура придает понятию самоэффективности как осознание веры в собственные возможности при выполнении учебных задач субъекта обучения. Высокий уровень самоэффективности предполагает способность справляться со сложными заданиями, где решающее значение имеют собственные ожидания обучающегося результатов своей деятельности. Ожидание негативных результатов снижает продуктивность учебной деятельности, приводя все чаще к выбору мотива избегания неудач, то есть обучающийся избегает сложных заданий, заранее не веря в свой успех [4].

Л.Н. Шиленкова описывает академическую самоэффективность как когнитивную структуру, детерминирующую способность проявлять настойчивость при выполнении учебных заданий различной сложности, при этом сложность определяется индивидуальными возможностями и способностями обучающегося. При этом самоэффективность в обучении достаточно вариативна, так как обучающиеся субъективно оценивают различные ситуации, связанные с обучением, включая особенности изучаемых предметов, способы выполнения заданий, взаимоотношения с преподавателями и другими обучающимися. Студенты на последних курсах обучения выражают более высокий уровень академической самоэффективности, что связано с ростом компетенции при выполнении учебных заданий и случаями положительного подкрепления при успешном выполнении заданий. Данные исследований показывают, что высокий уровень академической самоэффективности предполагает большую вариативность когнитивных стратегий обучения в сравнении со студентами с низким уровнем академической самоэффективности [2].

Методология исследования. В качестве теоретико-методологической основы исследования выступили социально-когнитивная теория А.Бандуры, концепция саморегуляции учебной деятельности B. J. Zimmerman, модель саморегулируемого обучения Pintrich [5, 6, 7].

Участниками исследования стали 210 студентов высших образовательных учреждений города Ташкент в возрасте от 17 до 44 лет. Выборку составили студенты 1-4 курсов обучения, из них 99 юношей и 111 девушек. Участники юношеского возраста составили 87,6%, то есть большую часть выборки, участники возрастного этапа молодости – 12,4%. Средний возраст участников исследования – 19,88 ± 2,89.

Для выявления уровня академической самоэффективности применялась шкала академического контроля и академической самоэффективности Т.О. Гордеевой. Данная шкала была составлена непосредственно для оценки особенностей обучения в высших учебных заведениях и показала высокие

результаты надежности при использовании в исследованиях, проводившихся ранее Т.О.Гордеевой [3].

Для изучения выраженности саморегулируемого обучения применялся авторский опросник М.Х. Карамян и М.З. Талиповой. Для обработки данных использовался метод анализа различий. Для статитистической обработки данных исследования была применена специализированная компьютерная программа «Statistical Package for Social Sciences (SPSS 23.0).

Результаты исследования и их обсуждение. Для оценки уровня академической самоэффективности была использована шкала академического контроля и академической самоэффективности Т.О. Гордеевой. В целом по выборке высокий уровень выраженности академической самоэффективности у 51,4% респондентов, низкий уровень – у 48,6%. Было выявлено, что у мужчин высокий уровень выраженности академической самоэффективности составляет 52,5%, у женщин – 50,5%.

Были получены данные, согласно которым у респондентов, изучающих гуманитарные науки, низкий уровень академической самоэффективности, составляет 46,7%, а 53,3% респондентов обладают высоким уровнем академической самоэффективности. Среди респондентов, изучающих естественные науки, низкий уровень академической самоэффективности зафиксирован у 50,5%, а высокий – у 49,5%.

Участники с низким уровнем выраженности саморегулируемого обучения составили 43,3%, то есть 91 респондент, с высоким уровнем выраженности саморегулируемого обучения – 119 респондентов, 56,7%. Большинство респондентов данной выборки обладают высоким уровнем выраженности саморегулируемого обучения.

Анализ различий выраженности саморегулируемого обучения между студентами по годам обучения показал наличие достоверных различий в показателе шкалы «Когнитивный компонент» ($p<0,05$). Респонденты, обучающиеся на 3 (125,24) и на 4 (118,44) курсе в отличие от студентов, обучающихся на 1 и 2 курсе, обладают более высоким уровнем знаний об основах саморегуляции обучения. Так, можно утверждать, что у студентов с ходом обучения и повышения сложности учебных заданий повышается уровень саморегулируемого обучения.

При изучении различий в показателях выраженности саморегулируемого обучения в зависимости от уровня академической самоэффективности, достоверные различия выявлены в показателе эмоционального компонента ($U=4167,500$, $p=0,017$) и общей выраженности саморегулируемого обучения ($U=4302,000$, $p=0,040$).

Показатели шкалы академической самоэффективности имеют достоверные положительные корреляции с показателями эмоционального компонента ($r_s=0,180$, $p<0,01$), поведенческого компонента ($r_s=0,163$, $p<0,05$) и общей выраженностью саморегулируемого обучения ($r_s=0,180$, $p<0,05$). То есть студенты, обладающие уверенностью в своем академическом потенциале и справляющиеся с трудностями в процессе обучения, получают удовольствие от получения новых знаний, особенно если процесс обучения происходит по намеченному ими плану. Такие студенты успешно осуществляют регуляцию своего обучения, самостоятельно выбирают стратегии и план своего обучения, ищут дополнительную информацию по интересующим их вопросам и обладают высоким уровнем саморегулируемого обучения.

Респонденты с высоким уровнем академической самоэффективности имеют высокие показатели по эмоциональному компоненту и общей выраженности саморегулируемого обучения. Эти респонденты испытывают положительные эмоции от обучения в целом и осознают ценность получения новых знаний,

радуются, когда обучение идет по намеченному плану, их расстраивают случаи, когда они не прикладывают достаточно усилий к процессу своего обучения, не успевают выполнить учебные задания по намеченной стратегии. Данные респонденты в целом обладают высоким уровнем саморегуляции обучения.

Выводы и перспективы исследования. Таким образом, можно увидеть значительное влияние уровня академической самоэффективности на процессы формирования саморегуляции в обучении. Вера в собственные возможности мотивирует студентов на выбор и выполнение сложных заданий в процессе своей учебной деятельности, что в свою очередь способствует осознанию своих интеллектуальных ресурсов, анализу успеха и неудач в различных ситуациях при обучении, появлению и использованию эффективных для себя способов решений учебных задач и проявлению самостоятельности, что является основой сущности саморегулируемого обучения. Так, с усложнением учебных заданий уверенность студентов в том, что они справятся со всем многообразием учебный заданий, мотивирует их на преодоление препятствий в ходе обучения в соответствием со своим потенциалом, на основании чего можно утверждать о развитии навыков саморегуляции в обучении. В подобных условиях целесообразно дальнейшее изучение условий образовательной среды и внедрение моделей обучения, способствующих развитию самоэффективности обучающихся.

Литература.

1. Лингарт Й. Процесс и структура человеческого учения. М.: Прогресс, 1970. 685 с.

2. Шиленкова Л.Н. Самоэффективность в образовательном процессе (обзор зарубежных исследований) // Современная зарубежная психология. 2020. Том 9. № 3. С. 69—78. DOI: https://doi.org/10.17759/jmfp.202009006

3. Гордеева Т.О., Сычев О.А. Мотивационные профили как предикторы саморегуляции и академической успешности студентов. // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2017. №1. С. 67-87.

4. Bandura A. Self–efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change, "Psychological Review", 1977. Vol. 84. No 2. P. 191-215.

5. *Bandura A.* Social–learning theory of identificatory processes, in: "Handbook of Socialization Theory and Research, Chicago. 1969. P. 213–262.

6. Zimmerman B.J. Attaining self-regulation: A social cognitive perspective // Handbook of self-regulation, Orlando, FL: Academic Press., 2000. Pp. 13-39.

7. Zusho A. Skill and will: the role of motivation and cognition in the learning of college chemistry / A. Zusho, P. R. Pintrich, B. Coppola // Int. J. Sci. Educ. 2003. Vol. 25. Pp. 1081–1094.

METHODICAL APPROACHES TO THE FORMATION OF COGNITIVE COMPETENCE IN STUDENTS

Togonova Sh.A.
(Urganch, Tashkent)

Abstract. *In this article, the methodical and psychological features of the development of cognitive competence in a student's personality, their basis are intellectual abilities, skills and qualifications, preparation for student individuality and striving for the future, mastering the methods of cognitive activity from a methodological point of view, students adjusting their activity according to methodological instructions. It is analyzed how cognitive independence manifests itself and shows its development through cognitive activity. Pedagogical and psychological laws of their cognitive formation are considered.*

Key words. *Cognitive, competence, cognitive competence, methodological approach, psychological approach, psychological training, psychological skills.*

Аннотация. *В данной статье рассматриваются методические и психологические особенности развития познавательной компетентности личности студента, их основой являются интеллектуальные способности, умения и квалификации, подготовка к индивидуальности студента и устремленности в будущее, овладение способами познавательной деятельности с методической точки зрения, корректировка студентами своей деятельности по методическим указаниям. Анализируется, как проявляется познавательная самостоятельность и показывается ее развитие через познавательную деятельность. Рассматриваются педагогические и психологические закономерности их познавательного формирования.*

Ключевые слова. *Когнитивный, компетентность, когнитивная компетентность, методический подход, психологический подход, психологическая подготовка, психологические навыки.*

Introduction.

When analyzing the state of education in the modern socio-cultural situation in the context of social, economic, geographical and historical conditions, it is observed that two trends coincide. The increase in the volume of information is changing scientific priorities, new scientific directions and technologies are emerging, young specialists are quickly adapting to modern conditions and requirements of the times. But the lack of a holistic perception of this information, the violation of relations between different types of knowledge, as a result of the relay method of knowledge transfer (the phenomenon of "knowing all subjects") contributes to the emergence of a bias towards information. Undoubtedly, the solution to this problem can be passed through the "knowledge-power" education model to the "education-research" model by increasing the quality of creative and critical thinking, which implies the development of mental flexibility, reflection and the ability to work.

Regulatory documents and pedagogical studies emphasize that without fundamental knowledge, it is impossible to understand the essence of phenomena and prepare a future specialist. In turn, this renewed the modernization of the education system, the main task of which is to ensure its quality based on maintaining the fundamentals and ensuring compliance with the future needs of the individual, society and the state [8]. Therefore, the distinctive feature of modern education has become the

competency-based approach, which was strengthened in the Bologna Declaration, the implementation of which implies the change of educational programs based on basic competencies and competences. In this regard, V. I. Bidenko states: "...entrepreneurs are not qualified, but qualified in the strict sense of the word, which is considered as a unique combination of skills unique to each individual, in a group that embodies social behavior, work ability, and initiative competencies are necessary. [1].

The need to introduce a competency-based approach to the education system is noted in many international documents, in which "the proposed approach to the definition of basic competencies is based on the experience of countries where the direction of education has been reoriented in recent decades it is stated that it is suitable".[2]

Literature analysis.

Recently, as reflected in pedagogical and psychological research, the problem of preparing schoolchildren for family educational institutions has become especially urgent. However, differentiating the levels of teaching individual subjects cannot ensure successful adaptation to family educational conditions and further quality education. For this purpose, the logic of academic subjects and the logic of future educational and professional activity as scientific knowledge of the conservative past should be presented in the form of a differentiated model of the future specialist. These changes are responsible for the requirements of maximizing the individual abilities and talents of the student of the modern society and forming a professional and socially competent, active, competent person who can make appropriate choices and take responsibility for them. . [8]

In this regard, special attention is paid to the educational subject, meta-subject and personal results of students in the standard of secondary (full) general education. The meaningful results of the educational activity are understood as the acquisition by the students of the specific elements of the social experience studied within the framework of a particular educational subject - knowledge, skills, problem-solving experience and creative activity. The results of the meta-theme reflect students' acquisition of methods of activity that can be used in the educational process and in solving problems in real life situations. Personal results represent the system of value relations of students to themselves, other participants, the educational process itself and its results.

The analysis of studies on the quality of education shows that most teachers believe that the main goal of pre-school and family education is to equip students with a block of linguistic, mathematical, physical, historical, and computer knowledge, and they are seen in the development of the basic skills of working with. The basic skills mean the ability to write, calculate, perform mathematical operations, work with literary and historical texts, computer data, but among them, the ability to learn, competent thinking and mastering methods of cognitive activity does not appear. Undoubtedly, the effective activity of students is provided by fundamental training, but the ability to learn should be a subject of special assimilation that ensures cognitive development and the formation of general and special cognitive actions [3].

According to researchers G.I.Serikov, V.A.Slastenin, in modern conditions, high school faces difficulties in fulfilling the function of preparation for studying at a higher educational institution. This is due to the inconsistency between the curriculum of subjects, their autonomous presence in family education, specific requirements of the state exam, different equivalent contents of the five-point system of the school, and the educational characteristics of the regions. The analytical report of the Federal Institute of Educational Measurement focuses on the low quality of education, about 20 percent of graduates do not master the basic requirements of the standard and receive unsatisfactory grades; Analysis of the results of passing the unified state exam for 2006-2010. According to the Federal Testing Center, the problems in parts B and C (advanced and high level of complexity) are solved by about 30 percent of graduates. One of the

main disadvantages is strict adherence to the studied algorithms, ignoring the specific features of the task conditions, which allows to use a more rational solution method. Undoubtedly, when performing USE tasks, you need to be ready to apply knowledge, skills and abilities in a changing situation, which indicates insufficient development of cognitive competence among students. [4]

In order for the educational system to fulfill its purpose in the new conditions, it should be as dynamic as the social changes in the society and actively solve the problems in front of it. Therefore, in order to start a painless transition of school graduates and the continuity of education in the school-university system, it is necessary to be active in the development of innovative pedagogical models and adequate technologies of cognitive activity (N.D. Nikandrov. [5] and others). The most successful in solving this complex problem are preparatory courses of various forms and duration, which are available in almost all higher education institutions today. Currently, preparatory courses represent a multifaceted process of teaching students and improving the quality of their knowledge, which is an important indicator of their successful social start (E.F. Zer [6]).

Preparatory courses provide an in-depth study of general education subjects, create conditions for choosing individual educational directions at an optimal pace in accordance with the abilities and needs of students, effectively prepare graduates for professional self-determination, provides continuity of general and professional education. The integration of the teaching content for course participants and the content of general professional and special subjects of the university curriculum is considered in the works of Grebenyuk. [7].

Training in preparatory courses has a multi-purpose purpose: education, guidance, correction, rehabilitation, adaptation, motivation. The peculiarity of the modern stage of pre-university training is that the evaluation of the quality of educational results in the field of education is carried out from the perspective of a competency-based approach. Therefore, the curriculum needs to reflect a significant restructuring of content, teaching methods, and assessment tools, focusing on a competency-based approach.

Analysis of methods.

The problem of developing the cognitive competence of students of preparatory courses is partly revealed through the theoretical and practical aspects of the development of the graduate's competence model.

Despite its importance in solving the problems of students' competence development, we emphasize that insufficient attention is paid to the problem of cognitive competence development of family education students. This includes a number of shortcomings: significant delay, lack of content and technology of graduate training to the requirements of modern society; Due to the violation of the gradation, sequence and continuity of teaching in the school-university system, the inconsistency of the content, methods and tools of teaching, significant differences in the nature and methods of knowledge activity, bad conditions for school students to study in higher educational institutions readiness; relying only on traditional forms of education does not ensure the formation of basic competencies of future applicants; lack of a system of criteria and indicators for evaluating the level of development of listeners' skills.

The contradictions that have arisen between the following prevent the elimination of the above shortcomings:

- the objective need to improve the preparation of young people before family education in modern society and the lack of theoretical basis of the problem of developing the cognitive abilities of students of preparatory courses of universities;

- the increasing need for the formation of students' cognitive competence and lack of clarity on the essence, structure and levels of formation of cognitive competence of students of preparatory courses of higher educational institutions;

- the need for pedagogical practice in the implementation of the pedagogical process that helps to form the cognitive competence of students of preparatory courses of higher educational institutions, and the absence of a scientifically based model of this process and pedagogical conditions for its implementation.

In the research and preparation phase (2001-2004), the state of development of the problem of development of cognitive competence of students in the science and practice of pedagogy was studied, regulatory documents, scientific and pedagogical literature on the subject were analyzed. The components of the conceptual apparatus of the research were identified, their uniqueness and interrelationship was revealed, the content and methodology of conducting experimental work was developed.

Results.

As a result of studying cognitive competence in students, the following can be achieved.

- scientific research on the peculiarities of preparatory courses for family education in the context of the competence approach, which is considered as a set of measures in the continuous education system aimed at achieving the applicant's conscious choice of the future profession and readiness to continue education knowledge is filled. The characteristics of the modern stage of training students of higher education are determined.

- the concept of "cognitive competence" is emphasized and based on the conceptual series "competence" - "competence" - "basic competence". The concept of "cognitive competence of a student of preparatory courses of higher education" is defined as his readiness for activity, self-organization and development of the cognitive sphere, continuous improvement of the level of education, reflection and activation of the potential for independent acquisition of new knowledge. .

- the structure of cognitive competence, which includes motivational, cognitive-operational, activity and assessment components, is based. Each component of cognitive competence has universal and specific components. Their essence and content are determined, the characteristics of the studied competence and the stages of its formation are determined;

- taking into account the logicality and unity of the organizational-purpose, content-technological, assessment-effective blocks and the cognitive competence formation model reflecting the specific features of training in preparatory courses is scientifically based and developed;

- Pedagogical and psychological conditions that enable the successful development of cognitive competence of students of the preparatory course have been identified;

Conclusion.

The main criterion of cognitive activity is personal motivation, as a result of which the goal of knowledge is formed, the achievement of which is the basis of cognitive independence. It can be concluded that cognitive activity is two interrelated personal qualities characterized by the desire and ability to acquire knowledge and activities without external help. It should be noted that currently the concept of cognitive competence is being interpreted differently in pedagogical sciences. Thus, M.I. Mahmutov concludes that cognitive competence is the intellectual ability of a person and the ability to learn and acquire knowledge independently.

List of references.

1. Bidenko, V.I. Competency-based approach to the design of state educational standards of higher professional education: methodological, manual (methodical and methodical issues) / V.I. Bidenko. -M.: Research. Center for quality problems of specialist training, 2005. -114 p.

2. Pedagogy: textbook. Handbook for students of pedagogical educational institutions / V.A. Stastenin, I.F. Isaev, A.T. Mishchenko, E.N. Shiyanov. -M.: Maktab-press, 1998. -512 p.

3. Strategy for modernization of general education content: Materials for development of documents on education renewal / Ed. A.A. Pinsky. -M., 2001. -5.

4. Slastenin, V.A., Isaev I.F., E.N. Shiyanov. Pedagogy: Textbook, guide for students. higher ped. schools, institutions / V.A. Slastenin, I.F. Isaev, E.N. Shiyanov; Ed. V.A. Slastenina. - M.: "Academy" publishing center, 2002. - 576 p.

5. Lednev, V.S., Nikandrov N.D., Ryzhakov M.V. State educational standards in the general education system: theory and practice / V.S. Lednev, N.D. Nikandrov, M.V. Rizhakov. -M., 2002.

6. Zeer, E.F. Psychology of professional education: textbook, study guide / E.F. Zeer. -2nd ed., revised. -M.: Publishing House of the Moscow Psychological and Social Institute. -Voronezh: NPO "MODEC", 2003. -480 p.

7. Grebenyuk, O.S. Problems of formation of motivation to study and work among students of secondary vocational schools: Didactic aspect / O.S. Grebenyuk. -M.: Pedagogy, 1985. -140 p.

8. Concept of modernization of Russian education until 2010, http:// ksu.ru/nes/base/consept.htm.

ЛОГОТЕРАПИЯ: КЛЮЧ К ПОНИМАНИЮ И УПРАВЛЕНИЮ СТРЕССОМ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Убайдуллаева Н.Ф.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статья исследует влияние стресса на здоровье человека и эффективность логотерапии как способа обретения внутреннего спокойствия. Также обсуждает психические и физические последствия стресса, а также принципы логотерапии, основанные на поиске смысла в жизни. Исследования подтверждают эффективность логотерапии в снижении уровня стресса, улучшении психического здоровья и качества жизни человека. Дальнейшие исследования в этой области могут способствовать разработке более эффективных методик логотерапии в борьбе со стрессом.*

Ключевые слова: *Логотерапия, Виктор Франкл, стресс, травма, картине будущего, смысл.*

Abstract. *This article examines the impact of stress on human health and the effectiveness of logotherapy as a way to find inner peace. It also discusses the mental and physical effects of stress, as well as the principles of logotherapy based on finding meaning in life. Research confirms the effectiveness of logotherapy in reducing stress, improving mental health and quality of life. Further research in this area may help develop more effective logotherapy techniques for combating stress.*

Key words: *Logotherapy, Victor Frankl, stress, trauma, vision of the future, meaning.*

В современном мире стресс стал обыденным явлением, с которым сталкивается почти каждый человек. Стресс – это реакция организма на быстро меняющийся воздействие окружающий среди или чрезмерное воздействия среди.

Он может быть вызван различными причинами, такими как работа, отношения, финансовые проблемы и даже болезни. Стресс негативно влияет на психическое и физическое здоровье человека, вызывая симптомы, такие как тревога, депрессия, апатия, бессонница и другие.

Логотерапия – это психотерапефтический и психологический подход, основанный на идее поиска смысла в жизни. В основе этой терапии лежит убеждение, что человек становится более счастливым и уравновешенным, когда он обретает смысл своего существования. Логотерапия помогает людям находить внутреннее спокойствие и гармонию, даже в условиях стресса.

Цель данной статьи - рассмотреть влияние стресса на психическое и физическое здоровье человека, а также исследовать эффективность логотерапии в обретении внутреннего спокойствия через поиск смысла.

Влияние стресса на здоровье. Стресс - это состояние организма, возникающее в ответ на внешние или внутренние ситуации, которые требуют адаптации. Длительный стресс может привести к серьезным последствиям для здоровья человека. Он может вызывать сердечно-сосудистые заболевания, иммунодефицитные состояния, психические расстройства и другие проблемы. Стресс также может сказываться на качестве жизни человека, ухудшая его отношения с окружающими, работу и самочувствие. Поэтому важно находить способы борьбы с ним, чтобы сохранить свое здоровье и благополучие.

Есть невроз, связанный с потерей работы, так называемый синдром безработного, есть болезнь менеджера, есть шок выхода на пенсию, есть воскресный невроз. Получается, что с объемом работы стресс никак не связан. Стрессу могут быть подвержены люди, которые работают много, которые работают мало или же не работают вовсе. Мы не впадаем в стресс только если живем осмысленно и реализуем этот смысл. Мы должны знать, что целью терапии является не только повышение продуктивности, но и умение страдать. Стресс или травма - отягчающие обстоятельства, которые могут приводить к психическому заболеванию. Чаще сего в качестве успокоения человек надеется на то, что жизнь будет мила и хороша по отношению к нему. Но если мы начинаем осознавать, что психологически трудные моменты или моменты боли и страдания неизбежны, тогда мы становимся зрелыми. Мы не можем ставить какие-то условия жизни, мы должны принимать ее. Очень важно установить, как мы реагируем на судьбу, то есть на то, что с нами происходит. В логотерапии важно усмотреть то, что является незатронутым этим негативом, то есть позитивным. Когда мы говорим позитив, мы имеем в виду что-то прекрасное. Это то, что не требуется подавлять, или то, что не захвачено сферой страдания. Стресс и психотравмы не лучшие события в жизни. Но человек может выстраивать свою жизнь так, как он пожелает, и это является решающим. Можно из нескольких дощечек сделать великолепную беседку, и можно иметь мрамор и ничего из него не построить. Поэтому решающим является не материал, а то, что мы из него делаем, как мы им распоряжаемся». На нас влияет то, что с нами происходит, но и мы можем влиять на происходящее. Мы можем не только реагировать, но и действовать. Мы можем действовать разнообразно, действовать иначе. Чем заставляют нас обстоятельства, генетика, судьба. Во-первых у человека есть свобода – свобода размыкать цепь закономерностей, противостоять ограничениям и видеть то, что не затронуто симптомом, болезнью или проблемой. Во-вторых , человек ориентирован на смысл, тот самый бумеранг, который поражает цель. Любое предпринимаемое действие в соответствии со свободой действовать иначе имеет целевую ориентацию на смысл этого действия.

Стресс нуждается в картине будущего, а свободное время нуждается в картине прошлого. Что же это значит? Когда мы работаем с людьми находящимися стрессе, мы должны указать им на возможность и необходимость посмотреть

вперед, чтобы человек понял, что у него есть все необходимое, чтобы справиться со стрессом. Мы, как логотерапевты показываем своим пациентам возможности, которые они могут реализовать, чтобы справиться со сложной ситуацией и выходом из нее. Пациент дожжен увидеть, что он может сделать для того, чтобы справиться со стрессом и осознать в первую очередь *« Я человек, который может справиться со стрессом. Даже если сейчас у меня нет решения как я буду с этим справляться, это не значит, что я не умею справляться. Это просто значит, что я еще не нашел путь, который будет для меня самым осмысленным и объективным. И моя задача заключается в том, чтобы найти этот путь*». Таким образом, мы помогаем нашим пациентам расширить, усилить, их невредимую часть для верного обращения с нездоровой частью.

Свободное время нуждается в картине прошлого, которое наполнено смыслом. В каких случаях это необходимо? Зачастую, когда человек выходит на пенсию, его привычный ритм жизни кардинально меняется. У него появляется избыток свободного времени и ощущение, что он больше никому не нужен. Именно на этом этапе мы производим модификацию установок и первой нашей задачей будет являться то, что мы вместе с ним должны посмотреть на его прошлое. Спросить о том, какой была его работа, что он конкретно выполнял на этой работе, какой у него был рабочий график, какие коллеги окружали его и т.д. Показать, что его прошлое наполнено смыслом, чтобы он понял, что он действительно много чего исполнил и реализовал.

Логотерапия как способ обретения внутреннего спокойствия. «Логос» в переводе с греческого означает «смысл». Логотерапия фокусируется на смысле человеческой жизни — том, ради чего стоит жить. Виктор Франкл был учеником Зигмунда Фрейда. Под влиянием работ экзистенциальных философов и психологов он начал развивать собственное направление. Термин «логотерапия» впервые был использован в публикации 1938 года, и это был не первый термин, выбранный Франклом. Он твердо верил в силу человеческого духа и хотел, чтобы имя отражало это «ноэтическое» измерение (от греческого слова «nous» лого). Первоначально он предпочитал термин «ноотерапия», но остановился на «логотерапии» после того, как ему посоветовали, что «ноотерапия» на английском языке будет произноситься как «нет терапии» (без терапии)**.** Логотерапия предлагает человеку путь к обретению внутреннего спокойствия и гармонии через поиск смысла. Согласно идеям этой терапии, каждый человек обладает способностью находить смысл в своей жизни, даже в самых трудных ситуациях.

Логотерапия предназначалась В. Франклом не для того, чтобы психолог преподнес пациенту готовый смысл. Это невозможно, потому что смысл не вещь. Психолог может лишь помочь в поиске смысла, направить пациента по пути размышления. Обнаружение смысла не есть результат чисто логической операции вроде дедуктивного вывода. Его обретение, скорее, похоже на восприятие гештальта — целостного образа, который мы схватываем внезапно. Смысл вдруг открывается нам на фоне действительности. Чтобы отделить его от остальных направлений, он выбрал термин «логотерапия». Логотерапия – это, буквально, «исцеление смыслом». Франкл был убежден, что если человек видит смысл в своей жизни, действиях, планах, мечтах, то это – опора для него. И наоборот, отсутствие смысла — сильнейший стресс для человека. Франкл говорил, что экзистенциальный невроз связан с кризисом бессмысленности жизни.

Смыслы – и даже их поиски – помогают лучше понимать себя, свои порывы и в том числе контролировать проявление своих заболеваний. «Это важно, так как тяжелое заболевание откладывает отпечаток на всей жизни, и иногда может казаться, что уйти в роль пассивного наблюдателя — максимум, на который способен человек. Но это не так, смысла нет там, где нет действия.

Логотерапия стремится побудить пациента к полному осознанию своей ответственности, а это значит, что ему должна быть предоставлена возможность выбора: он сам должен решать, за что, по отношению к чему или к кому сознавать себя ответственным. Таким образом, пациенту самому приходится решать, как ему истолковывать свою жизненную задачу, как отвечать перед обществом или своей собственной совестью. Большинство, однако, считают себя ответственными перед Богом; они интерпретируют свою жизнь не только в плане поставленной перед ними задачи, но и в плане отношений с тем, кто перед ними эту задачу поставил.

Логотерапия не поучает и не проповедует. Она равно далека и от логического рассуждения, и от морального увещевания. Образно говоря, роль логотерапевта ближе роли офтальмолога, нежели художника. Художник стремится передать картину мира, как он ее видит; офтальмолог пытается предоставить нам возможность видеть мир таким, каким он есть. Роль логотерапевта состоит в расширении и прояснении поля зрения пациента с тем, чтобы тот мог увидеть и осознать весь спектр смыслов и ценностей. Логотерапия не стремится навязывать пациенту каких бы то ни было суждений, ибо истина утверждает себя сама и не нуждается во вмешательстве.

Логотерапия помогает человеку осознать свои ценности, установить цели и придать своей жизни смысл. Это позволяет ему преодолеть стресс, принять свою жизнь такой, какая она есть, и обрести внутреннее спокойствие.

Исследования показывают, что логотерапия эффективна в снижении уровня стресса и улучшении психического здоровья человека. Клиенты, проходящие логотерапию, отмечают улучшение своего самочувствия, снижение тревожности и депрессии, а также улучшение отношений с окружающими.

В заключении хотелось бы отметить. Человек не свободен от тех условностей, которые его окружают. Но он свободен в обхождении с этими условиями. Он свободен не от чего-то, а для чего-то! Стресс - это серьезная проблема, которая может негативно сказываться на здоровье и качестве жизни человека. Логотерапия представляет собой эффективный метод борьбы со стрессом и обретения внутреннего спокойствия через поиск смысла в жизни. Дальнейшие исследования в этой области могут помочь расширить наши знания о влиянии стресса на здоровье человека и разработать более эффективные методики логотерапии. Важно продолжать исследовать эту тему, чтобы помочь людям преодолеть стресс и обрести внутреннее спокойствие.

Литература.

1. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник / Пер. с англ. и нем. Д.А.Леонтьева, М.П.Папуша, Е.В.Эйдмана.— М.:Прогресс, 1990.— 368 с.: ил.— ISBN 5-01-001606-0.

2. Laengle, Alfried & Van Deurzen, Emmy & Craig, Erik & Schneider, Kirk & Tantam, Digby & Plock, Simon. (2019). The History of Logotherapy and Existential Analysis. 309-323. 10.1002/9781119167198.ch19.

3. The stress of life. Ганс Селье 1956 г.

4. Ирина Александровна Сапожникова Психолог, Логотерапевт статья Стресс. Взгляд Логотерапевта.— г. Новосибирск 29 сентября 2020, https://www.b17.ru/article/298782/

5. Avezov, O. R., & Ubaydullayeva, N. F. (2022). Logotherapy: how psychotherapy helps a person to find meaning in life. Science and Education, 3(4), 747-752.

6. Франкл В. Логотерапия и экзистенциальный анализ: Статьи и лекции = Logotherapie und Existenzanalyse. — М.: Альпина нон-фикшн, 2016. — 344 с. — ISBN 978-5-91671-542-2.

7. Avezov O.R., Ubaydullayeva N.F. Frankl logoterapiyasi va uning inson hayotida tutgan o'rni. Science and education scientific journal.4/2022.ISSN 2181-0842

8. Ubaydullayeva N.F. Stressning turlari va ularni boshqarishni o‘ rganishning shaxslar hayotidagi ijtimoiy-psixologik ahamiyati. 2024/6/7. Raqamlashtirish sharoitida uzluksiz ta'limni sifat va samaradorligini oshirish: muammo va yechimlari konferensiya / 549-552.

ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ МЕЖЭТНИЧЕСКИХ ОТНОШЕНИЙ В РОССИЙСКОЙ СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Умурзоков Д.Х.
(г.Навоий, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье проводится теоретический анализ эмпирические исследования межэтнических отношений в российской социальной психологии.*

Ключевые слова: *Этнопсихология, этнос, межэтнических отношений, культура, межгрупповое взаимодействие, межэтническое взаимодействия.*

Annotation. *This article provides a theoretical analysis of empirical studies of interethnic relations in Russian social psychology.*

Key words: *Ethnopsychology, ethnicity, interethnic relations, culture, intergroup interaction, interethnic interaction*

С развитием этнопсихологии в России (а также бывших республиках СССР) основным предметом исследований стала этническая идентичность и процессы ее трансформации. Наиболее известными в данном направлении явились работы Т.Г. Стефаненко, изучавшей структуру этнической идентичности, а также ее изменение у школьников в современных нестабильных социальноэкономических условиях; Н.М. Лебедевой, раскрывшей и описавшей суть феномена «навязанной этничности», изучавшей кризис идентичности у русских в бывших советских республиках, связь этнической идентичности и толерантности; В.Н. Павленко, исследовавшей кризис социальной идентичности у украинцев и русских, живущих на Украине; В.Ю. Хотинец, изучавшей этническое самосознание на примере русского и удмуртского этносов; Л.И. Науменко, проводившей длительное исследование трансформации этнической идентичности русских и белорусов в Белоруссии [Этническая психология и общество, 1997].

В настоящее время активно проводятся исследования развития этнической, этнолингвистической и конфессиональной идентичности у детей и подростков [Развитие национальной, этнолингвистической и религиозной идентичности у детей и подростков, 2001], находятся в поле внимания исследователей проблемы этнической социализации [Белинская, Стефаненко, 2000].

Л.М. Дробижевой проводились обширные этносоциологические исследования идентичности русских, проживающих в республиках Российской Федерации и социально-культурной дистанции при взаимодействии этнических групп в Татарстане, Якутии, Северной Осетии, Туве, а также межэтнические отношения в этих республиках [Дробижева,1994, 1997].

Особенности этнического самосознания русских в республиках Российской Федерации изучались С.В. Рыжовой [Рыжова, 1995]. Данным автором также

проведен ряд интересных исследований личностных аспектов национализма. В исследованиях изучались дезадаптационные психологические состояния, сопряженные с крайними формами этнической идентичности, такими, как этнонегативизм и гиперидентичность. Результаты исследований показали, что за этнонационализмом (т.е. этнической интолерантностью) на психологическом уровне может стоять ощущение эмоциональной уязвимости, «ограниченная зона комфортных внутриличностных переживаний и отношений», комплекс потребностей в защите [Рыжова, 1997].

Этнопсихологические исследования межэтнического взаимодействия, начиная с 1991 года, в России проходили преимущественно в двух направлениях:

1) исследования этнических миграций и адаптация мигрантов к новой социокультурной среде;

2) изучение проблемы межэтнической напряженности и толерантности в межэтническом взаимодействии.

В.В. Гриценко, на примере адаптации русских мигрантов из ближнего зарубежья, показала, что ощущение этнической дискриминации и переживание негативных чувств, связанных с этничностью (негативная этническая идентичность) заставляют русских, с целью удовлетворения фундаментальной потребности в принадлежности к сильной и позитивно оцениваемой группе, мигрировать из ближнего зарубежья в Россию [Гриценко, 2002].

Н.М. Лебедевой было показано, что культурная дистанция и степень целостности этнической группы как субъекта межэтнического взаимодействия являются двумя основными факторами, оказывающими наиболее сильное влияние на проявления интолерантности в отношении других этнических групп [Лебедева, 1993]. Так же Н.М. Лебедевой проведено широкомасштабное социально-психологическое исследование одной этнической группы (русских) в разных этнокультурных и экономических, но сходных социально-политических условиях. Объектом исследования были две категории русских – тех, кто склоняется к миграции и тех, кто намерен оставаться в республиках бывшего СССР, ныне – независимых государствах. Изучались факторы, побуждающие одну категорию русских мигрировать, а другую - оставаться в республиках, создавая и укрепляя диаспоры. В исследовании было показано, что на психологическом уровне и миграция, и деятельность по сознанию диаспор имеют своей целью одно - поддержание позитивной этнической идентичности [Лебедева, 1995].

Социально-психологические факторы адаптации переселенцев к новым социально-экономическим и этнокультурным условиям, на примере немцев, выехавших из стран СНГ в Германию, изучались Л.В. Ключниковой (Миллер) и В.П. Позняковым [Ключникова, Позняков,1999].

Проблемой межэтнической напряженности преимущественно занималась Г.У. Солдатова [Солдатова, 1998], всесторонне изучившая феномен межэтнической напряженности в ряде республик России. Г.У. Солдатовой было убедительно показано, что этничность как центральный когнитивно-мотивационный конструкт этнического самосознания, «становится важнейшей основой внутригруппового и межгруппового взаимодействия и призмой, через которую преломляется окружающий мир» [Солдатова, 1998, с. 351].

Полевые эмпирические исследования по проблеме этнической толерантности в российской этнопсихологии активно стали проводиться со второй половины 90-х годов. В данных исследованиях эмпирически была показана связь этнической толерантности и позитивности этнической идентичности [Лебедева, 1993, 1997, 2002].

В.П. Левкович и И.Б. Андрущак, основываясь на данных эмпирического исследования в Узбекистане, выявили, что существует взаимосвязь между

этноцентризмом и уровнем позитивности этнической идентичности. Этноцентризм представляет собой защитный социально-психологический механизм в целях сохранения позитивной этнической идентичности. Позитивность этнической идентичности и этническая толерантность-интолерантность могут выступать в качестве индикаторов межэтнических отношений [Левкович, Андрущак, 1995].

Ф.М. Малхозова, продемонстрировала, что основой этнической толерантности в Карачаево-Черкесии является социально-психологическая общность, образованная не по этническому, а по региональному признаку. Установки наэтническую толерантность в ее исследовании позитивно коррелировали со значимостью этнической идентичности, установками на поддержание традиций, позитивным отношением к инокультурным группам (русским), индивидуализмом. Установки на этническую интолерантность были связаны с разностью религий и с убеждением в незыблемости этнических границ [Малхозова, 1999].

Довольно перспективными российским направлением, позволяющим изучить межэтническое взаимодействие, являются психосемантические исследования этнических стереотипов, которые представлены преимущественно работами, В.Ф. Петренко [Петренко, 1997; Петренко и др., 2000]. Методический аппарат экспериментальной психосемантики позволяет осуществить глубинное исследование этнического сознания, и выявить глубинные психологические процессы, связанные с восприятием этноконтактных групп и своей группы в системе межэтнических отношений. Поэтому методический аппарат экспериментальной психосемантики применялся в нашем исследовании наряду с другими методиками.

Литература.

1. Белинская Е. П., Стефаненко Т.Г. Этническая социализация подростка. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2000. 205с.

2. Гриценко В.В. Социально-психологическая адаптация переселенцев в России. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2002. 252с.

3. Дробижева Л.М. Национализм, этническое самосознание и конфликты в трансформирующемся обществе // Национальное самосознание и национализм в Российской Федерации начала 1990-х годов. М.: 1994. С. 16-47.

4. Дробижева Л.М. Социально-культурная дистанция как фактор межэтнических отношений // Идентичность и конфликт в постсоветских государствах / Под ред. М.Б. Олкотта, В.А. Тишкова, М.А. Малашенко. М. 1997, С. 44-64.

5. Ключникова (Миллер) Л.В., Позняков В.П. Социально-психологические факторы адаптации переселенцев к новым социально-экономическим и этнокультурным условиям (на примере немцев, выехавших из стран СНГ в Германию) // Социально-психологические исследования руководства и предпринимательства. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1999. С. 2003-217.

6. Лебедева Н.М. Социальная психология этнических миграций. М., 1993. 195 с.

7. Лебедева Н. М. Новая русская диаспора. М., 1995. 285с.

8. Лебедева Н.М. Социально-психологическая аккультурация этнических групп. Дисс. … докт. психол. наук. М., 1997.

9. Лебедева Н.М. Теоретико-методологическая основа проекта «Социальнопсихологические факторы этнической толерантности-интолерантности в поликультурных регионах России // Этническая толерантность в поликультурных регионах России / Отв. ред. Н.М. Лебедева, А.Н. Татарко М.: Изд-во РУДН, 2002. С. 7-26.

10. Левкович В.П., Андрущак И.Б. Этноцентризм как социальнопсихологический феномен: На материале исследования этнических групп Узбекистана // Психологический журнал. Т.16. 1995. № 2. С. 70-80.

11. Малхозова Ф. М. Социально-психологические особенности этнической толерантности в поликультурном регионе. Дисс. … канд. психол. наук, М., 1999.

12. Петренко В.Ф. Основы психосемантики. М.: Изд-во МГУ, 1997. 208 с.

13. Петренко В.Ф., Митина О.В., Бердников К.В., Кравцова А.Р., Осипова В.С. Психосемантический анализ этнических стереотипов: лики толерантности и нетерпимости. М., 2000. 72 с.

14. Рыжова С.В. Некоторые аспекты национального самосознания русских в республиках Российской Федерации (по материалам эмпирического исследования) // Суверенитет и этническое самосознание: идеология и практика / Под ред. Л.М. Дробижевой, Т.С. Гузенковой. М., 1995. С. 267-282.

15. Рыжова С.В. Психологическая составляющая этнонационализма (опыт эмпирического исследования) // Этническая психология и общество / Под ред. Н. М. Лебедевой, М.: Изд-во «Старый сад», 1997. С. 173-182.

16. Солдатова Г.У. Психология межэтнической напряженности. М.: Смысл, 1998. 387 с.

УДК:301.085:15(045)

ТЕОРЕТИКО-ИСТОРИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ И СОВРЕМЕННАЯ ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ СЕМЕЙНОГО НАСИЛИЯ

Унгбоева У.С.
(г.Карши, Узбекистан)

Аннотация. *В статье анализируются теоретико-исторические основы и современная интерпретация исследования проблемы семейного насилия. Описано насилие и его содержание, правовые документы, связанные с насилием, причины семейного насилия, последствия насилия, вопросы профилактики семейного насилия. В статье автор отметил, что изучение этой проблемы актуально и сегодня, и что ее изучение является одной из важных задач, стоящих перед психологами.*

Ключевые слова: *правовое демократическое государство, конституция, семья, брак, пара, женщины, домашнее насилие, домашнее домогательства, насилие в семье, разводы, несовершенные семьи.*

Annotation. *The article analyzes the theoretical and historical foundations and modern interpretation of the study of the problem of domestic violence. Describes violence and its content, legal documents related to violence, causes of domestic violence, consequences of violence, issues of preventing family violence. In the article, the author noted that the study of this problem is still relevant today, and that its study is one of the important tasks facing psychologists.*

Key words: *legal democratic state, constitution, family, marriage, couple, women, domestic violence, domestic harassment, domestic violence, divorce, imperfect families.*

В годы независимости в Узбекистане внимание к семейно-брачным отношениям, всесторонняя поддержка института семьи поднялись на уровень государственной политики. Поэтому мир и стабильность царят в государстве только

тогда, когда соседство и страна сильны. Не секрет, что семейная жизнь охватывает более половины нашей жизни, что доставляет нам истинное, полное человеческое счастье, или, наоборот, несмотря на наше полное благополучие, она составляет и половину нашего счастья. Поэтому в нашей республике уделяется внимание семье, которая выполняет особо важные функции в процессе становления правового демократического государства и формирования гражданского общества. Статья 76 нашей Конституции гласит: «Семья является основным звеном общества и находится под защитой общества и государства», что показывает, насколько высока семья [1]. Кроме того, постоянная забота государства и общества о семье выражается в сути проводимой в нашей стране сильной политики социальной защиты.

Тот факт, что брак в нашей стране считается священным союзом, сохраняются его традиционно прочные позиции, а гарантия стабильности показывает, что он является мощной опорой духовного здоровья нации. Тем не менее, в современную эпоху глобализации опасные проявления семейного кризиса в некоторых зарубежных странах оказывают негативное влияние на семейно-брачные отношения узбеков. Особенно в современный период переход общества к условиям рыночной экономики и ряд духовных и этнических особенностей вызывают различные неожиданные проблемы в семейно-брачных отношениях. К сожалению, как и во многих странах, в Узбекистане наблюдаются опасные проявления семейного кризиса: увеличиваются разводы, неполные семьи, внебрачные дети, семейное насилие, домашнее насилие в отношении детей и женщин и т.д.

Сегодня в нашей стране уделяется особое внимание совершенствованию механизмов государственной защиты женщин, подвергшихся притеснениям и насилию в семье. Принимается ряд нормативных правовых актов, направленных на привитие уважительного отношения к закону всем гражданам, проживающим в нашей стране, изучение различных притеснений и насилия в отношении женщин и установление условий, причин, позволяющих их совершать. Ярким примером этого является статья 26 Конституции Республики Узбекистан, в которой говорится, что честь и достоинство человека неприкосновенны, ничто не может служить основанием для их унижения, никто не может подвергаться пыткам, насилию, другому жестокому, бесчеловечному или унижающему человеческое достоинство обращению или наказанию [1]. Также в этот срок будет принято постановление Президента Республики Узбекистан от 10 мая 2024 года № ПП-175 «О дополнительных мерах по совершенствованию оказания социальных услуг лицам, пострадавшим от притеснения и насилия», в котором определены все проявления насилия, в том числе государственная защита женщин, подвергшихся притеснениям и насилию, а также утверждены правила их предоставления. поставлены задачи по дальнейшему ускорению проводимых реформ по повышению социально-политической активности в обществе, их поддержке [2].

Благодаря постоянной общности развития общества с семейным браком, семейные проблемы во все периоды развития общества находились в центре внимания его передовых представителей. Особое внимание восточные мыслители уделяли вопросу социальной защиты женщин. В частности, Абу Райхан Беруни в своей работе «Минералогия» писал: «семья находится в руках умных, проницательных, воспитанных женщин» [3]. Абу Али ибн Сина, с другой стороны, писал в своем труде «Тадбири манзил» («О домоводстве»): «Пусть она потеряет недостатки своего мужа своей природой и хорошими сторонами», и он также возложил ответственность на женщин [9]. Великий ученый Алишер Навои в своем произведении «Махбуб-уль-Кулуб» («Возлюбленная сердец») так описывает вклад женщины в брак: «хорошая жена – это состояние и счастье семьи. От него-порядок

в доме, от него-спокойствие и умиротворение хозяина дома. Когда красиво – жалость к сердцу, когда вежливо-пища для души. В доме будет порядок, а инструменты будут чистыми и рациональными» [4]. Также Ахмад Дониш в своей работе «Навадир уль вакое» пишет: «Семейное счастье больше зависит от жен, потому что для мужчины нет большего блага, чем праведная жена, в их власти трусость, гармония, порядок в семье» [6]. Об этом свидетельствует тот факт, что с незапамятных времен вопросам женщин народов Востока уделялось особое внимание, особенно со стороны правительства, их социальной защите.

Даже сегодня в нашей стране проблемы семейной жизни, включая конфликты в ней, разводы и их последствия, становятся объектом широкого исследования психологической науки. В этой области заслуживает внимания научно-исследовательская работа ученые-психологи Г.Б.Шоумаров, Э.Г.Газиев, В.М.Каримова, М.Г.Давлетшин, Н.А.Сагинов, С.А.Охунжонова, А.Шожалилов, Т.М.Адизова, Х.Каримов, Ш.Ш.Жураева, Р.С.Самаров, О.Шамиева, Н.Салаева, Ф.Р.Рузикулов, М.Файзиевой и других. Также в нашей стране в работах М.Бекмуродов, А.Умаров, А.Холбеков, Р.Убайдуллаева, Н.Аликориев, М.Ганиева, М.Нурматова, Ш.Садыкова, О.Абдуазимов, Т.Нарбаева, Н.Латыпова, М.Гаффарова, Д.Ташмухаммедова, Г.Орозалиевой проведен социологический анализ таких вопросов, как достойное место женщин в жизни общества, обеспечение гендерного равенства женщин в государстве и обществе, предотвращение притеснений и насилия в отношении женщин, повышение социального престижа женщин и определение инновационных механизмов социальной защиты женщин в Узбекистане.

Выдающийся ученый Г.Б.Шоумаров в своих исследованиях психологически анализировал возникающие в семье разногласия между супругами, основными причинами которых являются профессиональная деятельность жениха и невесты и измерение ценности семьи, изо всех сил пытающейся завоевать в ней лидерские позиции, непонимание психологических особенностей друг друга, неготовность к ведению домашнего хозяйства, недостаточные знания в области полового воспитания., несогласие с воспитанием детей, несовместимость клиентов, неспособность договориться по сексуальным вопросам, бездетность, показывает, что это ревность и неуверенность.

Говоря о разводе в супружеских отношениях, автор подчеркивает, что развод негативно сказывается не только на разведенных супругах, но и на детях, живущих без отца в результате развода. Особенно сильное негативное влияние в результате развода оказывают чувства девочки, растущей без отца, привязанность к отцу, образ отца, который формируется у девочки, и психика девочки, растущей без отца. Это может представлять собой осложнение не только в детстве девочки, но и в будущем, когда она сама создаст самостоятельную семью. Результаты исследования автора показывают, что девушка, у которой недостаточно сформированы привязанность и уважение к собственному отцу, не сможет адекватно выразить свое уважение и к супругу при создании семьи в будущем [10].

В исследованиях В.М.Каримовой подробно изучены вопросы психологии семейной жизни, в которых выдвигаются весомые мысли о формировании у местной молодежи социальных представлений о семье-браке, о специфических аспектах семейной психологии узбеков. Автор, изучая молодые семьи, указывает, что одной из причин, мешающих их мирному сосуществованию, является неспособность свекрови и новой невестки быстро прийти в себя и поладить. Это одна из проблем семейных отношений, особенно в городских условиях, когда мать, воспитывающая только одного или двух сыновей, часто не может сама привыкнуть к новой системе отношений и не знает, как помочь невесте быстрее привыкнуть к ней. То есть между свекровью и невесткой возникают своеобразные ревнивые

отношения, которые мешают свекрови действовать по отношению к невестке как справедливому, терпимому человеку [8].

Психолог Х.Ш.Зиявутдинова в своих научных исследованиях исследует причины насилия между супругами в узбекских семьях и включает: а) нездоровый психологический климат в семье; б) вмешательство третьего лица в семейные отношения; в) пристрастие члена семьи к алкоголю; г) слабость или слабость духовно-нравственного воспитания в семье; г) материальная недостаточность в семье и трудности; д) неадекватная ревность супруга, неверность мужчины или женщины; е) стереотипный образ мышления в обществе. Автор выдвигает ряд предложений по решению подобных задач. В частности, обеспечить религиозные и светские выступления на эту тему лиц, способных изменить общественное мнение СМИ; привлечение большего числа профессиональных экспертов, опирающихся на национальные традиции узбекского народа в создании СМИ, видеороликов для снижения насилия; проведение мероприятий, направленных на развитие правовой культуры среди населения; для дальнейшего совершенствования деятельности реабилитационных центров, работающих с женщинами, подвергшимися насилию, проведение в них обучения основам бухгалтерского учета, шитья, предпринимательства, а также мотивационного тренинга будет способствовать интеграции женщин, подвергшихся насилию, в общество [7].

Ф.А.Акрамова стремится к многогранному подходу к данной проблеме и добивается определенных успехов. Автор исследует проблемы семейной жизни, в том числе семейное насилие и причины разлуки в браке, и в большинстве случаев обращает внимание на это, прежде всего, неготовность подружек невесты к семейной жизни, разногласия супругов, несовместимость характера, ревность, неприязнь свекрови и других близких родственников к невесте, пристрастие мужчины к вредным привычкам. (пьянство, употребление наркотиков и тому подобное), материальные затруднения (в основном неработающий муж, неспособность самостоятельно управлять семьей), в качестве причины он указывает на то, что женихи не ладят после свадьбы. Другой аспект исследования автор предлагает команде изучить проблемы, с которыми сталкиваются молодые семьи, чтобы эффективно решить их: 1) формировать положительное представление о семье, семейных традициях; 2) в случае выявления проблем формировать чувство ответственности за сохранение семьи и семейных ценностей; 3) уделять особое внимание взаимопониманию и поддержке всех членов семьи; 4) создать систему оценки социально-психологического климата в молодой семье, периодически организовывать проведение бесед психологов с молодоженами; 5) оказывать методическую и практическую помощь молодоженам, а также лицам, переживающим период адаптации к семье и семейным отношениям [5].

В целом, хотя психологи нашей страны в определенной степени изучают семейно-брачные отношения, проблемы, характерные для различных аспектов семейной жизни, некоторые проблемы, характерные для семейной жизни, включая насилие в семье, разводы и его последствия, все еще остаются актуальными. Данные проблемы требуют изучения социально-психологических особенностей улучшения межличностных отношений в семье и достижения стабильности семьи под влиянием условий Узбекской национально-культурной среды. Созданные узбекскими учеными теории, практическая и научная информация, разработанные методики сегодня играют важную роль в изучении семейно-брачных отношений.

В нашей исследовательской работе мы считаем необходимым на основании полученных результатов, выводов по профилактике насилия и домогательств в семье дать следующие рекомендации: Во-первых, оградить женщин от насилия и домогательств, дополнительно повысить роль соседства в оказании им

юридической и психологической помощи; во-вторых, увеличить количество бесплатных “юридических клиник”, работающих на местах, и дать им возможность изучать проблемы женщин и девочек., разработка и внедрение в практику правовых механизмов сосредоточения внимания на их разрешении; в-третьих, расширить сферу государственных грантов на проведение научных исследований и поиск решений проблем угнетения и насилия и других негативных демографических тенденций; в-четвертых, включить в содержание преподаваемых в высших учебных заведениях дисциплин вопросы гендерного равенства против угнетения и насилия в отношении женщин; в-пятых, разработать эффективные механизмы, направленные на повышение занятости женщин, их конкурентоспособности на современном рынке труда. желательно определить.

Литература.

1. O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi. Rasmiy nashr. -Toshkent: «O‘zbekiston» nashriyoti. 2023. -120 b.

2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024 yil 10 maydagi PQ-175-sonli «Tazyiq va zo‘ravonlikdan jabrlangan shaxslarga ijtimoiy xizmatlar ko‘rsatishni takomillashtirish bo‘yicha qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida»gi Qarori. https://lex.uz/uz/docs/6916638.

3. Абу Райҳон Беруний. Минерология. – Москва: 1963. – С. 256.

4. Alisher Navoiy. Mahbub-ul-qulub. – Toshkent: 1966. 13-jild. – B.244.

5. Akromova F.A. Yoshlarni oilaga tayyorlashning asosiy omillari va ularning psixologik xususiyatlari. ZAMONAVIY TA’LIM / СОВРЕМЕННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ 2015, 10, 45-52 bet.

6. Ahmad Donish. Navodir ul-vaqoye’. – Dushanbe: «Donish», 1989. – B.339.

7. Ziyavutdinova X.SH. O‘zbek oilalarida ayollarga nisbatan zo‘ravonlik turlari va uning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. ZAMONAVIY TA’LIM / СОВРЕМЕННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ 2022, 7 (116). 34-40 bet.

8. Karimova V.M. Oila psixologiyasi. -Toshkent: «Fan va texnologiya» nashriyoti. 2008. 152 b.

9. Rahimov S. Abu Ali ibn Sino. Ta’lim va tarbiya haqida. – Toshkent: «O‘qituvchi», 1967. – B.99.

10. Shoumarov G‘.B., Haydarov I.O. Oila psixologiyasi. – Toshkent: «Sharq» nashriyoti. 2008. -294 b

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРЕПОДАВАНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Усманова М.Н
(г. Бухара, Узбекистан)

Аннотация. *Современные образовательные практики все чаще интегрируют здоровьесберегающие технологии в процесс преподавания, что становится особенно актуальным в контексте психологических дисциплин. Данное исследование направлено на анализ влияния здоровьесберегающих технологий на эффективность обучения и психологическое благополучие студентов. В работе рассмотрены различные подходы к внедрению элементов физического здоровья и психологической поддержки в учебный процесс. Особое внимание уделено методам снижения уровня стресса и повышения устойчивости студентов к психоэмоциональным нагрузкам. Исследование базируется на анализе данных, полученных в ходе экспериментального обучения с использованием интерактивных методик и технологий релаксации. Результаты показывают, что интеграция здоровьесберегающих технологий способствует повышению концентрации внимания, улучшению памяти и общему уровню удовлетворенности образовательным процессом. Данное исследование вносит вклад в разработку методических рекомендаций по оптимизации учебных программ для повышения эффективности преподавания психологических дисциплин в высших учебных заведениях.*

Ключевые слова*: здоровьесберегающие технологии, психологическое благополучие, стрессоустойчивость, интерактивные методики обучения, психоэмоциональное здоровье, оптимизация учебных программ.*

Abstract. *Modern educational practices increasingly integrate health-saving technologies into the teaching process, which is becoming especially relevant in the context of psychological disciplines. This study is aimed at analyzing the impact of health-saving technologies on the effectiveness of learning and psychological well-being of students. The paper considers various approaches to the introduction of elements of physical health and psychological support into the educational process. Particular attention is paid to methods of reducing stress and increasing students' resistance to psycho-emotional stress. The study is based on the analysis of data obtained during experimental learning using interactive techniques and relaxation technologies. The results show that the integration of health-saving technologies helps to increase concentration, improve memory and overall satisfaction with the educational process. This study contributes to the development of methodological recommendations for optimizing curricula to improve the effectiveness of teaching psychological disciplines in higher education institutions.*

Keywords*: health-saving technologies, psychological well-being, stress resistance, interactive teaching methods, psycho-emotional health, optimization of curricula.*

Введение. На современном этапе развития образовательных систем актуализируется вопрос не только интеллектуального, но и физического здоровья учащихся. Это особенно важно в контексте преподавания психологических дисциплин, где психоэмоциональное благополучие студентов напрямую влияет на усвоение материала. Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс открывает новые возможности для повышения качества обучения и благополучия студентов. Такие технологии включают в себя методы

снижения стресса, улучшения физического состояния и оптимизации психоэмоциональной среды, что способствует лучшему восприятию учебного материала и общему уровню удовлетворенности образовательным процессом.

Интеграция здоровьесберегающих технологий в обучение психологии может включать использование интерактивных и мультимедийных ресурсов, которые делают процесс обучения более динамичным и менее стрессовым. Помимо этого, применение методов релаксации и медитации помогает студентам лучше управлять своими эмоциями во время учебы, что является критически важным для психологических дисциплин. Эта статья представляет анализ влияния здоровьесберегающих технологий на учебный процесс и психоэмоциональное благополучие студентов, предлагая новый взгляд на оптимизацию образовательных подходов.

Научные основы внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательные процессы занимают важное место в современной педагогической практике. Важность физического и психоэмоционального здоровья для когнитивных функций студентов подтверждается многочисленными исследованиями. Так, улучшение физического состояния студентов напрямую коррелирует с их академическими достижениями и способностью к обучению. В разделе освещаются различные подходы к внедрению таких технологий, включая адаптацию учебных пространств и методов преподавания, которые способствуют улучшению учебной среды и повышению общего благополучия учащихся.

Одним из направлений внедрения здоровьесберегающих технологий в Узбекистане является адаптация учебных пространств. Это включает в себя создание комфортных условий для учебы, обеспечение достаточного естественного освещения, регулирование микроклимата в аудиториях, использование эргономичной мебели, что способствует снижению физической усталости и улучшению концентрации внимания студентов. В учебных заведениях Ташкента и других городах активно внедряются новые образовательные технологии, такие как интерактивные доски и системы дистанционного обучения, которые также способствуют улучшению учебной среды.

Важным аспектом внедрения здоровьесберегающих технологий является обновление методов преподавания. В университетах страны растет популярность применения интерактивных методов обучения, которые предполагают большую активность студентов и меньшее напряжение в учебном процессе. Кроме того, особое внимание уделяется психологической поддержке студентов: организация тренингов по стрессоустойчивости, время от времени проведение занятий по медитации и йоге в учебных заведениях способствует снижению уровня тревожности и улучшению психоэмоционального состояния учащихся.

Программы повышения физической активности студентов также внедряются в ряде вузов Узбекистана. Примером может служить включение в расписание учебных заведений специализированных физкультурных пауз, организация спортивных секций и групп по интересам, которые способствуют не только улучшению физического, но и психологического состояния студентов. Такие инициативы позволяют учащимся лучше справляться с академическими нагрузками и способствуют повышению общего благополучия.

Методы исследования эффективности здоровьесберегающих технологий Раздел посвящен детальному описанию методологий, которые используются для оценки влияния здоровьесберегающих технологий на эффективность обучения. Анализируются критерии, такие как уровень стресса, психологическая устойчивость студентов, их успеваемость и благополучие. Применяются качественные и количественные методы исследования, включая

анкетирование, наблюдение и экспериментальное тестирование, что позволяет получить объективные данные о реальном воздействии применяемых технологий.

В современном образовательном процессе все большее внимание уделяется не только непосредственно академическим достижениям студентов, но и их общему благополучию, включая психологическое и физическое здоровье. Здоровьесберегающие технологии, внедряемые в образовательные учреждения, направлены на создание благоприятной учебной среды, которая способствует повышению устойчивости студентов к стрессу, улучшению их психологического состояния и, как следствие, повышению учебной успеваемости. В данном разделе представлен детальный обзор методологий, которые применяются для оценки эффективности таких технологий.

Качественные методы исследования

Основой качественного исследования в данном контексте является анкетирование, которое позволяет собирать данные о личных впечатлениях и самооценках студентов относительно их благополучия и учебного процесса. Анкеты могут включать вопросы о самочувствии, уровне стресса, мотивации к учебе и общем удовлетворении жизнью. Эти данные помогают исследователям понять, как внедрение здоровьесберегающих технологий влияет на студентов с психологической точки зрения.

Дополнительно, применяются методы наблюдения, которые включают систематическое отслеживание поведения студентов в учебной среде. Наблюдения могут проводиться как в обычной учебной обстановке, так и во время специально организованных сессий, например, во время занятий по медитации или йоге. Цель такого наблюдения — зафиксировать изменения в поведении студентов, которые могут указывать на уменьшение уровня стресса и улучшение концентрации.

Количественные методы исследования

Количественные методы включают использование статистического анализа данных, полученных в ходе анкетирования и тестирования. Эти методы позволяют не только подтвердить субъективные оценки студентов, полученные с помощью качественных методов, но и предоставить объективные меры влияния здоровьесберегающих технологий на учебный процесс. В рамках количественного анализа могут использоваться различные психометрические тесты для оценки уровня стресса, анксиозности, депрессии и других психологических параметров.

Одним из важных инструментов количественного исследования является разработка и применение контрольных и экспериментальных групп. Студенты разделяются на группы, одна из которых подвергается воздействию здоровьесберегающих технологий, в то время как другая служит контрольной. Это позволяет оценить реальное воздействие внедренных методов на учебный процесс и благополучие студентов.

Интеграция данных и междисциплинарный подход

Интеграция качественных и количественных данных играет ключевую роль в обеспечении надежности результатов исследования. Объединение данных из разных источников позволяет получить более полное представление о воздействии здоровьесберегающих технологий. Также важно использование междисциплинарного подхода, включающего специалистов из области психологии, педагогики, медицины и даже физической культуры, что способствует глубокому анализу и пониманию механизмов воздействия рассматриваемых технологий на различные аспекты жизни студентов.

Анализ временных рядов и долгосрочное воздействие

Для оценки долгосрочного воздействия здоровьесберегающих технологий целесообразно использование анализа временных рядов. Этот метод позволяет

отслеживать изменения в состоянии студентов на протяжении всего периода обучения, а также после его окончания. Анализ временных рядов может выявить как непосредственные, так и отложенные эффекты применения различных технологий, что особенно важно для подтверждения устойчивости положительных изменений в учебной среде и психологическом состоянии студентов.

Использование комплексного подхода в исследовании влияния здоровьесберегающих технологий на образовательный процесс позволяет не только подтвердить их эффективность, но и определить оптимальные условия для их применения, а также возможные ограничения и направления для дальнейших исследований в данной области.

В Узбекистане реализация здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях начала активно развиваться в последние годы. В частности, в университетах Ташкента и Самарканда были запущены пилотные проекты, направленные на интеграцию элементов релаксации и медитации в учебные программы психологических и медицинских факультетов.

Один из ярких примеров - программа, внедренная в Ташкентском Государственном Университете Психологии и Педагогики, где студентам предлагаются занятия по йоге и медитации дважды в неделю. Эти сессии включены в учебный план и направлены на снижение стресса, улучшение концентрации внимания и повышение общей устойчивости к умственным нагрузкам. Результаты предварительных оценок показывают значительное улучшение психоэмоционального состояния студентов, участвующих в программе, а также повышение их академической успеваемости.

В Самаркандском Государственном Медицинском Университете запущен проект по внедрению техник стрессоустойчивости и эмоционального благополучия через регулярные тренинги и семинары, которые проводятся квалифицированными психотерапевтами. Студенты учатся техникам саморегуляции, что особенно важно для будущих медицинских работников, часто сталкивающихся со стрессовыми ситуациями. Исследования показывают, что участники программы отмечают уменьшение уровня профессионального выгорания и улучшение способности к эмпатии.

Тем не менее, внедрение здоровьесберегающих технологий сталкивается с рядом препятствий. Одной из основных проблем является нехватка квалифицированных специалистов, способных проводить специализированные занятия. Кроме того, наблюдается сопротивление со стороны некоторых преподавателей и студентов, которые скептически относятся к нововведениям, предпочитая традиционные методы обучения.

Для преодоления этих препятствий важно проводить дополнительные исследования и образовательные кампании, направленные на повышение осведомленности о пользе здоровьесберегающих практик. Также необходимо создавать программы подготовки для преподавателей, чтобы они могли эффективно интегрировать новые методы в учебный процесс.

Рекомендации для образовательных учреждений На основе проведенного анализа формулируются рекомендации по оптимизации образовательного процесса с использованием здоровьесберегающих технологий. Предлагается комплекс мер, направленных на интеграцию физического и психологического благополучия в учебную программу. Эти меры включают обновление учебных планов, обогащение курсов элементами физической активности и психологической поддержки, а также обучение преподавателей методам создания здоровой учебной среды.

Заключение

На основе проведенного исследования становится очевидной значимость здоровьесберегающих технологий для современной образовательной системы. Интеграция данных технологий в учебные процессы значительно способствует не только улучшению академических результатов студентов, но и положительно влияет на их психоэмоциональное состояние. Это, в свою очередь, создает благоприятную среду для развития и самореализации личности, повышает мотивацию и интерес к учебе, что является важным фактором в образовательном процессе.

Успехи в применении здоровьесберегающих технологий также подчеркивают необходимость их дальнейшего изучения и развития. Важно продолжать научные исследования, направленные на оценку влияния этих технологий на различные аспекты учебной деятельности и благополучия студентов. Кроме того, необходимо анализировать долгосрочные результаты применения этих подходов, чтобы понять их устойчивость и эффективность в динамично изменяющихся условиях современного образовательного пространства.

Разработка новых методик, адаптированных к меняющимся условиям и потребностям образовательной среды, также остается приоритетной задачей. Это включает в себя инновации в области образовательных технологий, создание новых учебных материалов и методов преподавания, которые могут эффективно интегрировать здоровьесберегающие практики в повседневную учебную деятельность. Такие инновации должны учитывать как психологические, так и физиологические аспекты здоровья студентов, а также предоставлять возможности для их реализации в различных типах образовательных учреждений.

Кроме того, ключевым аспектом в распространении здоровьесберегающих технологий является сотрудничество между образовательными учреждениями, научно-исследовательскими институтами и государственными органами. Это сотрудничество может способствовать созданию общенациональной стратегии по внедрению и поддержке здоровьесберегающих инициатив в образовательной сфере. Поддержка со стороны государства и адекватное финансирование исследовательских проектов в этой области могут значительно ускорить процесс интеграции и реализации инновационных подходов, которые будут способствовать формированию здорового и образованного общества.

Таким образом, дальнейшее развитие и распространение здоровьесберегающих технологий в образовательной сфере требует комплексного подхода, включающего исследования, инновации, международное и межсекторальное сотрудничество, а также постоянное обновление учебных программ и методов обучения. Все эти усилия направлены на то, чтобы сделать образовательный процесс не только эффективным, но и максимально благоприятным для здоровья и благополучия каждого студента.

Литература.

1. Brown M. et al. "2023 EDUCAUSE Horizon Report: Teaching and Learning Edition." EDUCAUSE, 2023, стр. 1-50.
2. Garcia A. "Technology might be making education worse." Stanford Report, 2023, стр. 1-3.
3. Dator J. "What Futures Studies Is, and Is Not." Springer, 2019, стр. 3-5.
4. Khan M.H. "Impact of Artificial Intelligence on Education." WUST Blog, 2023, стр. 1-3.
5. Dede C. "Reinventing the Role of Information and Communications Technologies in Education." Teachers College Record, 2007, стр. 11-38.
6. EDUCAUSE. "2023 Higher Education Trend Watch." EDUCAUSE Review, 2023, стр. 1-45.

ВЛИЯНИЕ СТРЕССА НА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Файзиев Я.З., Солохиттдинов А., Худойбердыев Ш.
(г. Бухара, Узбекистан)

Аннотация. *Стресс является важным фактором, влияющим на спортивные результаты. В данной статье анализируется взаимосвязь между стрессовыми состояниями и их воздействием на производительность атлетов. Исследование базируется на многочисленных теоретических исследованиях, а также эмпирических данных, полученных с помощью психологических тестов и физиологических измерений. Особое внимание уделено механизмам стресса, включая физиологические и психологические реакции организма на стрессовые стимулы, и их влиянию на спортивное мастерство и устойчивость атлета. Результаты исследования подтверждают гипотезу о том, что управление стрессом и разработка стратегий его снижения могут значительно улучшить производительность в спорте. Также обсуждаются практические приложения полученных результатов для тренировочных программ, направленных на улучшение психологической устойчивости спортсменов и оптимизацию их выступлений.*

Ключевые слова: *стресс в спорте, психологическая устойчивость, производительность атлетов, физиологические реакции на стресс, управление стрессом, спортивная психология, оптимизация выступлений.*

Abstract. *Stress is a significant factor affecting sports performance. This article explores the relationship between stress states and their impact on athletes' performance. The study is based on extensive theoretical research and empirical data obtained through psychological testing and physiological measurements. Special attention is given to the mechanisms of stress, including the physiological and psychological responses of the body to stressful stimuli, and their influence on athletic skill and resilience. The findings support the hypothesis that managing stress and developing strategies to reduce it can significantly improve performance in sports. The practical applications of these results for training programs aimed at enhancing athletes' psychological resilience and optimizing their performances are also discussed.*

Keywords: *stress in sports, psychological resilience, athletes' performance, physiological responses to stress, stress management, sports psychology, performance optimization.*

Введение. Стресс в спорте является сложным и многогранным феноменом, оказывающим как позитивное, так и негативное влияние на производительность спортсменов. Он может возникать как результат внешних обстоятельств, таких как важные соревнования или высокие ожидания тренеров, так и из-за внутренних психологических конфликтов, таких как страх неудачи или самокритика. Эффективное управление стрессом и его оптимизация являются ключевыми в спортивной психологии, поскольку правильное регулирование стресса может превратить его из потенциального препятствия в мощный стимул для улучшения результатов.

Понимание происхождения стресса, его роли и механизмов воздействия на организм спортсмена имеет критическое значение. Стресс вызывает ряд биохимических изменений в организме, включая выделение адреналина и

кортизола, что, в свою очередь, влияет на мышечный тонус, сердечный ритм и общее психоэмоциональное состояние атлета. Понимание этих процессов позволяет разрабатывать эффективные стратегии для их контроля и использования в пользу спортсмена.

Изучение стресса в спортивной деятельности подразумевает не только анализ его негативных последствий, но и исследование потенциальных адаптивных реакций на стресс, которые могут способствовать улучшению выносливости, концентрации и общей производительности атлетов. Таким образом, данное исследование нацелено на всесторонний анализ стресса, его факторов и механизмов, с целью оптимизации спортивных результатов.

Стресс в спорте может быть вызван различными факторами, от психологических до физиологических. На психологическом уровне стресс часто связан с давлением со стороны тренеров, соревновательной анксиозностью и страхом перед публичным выступлением. Физиологически стресс проявляется через увеличение частоты сердечных сокращений, повышение кровяного давления и изменение уровня гормонов, особенно кортизола, который является индикатором уровня стресса. Понимание этих механизмов является ключевым для разработки стратегий, которые помогут спортсменам адаптироваться к стрессовым условиям, тем самым улучшая их производительность и способность к восстановлению.

Различные спортсмены могут по-разному реагировать на стресс. У одних это может привести к снижению концентрации и ошибкам во время выступлений, у других — стимулировать повышение уровня мотивации и концентрации. Понимание этих индивидуальных различий критически важно для тренеров и спортивных психологов, чтобы разрабатывать персонализированные методы тренировок и соревнований, которые учитывают специфику восприятия стресса каждым атлетом.

Применение программ управления стрессом, включая техники релаксации, медитацию, визуализацию и психологическое консультирование, демонстрирует значительное улучшение психологического состояния спортсменов и их спортивных результатов. Такие программы позволяют атлетам лучше контролировать свои эмоции и улучшать устойчивость к стрессовым ситуациям, что является неотъемлемой частью успешной спортивной деятельности. Внедрение этих методов на всех уровнях спортивной подготовки позволяет спортсменам не только улучшать свои показатели, но и настраиваться на успех в важных соревнованиях.

На практике полученные данные могут быть использованы для оптимизации тренировочных процессов и соревновательной деятельности. Важно, что методы управления стрессом могут применяться не только в спорте высоких достижений, но и на начальных этапах спортивной подготовки, помогая молодым атлетам адаптироваться к нагрузкам и психологическому давлению. Таким образом, стресс, эффективно управляемый и направленный в нужное русло, может стать важным ресурсом для улучшения результатов и достижения спортивных целей.

Результативность спортсмена в значительной мере зависит от его психического состояния. Длительные тренировки и однообразные упражнения вызывают быстрое утомление, которое отрицательно влияет на процесс занятий и снижает их эффективность. По мере истощения внутренних биологических ресурсов организма возрастает частота сердцебиения при одновременном снижении кровотока, что приводит к недостаточному снабжению мышц и головного мозга кислородом. Это вызывает замедление темпа работы, ослабляет концентрацию и способность усваивать новый материал, а также приводит к хроническому ощущению сонливости. На этом фоне мотивация к действиям снижается, и возникает негативное эмоциональное состояние, приводящее к

нарушению осознанных действий. Под влиянием сильного стресса некоторые профессиональные спортсмены начинают вести себя неадекватно и нарушать общественные нормы. Однако не каждый стресс приводит к дестабилизации психического состояния. Этот процесс напоминает «снежный ком»: достигается точка, за которой уровень расстройства сознания превышает внутренние резервы организма – его запас прочности истощается. Ф.Б. Березин утверждает, что «психологическая защита базируется на механизмах психической адаптации как базовой категории» [1, с.98]. Наступает состояние фрустрации, степень которого зависит от самооценки и общественной оценки личности. Если общественная оценка гармонирует с личной, фрустрация быстро сходит на нет. Человек может избавиться от негативного состояния, найдя увлекательное занятие, которое укрепляет волевые качества и позволяет легче справляться с эмоциональными потрясениями. Недостаточно развитая сила воли, напротив, способствует негативной разрядке, которая проявляется в конфликтном поведении по отношению к близким, друзьям и коллегам.

Состояние фрустрации может возникать из-за излишне высокой самооценки, которую спортсмен формирует относительно своих способностей, а также вследствие некорректного педагогического воздействия. Существует гипотеза, что на развитие стрессового синдрома могут по-разному влиять интеллектуальные и эмоциональные аспекты личности, так как уровень развития этих составляющих может существенно варьироваться у одного и того же человека [2, с.15].

В рамках практического исследования была организована серия наблюдений, целью которых было выявление степени зависимости эмоционального напряжения от влияния внешних факторов. В эксперименте приняли участие 17 студентов второго и третьего курсов, среди которых было 9 юношей и 8 девушек, обладающих спортивными разрядами по шахматам от второго до первого. Им предложили принять участие в турнире, при этом для усиления соревновательной мотивации была введена экспериментальная установка: только один из участников получит призовой фонд в качестве награды за победу. Помимо испытуемых, в турнире участвовал также ассистент исследователя – шахматист высокого уровня.

Турнир проводился по олимпийскому принципу за одним шахматным столом, с контролем времени, ограниченным десятью минутами на каждого игрока. Чтобы стимулировать у участников переоценку своих возможностей, ассистент носил значок третьего разряда, что должно было сформировать у испытуемых ложное впечатление о его квалификации. Дополнительными условиями эксперимента выступали демонстрация мнимой нервозности ассистента во время дебюта, а также преднамеренные нарушения правил, включая открытое обсуждение игр теми участниками, которые ожидали своего хода.

Во время детального анализа сыгранных партий были выделены определённые стадии, на которых игроки допускали серьёзные тактические ошибки, находясь под влиянием внешних факторов (при этом погрешность в определении временных границ составила от одного до двух ходов на каждом этапе). Эти наблюдения подтвердили гипотезу о четырёх типах реакций на стрессовые условия:

- **Стрессоустойчивые игроки**: Один юноша (первый разряд) и две девушки (также первый разряд) демонстрировали полное игнорирование внешних факторов, полностью сосредоточившись на процессе игры и не показывая отклонений в ходе партии.
- **Тренируемые к стрессу**: Три юноши (один первого разряда и двое второго) и одна девушка (второй разряд) после осознания ухудшения своих позиций на начальном этапе находили способ игнорировать внешние помехи и возвращаться к игре, восстанавливая концентрацию.

• **Замедленные в условиях стресса**: Пятеро юношей (двое второго и трое третьего разряда) и трое девушек (две второго разряда и одна третьего) внешне сохраняли спокойствие, но по мере перехода из середины игры в эндшпиль количество их критических ошибок возрастало экспоненциально.

• **Неустойчивые к стрессу**: Две девушки (третьего разряда) уступили партию, не завершив развитие фигур в начальной стадии, демонстрируя эмоциональное подавление и даже слёзы.

Также у испытуемых дополнительно выявили уровень тревожности по шкале соревновательной личностной тревожности Л. Мартенса. После обработки результатов диагностики был составлен график тревожности, дополнительно подтвердивший результаты практического эксперимента:

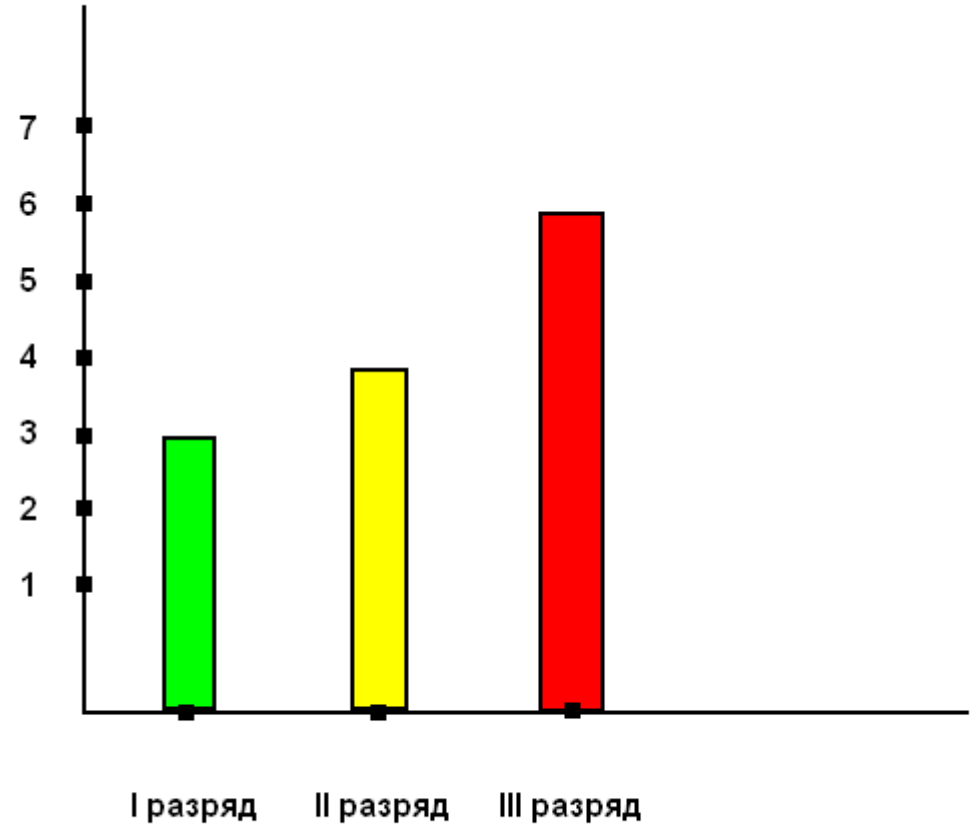


Рис. Уровень тревожности спортсменов-разрядников

В ходе эксперимента все участники потерпели поражение от более квалифицированного соперника. В рамках проведённого исследования удалось установить несколько важных взаимосвязей:

1. Уровень стрессоустойчивости — это личностное качество, которое обеспечивает согласованность всех психических процессов в ситуациях, провоцирующих эмоциональное напряжение, что позволяет выполнять задачи результативно [3, с. 542]. Этот показатель у спортсменов тесно связан с их профессиональной подготовленностью (чем выше профессионализм, тем выше сопротивляемость стрессу);

2. Преподавателю следует учитывать личные психофизиологические особенности и навыки спортсменов, принимая во внимание специфику их спортивной деятельности, а также способствовать развитию их профессионального мастерства;

3. Если на каком-то этапе обучения спортсмен временно не показывает прогресса, не стоит усиливать на него давление. Оптимальным решением в конфликтных ситуациях остаётся их предотвращение;

4. Переход к другой спортивной дисциплине может выступить как компенсаторный метод, позволяющий преодолеть временные трудности в предыдущей деятельности.

Литература.

1. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. – Л.: Наука, 1988. – 270с.

2. Немчин Т.А. Состояния нервно-психического напряжения/ Т.А. Немчин – Л.: ЛГУ, 1983. – 166 с.

3. Варданян Б.Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости / Б.Х. Варданян // Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. – М., 1983. – 592с.

4. В ходе эксперимента все участники потерпели поражение от более квалифицированного соперника. В рамках проведённого исследования удалось установить несколько важных взаимосвязей:

5. Уровень стрессоустойчивости — это личностное качество, которое обеспечивает согласованность всех психических процессов в ситуациях, провоцирующих эмоциональное напряжение, что позволяет выполнять задачи результативно [3, с. 542]. Этот показатель у спортсменов тесно связан с их профессиональной подготовленностью (чем выше профессионализм, тем выше сопротивляемость стрессу);

6. Преподавателю следует учитывать личные психофизиологические особенности и навыки спортсменов, принимая во внимание специфику их спортивной деятельности, а также способствовать развитию их профессионального мастерства;

7. Если на каком-то этапе обучения спортсмен временно не показывает прогресса, не стоит усиливать на него давление. Оптимальным решением в конфликтных ситуациях остаётся их предотвращение;

8. Переход к другой спортивной дисциплине может выступить как компенсаторный метод, позволяющий преодолеть временные трудности в предыдущей деятельности.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА КОНТЕНТ-АНАЛИЗА В ОЦЕНКЕ НАУЧНОГО ПРЕДСТАВЛЕНИЯ ЮНОШЕЙ

Фарфиева К.А.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *В статье на основе эмпирических исследований изучен вопрос формирования научных представлений в юношеском возрасте.*

Ключевые слова и понятия: *инновация, общение, научное мышление, параметры интеллектуального развития, юношеский возраст.*

Annotation. *The article examines the formation of scientific understanding in adolescence based on empirical research.*

Key words and concepts: *innovation, communication, scientific thinking, parameters of intellectual development, adolescence.*

Введение. В мире проводятся широкомасштабные работы по профессиональному формированию молодёжи в системе социальных отношений, воспитанию молодёжи, овладевшей качествами, обеспечивающими профессиональную компетентность, имеющими научный потенциал, активную гражданскую позицию, разработке психологических механизмов формирования у них научных представлений. Как утверждается на 41-й Сессии Генеральной конференции ЮНЕСКО 24 ноября 2021 года, с помощью основной медиа и информационной грамотности на образовательном пространстве новой информации, а также путём содействия овладению таких необходимых навыков, как критическое и творческое мышление, социальная работа, общение, социально-эмоциональный и искусственный интеллект, обеспечивается стабильное развитие страны[21]. С этой точки зрения остаются актуальными проблемы превращение роли средств, влияющих на научно-инновационное мышление, в предмет конкретных исследований, а также достижение успехов в формировании образа мышления молодёжи.

В мире среди реализуемых научных исследований уделяется особое внимание исследованиям по разработке концепции изучения инновационного мышления и интеллекта личности. К этому направлении относятся вопросы исследования средств, влияющих на формирование у молодёжи представлений о научном и творческом мышлении, основных мотивов и методов их выбора молодёжью; общеобразовательных навыков владения молодёжью информационно-технических наыков; разработки научных выводов о демонстрации их роли формирования при формировании учебных и воспитательных процессов; научного исследования социально-психологических факторов, влияющих на научно-инновационное мышление молодёжи, и методов психологического влияния.

За последние годы в нашей республике определены стратегические задачи, создаются необходимые основы по совершенствованию психологических механизмов формирования научных представлений у молодёжи, преданной Родине, смелой, обладающей высокими духовными качествами, овладевшей в совершенстве достижениями современной науки и техники. То, что «Инновация означает будущее . Создание нашего будущего ... мы должны начать именно с

[21] The General Conference of the United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO), meeting in Paris from 9 to 24 November 2021, at its 41st session. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000380399.

инновационных идей, инновационного подхода», показывает создание возможностей на пути современного развития для поиска новых теоретических решений, направленных на выявление социально-психологических средств формирования в обществе научно-инновационного мышления.

Степень изученности проблемы. Происходящие в обществе реформы ускорили процесс формирования зрелыми людьми лиц юношеского возраста и молодёжь, которые ещё более активно вступают в процесс решения жизненных проблем. На основе проведённых в мире исследований научного и творческого мышления личности получены следующие научные результаты: способности научного мышления в юношеском возрасте - теоретические взгляды и качества образования (Колледж Лондонского университета, Англия); развитие творческого восприятия в юношеском возрасте - понятие и различные подходы, исследования по развитию творческих способностей молодёжи, поведения, интеллекта молодёжи и тренинги (Лейденский университет, Нидерланды); развитие креативного мышления студентов с помощью годичной творческой учебной программы (Радбоудский университет, Нидерланды); творчество и осознание себя в юношеском периоде – изучение у них профессиональных отношений (Университет католика де Лоуваина, Бельгия); когнитивная компетенция молодёжи как позитивная конструкция развития - концептуальный обзор (Гонконгский университет, Гонконг); психология научного творчества – изучены когнитивно-конативные подходы (Люксембургский, Люксембург).

В мире проводятся научные изыскания по таким приоритетным направлениям исследования социально-психологических особенностей развития научно-инновационного мышления и интеллекта, как обогащение научных представлений и достижение повышения уровня мышления молодёжи, направленных на научную деятельность; создание психологической среды, позволяющей формировать научно-инновационную деятельность; влияние родителей, преподавателей, референтных групп как образцов на формирование научных представлений; роль научно-инновационных сообщений, передаваемых средствами массовой информации; социально-психологическое совершенствование научно-инновационного мышления молодёжи.

В Узбекистане вопросы психологии развития мышления и умственного прогресса изучены М.Г.Давлетшиным В.М.Каримовой, З.Т.Нишановой, Н.С.Сафоевым, Р.И.Суннатовой, Б.Р.Кодировым, Э.Г.Гозиевым, М.Ф.Хакимовой, Ш.М.Содиқовой и другими[22]. Анализ показывает, что в нашей республике научно-практическое изучение проблемы психологии развития исследовано, прежде всего, с точки зрения общей психологии, но средства, влияющие на научно-инновационное мышление не изучены в качестве особой социально-психологической проблемы.Анализ научной литературы по исследуемой теме показывает, что неизученность в Узбекистане проблемы средств, влияющих на формирование научно-инновационного мышления в юношеском возрасте как предмета специального социально-психологического исследования, определяет актуальность темы диссертационного исследования. Обзор зарубежных научных исследований по теме диссертации позволил выявить социально-психологические

[22] Давлетшин М.Г. Кобилият ва унинг диагностикаси. - Т.: Ўқитувчи, 1997. - 134 б.; Каримова В.М., Суннатова Р.И., Тожибоева Р.Н. Мустақил фикрлаш. -Т.: Шарқ, 2000.; Нишонова З.Т. Мустақил ижодий фикрлашни шакллантиришнинг психологик асослари: Псих.ф. док. дис. - Т., 2005.- 391 б.; Сафаев Н.С. Психологические особенности национального самосознания студенческой молодёжи: Дис. ... д-ра псих. наук. – Т.: УзМУ, 2005. -259 с.; Суннатова Р.И. Индивидуально-типологические особенности мыслительной деятельности. Дис. ... д-ра псих. наук. – Т.: УзМУ, 2005. -339 с.; Қодиров Б.Р. Истеъдодли болалар ва уларни танлаш методикаси. –Т.: 1992. -326 б.; Ғозиев Э.Г. Психологические основы развитие самоуправления учебной деятельностью у школьников и студентов. Автореф. дис. док. псих. наук. – Т., 1991. - 38 с.; Ғозиев Э. Тафаккур психологияси. – Т.: Ўқитувчи, 1990. - 183 б.; М.Ф.Ҳакимова М.Ф. Замонавий таълим технологиялари: назария ва амалиёт. Монография. -ТДИУ, 2018; Содиқова Ш.М. Оилада фарзанд тарбияси. Рисола.-Тошкент, 2019 йил, 2,0 б.т.

проблемы развития научно-инновационного мышления, социально-психологические особенности средств, влияющих на эффективность творческого мышления.

Научная новизна статьи:

доказано существование дифференциальных различий в проявлении у лиц юношеского возраста познавательных, чувственных, поведенческих компонент из-за частости случайного выбора за счёт качеств общительности, рискованности в их показателях сложности принятия решений в соответствии с особенностями профессионального и личностного развития;

Целью исследования является выявление социально-психологических средств формирования научно-инновационного мышления в юношеском возрасте.

Объект исследования. В исследовании приняли участие ученики общеобразовательной средней школы, ученики академического лицея, а также студенты бакалавриата.

Методы исследования. В исследовании из эффективных методик применён тест «Незаконченное предложение» и на основе результатов выполнен контент-анализ. С помощью этого теста в исследовании изучены социально-психологические средства, влияющие на научное мышление студентов всех направлений, и информация в них.

Результаты исследования.

На основе мнений, выраженных респондентами, участвовавшими в исследовании, выполнен анализ средств, влияющих на научно-инновационное мышление, по 9 категориями и 47 подкатегорийным понятиям.

Проанализированы категории «Цель будущего и способности», «Мои учителя», «Моя семья», «Мои воспоминания детства», «Формула «Эрудиро-ванный человек», «Эрудированные люди объединяют людей», «Важно для эрудированного человека», «Творчество».

В категории «Цель будущего и способности» значимое место занимает анализ следующих подкатегорийных понятий: счастливая семья, зрелый специалист и карьера, мои способности, мои возможности.

В категории «Мои учителя» значимое место занимает анализ следующих подкатегорийных понятий: специалист сферы, знаток, добрый и с хорошим отношением, направляющий на правильный путь, образцовый.

В категории «Моя семья» значимое место занимает анализ следующих подкатегорийных понятий: доброта и дружба, общее мнение.

В категории «Мои воспоминания детства» значимое место занимает анализ следующих подкатегорийных понятий: круг семьи, школьный период.

В категории «Формула «Эрудированный человек» значимое место занимает анализ следующих подкатегорийных понятий: широкое мировоззрение и мудрость, знающий, умный, культурный, следование знаниям.

В категории «Эрудированные люди объединяют людей» значимое место занимает анализ следующих подкатегорийных понятий: умственный, знание, научный спор, книга и просвещение, гуманизм.

В категории «Важно для эрудированного человека» значимое место занимает анализ следующих подкатегорийных понятий: работа над собой, не терять своё достоинство, профессиональное мастерство, уважение.

В категории «Источник информации» значимое место занимает анализ следующих подкатегорийных понятий: средства массовой информации, социальные сети, семья.

В категории «Творчество» значимое место занимает анализ следующих подкатегорийных понятий: созидание, способность, креативный подход.

Таблица 1.

Результаты контент-анализа изучения средств, влияющих на научное мышление лиц юношеского возраста

Единицы анализа	Единицы анализа	Направление естественных наук		Гуманитарное направление		Техническое направление		Учащиеся лицеев	
Категории	Подкатегорийные понятия	Час.п.	Отн. час. п. %	Час.п.	Отн. час. п. %	Час. п.	Отн. час. п. %	Час.п.	Отн. час. п. %
1. Цель будущего и способности	1.1. Счастливая семья	**85**	**23**	**106**	**30,2**	**114**	**30**	**36**	**20**
	1.2.Зрелый специалист и карьера	**90**	**24,3**	29	8,2	28	7,4	30	16,8
	1.4. Мои способности, мои возможности	76	20,5	91	26	84	22,1	28	15,7
2. Мои учителя	2.1. Специалисты сферы.	15	15,7	2	2,2	18	20,5	3	8,6
	2.2. Знатоки	21	22,1	27	29,3	14	15,9	7	20
	2.4. Добрые, с хорошм отношением	8	8,4	18	19,5	18	20,5	2	5,7
	2.5. Направляющие на правильный путь	20	21.05	8	8,7	12	13,6	2	5,7
	2.6. Образцовые	18	18,9	27	29,3	20	22,7	17	48,6
3. Моя семья	3.1. Доброта, дружба	45	49,4	41	49	26	28,9	16	45,7
	3.4. Общее мнение	17	18,7	19	22,6	28	31,1	11	31,5
4. Мои воспоми-нания детства	4.1. В кругу семьи	38	40	38	45,8	40	47,6	16	47,1
	4.2. В школе	33	34,7	22	26,5	18	21,4	10	29,4
5. Формула «Эрудиро-ванный человек»	5.2. Широкое мировоззрение, мудрость	80	20,3	87	22,5	114	28,1	35	30,2
	5.3. Умный, знания	99	25,1	108	28	66	16,2	33	28,4
	5.4. Культура, вопситание	78	19,7	54	14	52	12,8	13	11,2
	5.5. Следование знанниям	21	5,3	54	14	72	17,8	3	2,6
6. Эрудирован-ные люди объединяют людей	6.1. Ум и знание	12	13,8	36	41,3	32	34	6	21,4
	6.2. Научные споры	14	16	5	5,7	10	10,6	3	10,7
	6.3. Книга, просвещение	39	45	24	27,6	30	32	11	39,2
	6.4. Гуманизм	11	12,6	8	9,2	8	8,5	7	25
7. Важно для эрудированного человека	7.2. Работа над собой	57	23	85	34,5	50	18	16	19,8
	7.3. Не терять своё достоинство	80	32,1	76	3,1	72	25,9	17	21
	7.4. Профессиональное мастерство	48	19,2	17	7	32	11,5	13	16

	7.5. Моральные качества	20	8,03	43	17,4	56	20	15	18,6
8. Источники информации	8.1. СМИ	25	31,2	8	9,5	6	7,7	4	16,7
	8.2. Социальные сети	30	37,5	40	47,6	46	59	15	62,5
	8.3. Семья	14	17,5	3	3,5	6	7,7	1	4,1
	8.4. Проверю	9	11,2	1	1,2	16	20,5	4	16,7
9. Творчество	9.1. Созидание	53	63	23	28,4	54	62,8	13	48,1
	9.2. Способность	31	37	35	43,2	32	37,2	14	51,9
	9.3. Креативный подход			23	28,4				

Проведенные научные анализы были обобщены в поведенческом, когнитивном, эмоциональном компонентах воображения подростка по результатам контент-анализа факторов, влияющих на научно-инновационное мышление подростков, внутренних и внешних мотивов.

В поведенческом компоненте подчеркивается, что человек с научно-инновационным складом ума должен обладать такими человеческими качествами, как скромность, доброта, простота и свободная коммуникация, способность к дружеским отношениям с людьми. В когнитивном компоненте подчеркивается, что в человеке с научно-инновационным складом ума воплощаются, совершенные люди, которые действуют на основе науки и информации, самостоятельного мышления, следование своим знаниям и, которые могут внести свой вклад в будущее. В эмоциональном компоненте воплощаются люди, от сердца чувствующие боль другого человека, сочувствующие боль другого человека, люди, призывающие людей к добру, иногда почётные люди. Интеллектуально развитая, высоко способная и талантливая молодежь является мощным источником, движущей силой научно-технического развития общества, и они должны внести свой вклад по доведению возможностей нашей страны в области науки и техники до мировых стандартов. Данный подход к проблеме с этой точки зрения, делает необходимой воспитывать у молодежи научное мышление, давать им разумные указания, находить действенные средства.

По результатам проведённого исследования стало известно, что наблюдается приоритетность мотиваций, влияющий на научное мышление лиц юношеского возраста и нескольких факторов, влияющих на принятие ими решений. На основе результатов контент-анализа сделан вывод о том, что в представлении лиц юношеского возраста люди с научным мышлением – это знающие личности с глубоким мышлением, то есть способные обращаться к многим научным источникам. Отмечается, что основными средствами достижения ими такого уровня являются члены семьи, наставники, источники получения информации и специфические особенности этих средств.

Из результатов нашего исследования стало известно, что у лиц юношеского возраста можно наблюдать приоритетность мотиваций, влияющих на научное мышление, и несколько факторов, влияющих на принятие ими решений.

Результаты, полученные в исследовательской работе, даны в заключении, а также, опираясь на выводы, приведены необходимые предложения и рекомендации по изучению в нашей стране средств, влияющих на научно-инновационное мышление в юношеском возрасте.

Заключение.

В результате проведённых исследований сформулированы следующие выводы:

1. Научно-практический анализ социально-психологических средств формирования научно-инновационного мышления в юношеском возрасте служит

развитию процессов, связанных с научным мышлением лиц юношеского возраста в системе образования.

2. Показана актуальность и рост числа исследований, направленных на углубление теоретических знаний о сущности, природе и проявлении научного мышления, а также адаптацию человека в современном мире, нахождение своего места в нём, углубление теоретических знаний по выбору жизненного пути.

3. Исследованы психологические факторы отношений, связанных с психологическим изучением формирования научно-инновационного мышления на примере лиц юношеского возраста, повышения качеств мышления при налаживании их межличностных отношений, особенностей укрепления процессов познания учебного процесса и формирования навыков и квалификаций, укрепления качеств, обладающих особенностями мышления личности.

4. Результаты, полученные в процессе исследования о социально-психологических особенностях развития научно-инновационного мышления у лиц юношеского возраста оказывают эффективное влияние на повышение важных качеств в начале их будущей профессиональной деятельности, предотвращение негативных отношений с окружающими, повышение знаний и психологическое развитие успешных знаний и навыков.

5. Исследование научного мышления в юношеском возрасте имеет особе значение, потому что в этом периоде перед юношами и девушками появляется много жизненных проблем, требующих создания качественно новых структур в их мышлении, управления специфическими причинами, налаживающими научное мышление, новых форм механизмов прогнозирования, выбора, оценки и принятия решений, влияющих на их эффективность.

6. Постоянное исследование средств, влияющих на формирование научно-инновационного мышления лиц юношеского возраста, в результате помогает повышению конструктивных знаний у личностей, обладающих научным мышлением, воспитанию и формированию их как эрудированных и здоровых личностей.

Литература.

1. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности.- М., Наука, 1980.- 333 с.

2. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания// –М.: Наука. 1997. -380с.

3. Бодалев А.А. Личность и общение. –М., Педагогика, 1983. -265 с.

4. Брушлинский, А.В. Проблема субъекта в психологической науке // Психологический журнал.- 1996.-Т.12.-№6.- С.3-10.

5. Выготский Л.С. Мышление и речь. Избранные сочинения. Т.2 М.: Педагогика, 1982. -283с.

6. Каримова В.М. Социальная психология и реклама. Т, 2004.

7. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. – М.: Изд-во АПН РСФСР. 1999.- 462с.

8. Матюшкин А.М. Психологическая структура, динамика и развитие познавательной активности. //Вопросы психологии, 1982.-№4.- С.5-15.

9. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии.-СПб.: изд-во Питер.- 2013.- 713 с.

10. Тихомиров О.К. Психология мышления. - М.: Академия, 2002.- 287 с.

11. Эльконин Д.Б. Введение в психологию развития. М.: Тривола, 1994.-101 с.

12. Фарфиева К.А. Психологические условия развития научно-инновационного мышления в юношеском возрасте //Вестник интегративной психологии. Ярославль. Вып. 21. 2020. 414-417.

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF PARENTS WITH DISABLED CHILDREN LIVING IN THE ARAL SEA REGION

Xamrakulova M.Sh.
(Uzbekistan)

Аннотация. *В данной статье рассмотрены вопросы определения уровня психологического благополучия родителей детей-инвалидов разного возраста, проживающих в зона Арала. Мы знаем, что благополучие семьи напрямую зависит от гармонии и здоровья членов семьи. В данной статье подробно анализируются факторы, влияющие на благополучие семей с детьми-инвалидами, в том числе и их родителей. Проанализированы результаты исследования содержания понятия благополучия, детерминант, уровень удовлетворенности жизнью родителей, их взаимоотношений с детьми.*

Ключевое слово: *родители, благополучие, семья, ребенок-инвалид, удовлетворенность жизнью, зона Арала, психологическое консультирование, ученое звание, общество, круг общения, семейные отношения.*

Abstract. *This article discusses the psychological well-being of parents with disabled children of various ages living in the Aral Sea region. It is well-known that the well-being of a family directly depends on the mutual harmony and health of its members. This paper analyzes the factors influencing the well-being of families with disabled children, including their parents. It examines the concept of well-being, its determinants, the levels of life satisfaction of parents, and their attitudes towards their children based on research findings.*

Keywords: *parents, well-being, family, disabled child, life satisfaction, Aral Sea, psychological counseling, family status, society, circle of friends, family relations.*

Introduction: The family is considered a small unit of society. In a family, individuals learn norms, rules, values, and the system of values, gaining knowledge that aligns with societal culture and traditions. Families with disabled children have a unique psychological status, characterized not only by the personal traits of their members but also by the family's closeness to the disabled child.

Professionals working with disabled children encounter various disabilities in these children. If family members understand the essence of the events occurring with their child and actively contribute to their care, the effectiveness of treatment significantly increases. Correct diagnoses and appropriate treatments, without support from the environment, cannot guarantee improvements in the child's condition. The main goal of working with families is to assist in the rehabilitation of the disabled child, improve disrupted interpersonal relationships between parents and children, and enhance parental subjective well-being, ultimately improving family well-being.

Literature Review: Research focused on the issue of disability can be found in foreign sources, as well as in the scientific studies of scholars from the Commonwealth of Independent States and Uzbekistan. While Uzbek pedagogical researchers such as M.A. Abduvaliyeva, M.Y. Ayupova, and others have conducted various studies,

insufficient attention has been given to investigating the well-being of families with disabled children.

Conclusion : T enhance the psychological well-being of parents with disabled children living in the Aral Sea region, it is crucial to provide them with pedagogical and psychological support, as well as to improve social relationships within families. Research and programs addressing these issues should focus on improving the quality of life for disabled children and their parents. I.F. Ryul, T.G. Bogdanova, V. Mazurova, E.F. Achildieva, G.G. Sillaste, and E.R. Yarskaya-Smirnova, among others, have studied the adaptation and well-being of families with disabled children. The issue of family well-being is particularly relevant in the current stage of societal development, as an individual's experience of their own well-being is fundamental for successful functioning in society. This need arises from an urgent requirement in psychological practice to identify factors that contribute to a person's internal balance, adequate social behavior, and self-awareness. Studying the content, dynamics, and determinants of parental well-being is significant from both theoretical and social-psychological practice perspectives. An individual's subjective well-being affects the productivity and nature of various activities and behaviors, significantly defining their overall experience. The psychological and multifaceted nature of subjective well-being is reflected in the related concepts of "subjective well-being," "life satisfaction," and "happiness" found in psychological research. Thus, there is a necessity to study the well-being of families with disabled children.

Research Methodology: A child's disability can impact their health, communication, mobility, learning, and participation in family and societal life. This can have a significant effect on the child's education and social outcomes. Often, parents of disabled children are at a higher risk of mental illness compared to parents of non-disabled children. There are two main reasons for this. First, parents experience changes in their social and family lives as they adapt to their child's needs, as caring for a disabled child requires significant responsibility, leading parents to devote considerable time to their child. This affects their social life, often resulting in a complete loss of contact with friends, relatives, and even close family members. Second, the increased costs associated with caring for a disabled child and decreased income can lead to financial difficulties for the entire family. Childhood disability can significantly increase living expenses for families. Parents of disabled children may experience grief, isolation, and severe stress, which can lead to mental health issues such as depression and anxiety.

Existing evidence indicates that there are barriers for parents of disabled children in accessing mental health services. The responsibilities of caregiving complicate the scheduling of ap

pointments.

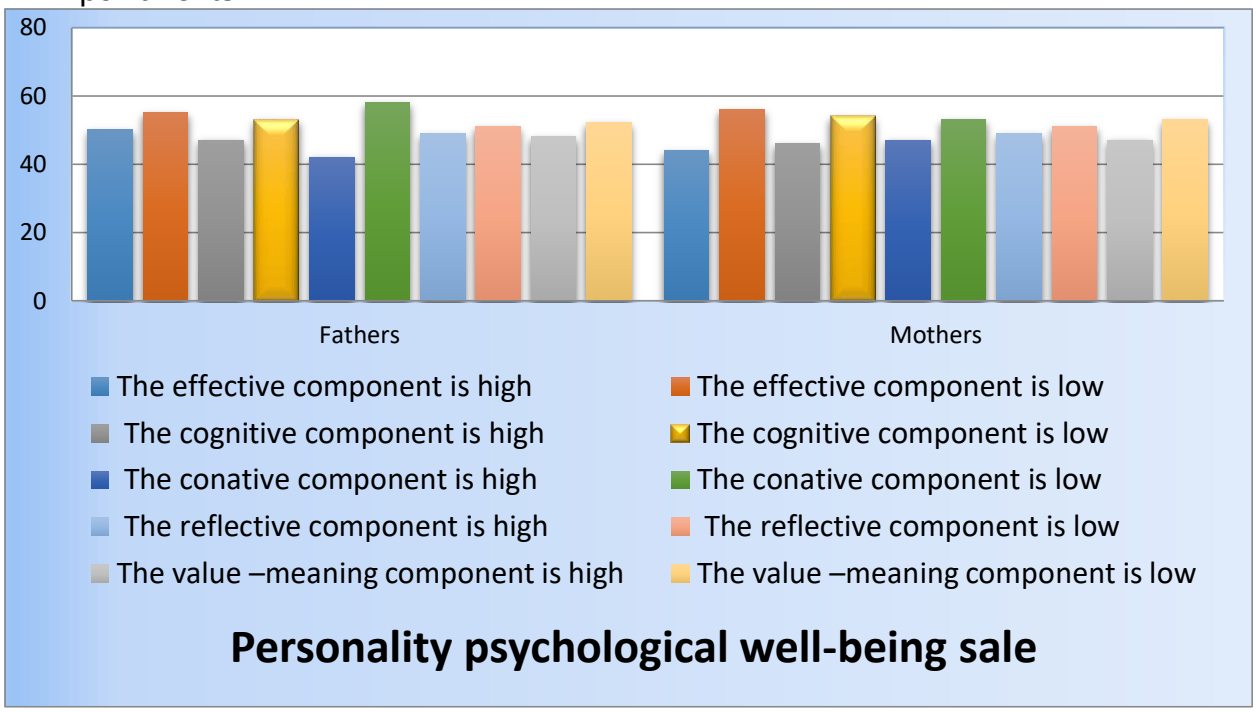


Figure 1. Results of the Survey on the Personal Well-Being Scale of Parents with Disabled Children Living in the Aral Sea Region

Analyzing the above diagram, we see that among parents of disabled children, 50% of fathers and 44% of mothers have a high affective component, indicating that they are satisfied with themselves and their lives, evaluate various aspects of life positively, and hold an optimistic outlook on current and future events. Conversely, 55% of fathers and 56% of mothers have a low affective component, expressing negative evaluations of their lives and image, and a pessimistic view of the future. They often feel powerless in the face of situations and events and do not trust their abilities and strengths.

Furthermore, 53% of fathers and 54% of mothers have a high cognitive component, recognizing their abilities and strengths, envisioning what they want to achieve in the future, and having knowledge about their mental and social resource systems and development methods. However, 58% of fathers and 53% of mothers score low, lacking knowledge about realizing their potential and struggling to choose tools and resources that help overcome difficult life situations. Regarding the conative component, 42% of fathers and 47% of mothers possess methods for behavior in various life situations, demonstrating effective actions aimed at self-expression and development. Conversely, 51% of fathers and 51% of mothers score low, struggling to choose tools that could improve their lives, managing their behaviors and actions is difficult, and they do not attempt to change the situation positively or pursue personal development. For the reflexive component, 49% of fathers and 49% of mothers have a high score, indicating that they sufficiently understand their place in the world, comprehend their personal resources and prospects, have inner freedom, and maintain a conscious attitude toward their lives as a process of personal growth. Conversely, 53% of fathers and 51% of mothers score low, doubting their significance, failing to understand themselves well, not accepting certain aspects of their personalities, and lacking an awareness of their potential. Finally, 48% of fathers and 47% of mothers score high in the value-oriented component, seeing their lives as filled with meaning. They enjoy daily events and live in harmony with the surrounding world, oriented towards self-awareness and development, living according to their personal values and goals. However, 52% of fathers and 53% of mothers score low, struggling to enjoy life and to identify their value system, often paying

more attention to others' values and finding it difficult to design their development path and choose methods for self-fulfillment.

Conclusion and Recommendations. The results indicate that parents of disabled children living in the Aral Sea region score low on the well-being scale, particularly among mothers, who show significantly lower scores. This is likely due to mothers spending more time on the upbringing and care of their disabled children. To improve the well-being of these parents, it is crucial to optimize family relationship dynamics and enhance the positive impact of the child's development. It is important to educate parents on care giving skills, assist families in solving problems, and improve their emotional states. Establishing psychological services for families with disabled children in the Aral Sea region is necessary, along with conducting a comparative analysis of the impact of ecological issues on family well-being and developing practical recommendations for social-psychological support. Maintaining the economic activity of parents with disabled children in the Aral Sea region is essential for preserving the community's labor potential. To enhance the well-being of these families, it is necessary to develop a system of measures that ensures their living conditions meet modern standards. Collaborating with local communities and families would be beneficial in achieving these goals.

References

1. B. Bradburn, N. The Structure of Psychological Well-Being. Chicago: Aldine Pub. Co., 1969. 320 p.

2. D.A. NurkeIdiyeva, M.U. Hamidova. Diagnostics of Children with Developmental Disabilities. Tashkent – 2016.

3. L.Sh. Nurmuhammedova, M. Ziyovuddinova. Methods of Raising Children with Special Needs in the Family. Tashkent – 2016.

4. E.R. Yarskaya-Smirnova, E.K. Naberushkina. Social Work with Disabled Individuals. St. Petersburg: Peterburg Publishing, 2004. 316 pp.

5. I.V. Dobryakov, O.V. Zashirinskaya. Psychology of the Family and a Sick Child. Textbook: Reader. St. Petersburg: Rech, 2007. 400 pp.

6. Ryan, R.M. Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. R.M. Ryan, E.L. Deci. American Psychologist, 2000. Vol. 55. P. 68-78.

7. Shamshetova, A.K. Improving Social-Psychological Services for the Population of the Coastal Zone. 19.00.05. Abstract of Doctor of Psychology. 2023. 67 p.

8. Jumaniyozova, Nasiba Ramatillayevna. Research on the Psychological Characteristics of Children with Autism Syndrome. Journal "Ma'mun Science" No. 2 (2023). DOI http://dx.doi.org/10.26739/2181-0000-2023-2

9. Shebanets, E.Yu. Factors of Subjective Well-Being of Mothers with Disabled Children. Abstract of Candidate of Sciences. VAK RF 19.00.01.

ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ОСОБЕННОСТЬ САМОВЫРАЖЕНИЯ

Хасанова С.Ш.
(Узбекистан)

Аннотация*. В данной статье представлен теоретический анализ подросткового возраста, изученный в литературе, а также характеристика развития способности к самовыражению в межличностном общении и в определённых видах деятельности. Анализируются различия в развитии интеллектуальных способностей по половому признаку, связанные с индивидуальными особенностями в подростковом возрасте, диагностические результаты методик, их основные аспекты, а также объективные и субъективные стороны, которые отражены и в таблицах.*

Ключевые слова: *подростковый возраст, концепция «я», самовыражение, отражение, критическое мышление, способности, лингвистический, математико-логический, визуально-пространственный, музыкальный, межличностный, направленность на внутренний мир личности, кинестетический.*

Abstract. *This article presents a theoretical analysis of adolescence, studied in the literature, as well as a characteristic of the development of the ability to express oneself in interpersonal communication and in certain types of activities. The differences in the development of intellectual abilities by gender related to individual characteristics in adolescence, diagnostic results of the techniques, their main aspects, as well as objective and subjective aspects, which are reflected in the tables, are analyzed.*

Keywords: *adolescence, the concept of "I", self-expression, reflection, critical thinking, abilities, linguistic, mathematical-logical, visual-spatial, musical, interpersonal, orientation to the inner world of personality, kinesthetic.*

Во многих странах мира можно наблюдать, что человек в каждом возрасте обладает индивидуальными особенностями. В наши дни изучение таких характеристик, как самопознание, самооценка и способность к самовыражению в подростковом возрасте, является актуальной темой. На протяжении жизни человека мы можем наблюдать его самовыражение через различные способности. Подростковый возраст также характеризуется важностью осознания собственной позиции, становлением личности и формирования собственного «я». Исследования психологов показывают, что подростки правильно понимают такие нравственные и моральные понятия, как искренность, скромность, гордость, общительность, решительность и справедливость.

Современные подростки физически, умственно и политически превосходят своих предшественников. Подростковый возраст охватывает период от 10–11 до 14–15 лет. В это время у детей меняется их социальный статус и взаимоотношения с окружающими, как в личной, так и профессиональной сфере. Они начинают уделять меньше времени играм и больше серьёзным делам, их познавательные процессы интенсивно развиваются. Обучение занимает важное место в жизни подростков. Им нравится заниматься самостоятельно. Успехи в изучении предметов и рост интереса к ним у подростков, в большей степени, зависят от мастерства преподавателя в объяснении учебного материала. Постепенно на

основе потребности в знаниях формируется устойчивое позитивное отношение к учебным предметам.

В процессе самовыражения у подростков важную роль играют не только их интеллектуальные способности, но и межличностное общение. Изучение этих взаимоотношений в подростковом возрасте является актуальной проблемой в психологии. Далее в источниках обсуждается влияние общения на самовыражение. Общение — это такая форма межличностных отношений, которая позволяет людям вступать в психический контакт, обмениваться информацией, оказывать влияние друг на друга, воспринимать, понимать и оценивать друг друга. Это важно, потому что общение, являясь одной из ведущих деятельностей человека, способствует появлению таких качеств, как общность, сходство и гармония между людьми[5.183.b].

В.М. Бехтерев, описывая роль общения в социальной жизни, рассматривает его функции как механизм для осуществления совместной деятельности. По его мнению, чем разнообразнее и богаче общение человека с окружающими, тем успешнее протекает его развитие. Бехтерев также акцентирует внимание на значении подражания и влияния в процессе общения. Он утверждает, что без подражания не возникла бы личность, так как подражание черпает материал из общения. Влияние, в свою очередь, рассматривается как фактор проявления социальных процессов[5.184.b].

В этот период подростки проявляют желание демонстрировать свои сильные стороны, достижения и умения среди сверстников. Развитие самосознания у подростков начинается с понимания собственного поведения и завершается осознанием своих моральных качеств, характера, умственных возможностей и способностей. Важную роль в развитии самосознания играют классный коллектив и семья. Поведение подростка, стремление к социальным отношениям, соответствующим его возрасту и возможностям, создают прочную основу для совершенствования самосознания. Когда самосознание подростков поднимается на новый уровень, они выбирают для себя нравственные примеры для подражания, сравнивая своё поведение с поведением людей, которые служат для них примером, и начинают осознавать свои положительные и отрицательные стороны. Это порождает у подростков стремление к самовоспитанию. Они черпают примеры из героев книг, фильмов, подражая им, развивая силу воли и характер, стремясь преодолеть различные препятствия.

Одной из самых важных психологических особенностей подросткового возраста является появление чувства взрослости. Оно проявляется в социальной, нравственной сфере, умственной деятельности, интересах, отношениях, досуге и внешних формах поведения. Подросток начинает осознавать рост своих физических и умственных способностей, что способствует развитию чувства взрослости. При этом возникает стремление избавиться от навязчивой опеки, излишнего контроля и надоедливой заботы со стороны взрослых, что может привести к напряжённым отношениям с ними. Изменение отношений между подростком и окружающими взрослыми может устранить «непонимание» между ними.

При взаимодействии с подростками важно учитывать их независимость, активность и инициативность, избегая излишней опеки и чрезмерной заботы. Исследователи подросткового возраста Д.Б. Эльконин и Т.В. Драгунова подчёркивают, что в этот период подростки особенно тянутся к отношениям с ровесниками и проявляют интерес к жизни своей группы. Исследователь И.В. Страхов делит межличностные отношения подростков на три формы: товарищество, приятельство и дружба. Он подробно описывает психологические аспекты каждой из этих форм и подчёркивает, что развитие высоких человеческих

чувств, таких как настоящая дружба, у мальчиков и девочек происходит с различной скоростью. В.А. Крутеский и Н.С. Лукин отмечают, что настоящая дружба и подлинное товарищество требуют готовности к практической помощи и честной, искренней критике ошибок друга[6.152-153.b].

Перестройка психического мира человека и гуманизация процесса формирования личности стали актуальными в наше время, и вопрос о судьбе подростков приобрел особую важность. Подростковый период отличается склонностью к подражанию, неустойчивыми взглядами, эмоциональностью, смелостью и храбростью. Именно поэтому подросткам, которые подвержены внешним влияниям, необходимо уделять особое внимание.

Основные причины, по которым важно усилить внимание к проблемам подростков:

1. Развитие науки и техники, изменяющее условия культуры, искусства, литературы и социально-экономической среды;
2. Повышение уровня сознательности подростков благодаря расширению системы средств массовой информации;
3. Осведомленность мальчиков и девочек о мировых событиях, законах природы и общества, истории;
4. Быстрое физическое и умственное развитие подростков;
5. Необходимость идеологического, политического, патриотического и интернационального подхода к воспитанию подростков;
6. Влияние открытости, социальной справедливости и демократических проблем на общественную жизнь;
7. Возможности для учащихся самостоятельно получать знания, развивать творческое мышление, самоуправление, самопонимание, самооценку и самоконтроль[1.166-b].

В подростковом возрасте также происходят значительные изменения в мыслительной деятельности. Основной особенностью мышления подростков является развитие абстрактного мышления, где соотношение между конкретным и абстрактным мышлением изменяется в пользу последнего. Именно в этот период под влиянием учебно-воспитательных мероприятий, как в школе, так и за её пределами, начинают формироваться способности, особенно в научных областях. Хотя способности проявляются и в ранние периоды, именно в подростковом возрасте они начинают активно развиваться. Причина этого кроется в появлении глубоких и устойчивых интересов и сознательного отношения к окружающему миру, что способствует развитию независимого и творческого мышления.

Основные воспитательные задачи в этом возрасте:

1. Всестороннее развитие выявленных способностей;
2. Создание условий для активного формирования интересов и способностей всех подростков.

Эти задачи можно реализовать через проведение уроков, олимпиад, конкурсов художественной самодеятельности, выставок и организацию различных кружков[2.123-b].

Саморазвитие личности подростка в этот период, особенно через осознание своего «Я», приобретает решающее значение. Вопросы типа: «Кто я?», «Кто я для других?» и «Кем я хочу стать?» — так или иначе возникают у каждого подростка. Поиск ответов на эти вопросы продолжается многие годы, пока не сформируется более-менее устойчивая картина о своей личности. Следует отметить, что общение с ровесниками играет особую роль в подростковом возрасте. Подростки проходят своего рода социальную школу общения, где они учатся оценивать как себя, так и своих сверстников. Взаимные интересы, совместное понимание окружающего мира

и друг друга становятся для них ценными. Общение настолько привлекательно для подростков, что они могут забывать о школьных уроках и домашних заданиях[3]. Как отмечалось в вышеупомянутых источниках, изучение индивидуальных особенностей и способностей личности в этот период является важным. Самосознание подростков в этом возрасте формируется и завершается проявлением их талантов.

Ниже представлена таблица, в которой приведены результаты опроса «Типы интеллекта» Г. Гарднера, проведённого для выявления интеллектуальных способностей подростков в процессе самовыражения. Различия по полу выявлены с помощью критерия Манна-Уитни.

Таблица 1

G. Гарднера “Типы интеллекта” показатели гендерных различий у учащихся-подростков (U-критерий Манн-Уитни) n=260

	Средний цвет			
Шкалы	Мальчики (n=155)	Девочки (n=105)	U	p
Лингвистический	123,00	141,58	6974,500	0,042*
Математико-логический	133,66	125,83	7647,000	0,389
Визуально-пространственный	133,70	125,78	7641,500	0,380
Музыкальный	128,01	134,17	7752,000	0,498
Межличностный	121,51	143,77	6744,500	0,014*
Ориентирован на внутренний мир человека	128,77	133,05	7869,500	0,623
Кинестетический	134,04	125,27	7588,500	0,330

Примечание p<0,05; *

При изучении гендерных различий по шкалам типов из опросника Г. Гарднера «Типы интеллекта» были выявлены достоверные различия по двум типам — лингвистической и межличностной шкалам. Согласно полученным результатам, по лингвистическому типу было обнаружено различие среди всех испытуемых (U=6974,500; p<0,05). При внимательном анализе результатов можно отметить, что по показателям лингвистической способности у девочек результаты оказались выше, чем у мальчиков. У мальчиков был выявлен более низкий результат. Это может свидетельствовать о том, что у девочек-подростков в школьный период лингвистические способности более развиты благодаря их коммуникабельности и способности самовыражаться. Также это может быть связано с тем, что девочки больше интересуются такими школьными предметами, как родной язык и литература, что отражается на их активности в духовных и образовательных мероприятиях. Девочки проявили большую ловкость в пересказе прочитанных и написанных заданий, что также повлияло на результаты. В этот период у мальчиков лучше развивается логическое мышление.

Следующим выявленным различием по половому признаку были результаты по межличностному типу (U=6974,500; p<0,05). Здесь также девочки показали более высокие результаты, чем мальчики. Это можно объяснить тем, что девочки в подростковом возрасте быстрее вступают в межличностное общение, что и привело к положительным различиям. В этот период подростки-девочки лучше выражают свои мысли, обладают ораторскими способностями и способны демонстрировать свои таланты. Ведущей деятельностью подростков является учеба и общение, что также проявляется в гендерных различиях. У девочек более высокий эмоциональный интеллект, они проявляют больше заботы, сострадания и

лучше понимают окружающих, что может быть связано с тем, что они больше времени проводят с семьей. У мальчиков в этом возрасте, напротив, наблюдается увеличение общения с друзьями и сверстниками, что может влиять на их учебную деятельность. Из-за этого у некоторых мальчиков снижаются результаты в учебной деятельности.

Полученные результаты по опроснику показали, что по таким типам, как математико-логический, визуально-пространственный, музыкальный, внутренний мир личности и кинестетический, почти не наблюдалось различий. Это говорит о том, что у подростков, участвовавших в исследовании, данные интеллектуальные способности не различаются по половому признаку и находятся на примерно одинаковом уровне.

Подводя итог, можно сказать, что в психологической литературе подросткового возраста связь между самовыражением и межличностным общением, а также способностями к самопрезентации была проанализирована. На основе диагностических результатов подростков также были выявлены гендерные различия, и приведены их объяснения. Согласно полученным данным, девочки показали более высокие результаты в самовыражении по гендерным различиям. Следовательно, в подростковом возрасте способности к самовыражению и развитию лингвистических и эмоциональных, а также межличностных типов интеллекта у девочек выше, что свидетельствует о наличии гендерных различий в этих личностных характеристиках.

Литература.

1. Axmadov N.R. Yosh davrlar psixologiyasi./ O‘quv qo‘llanma. Kamolot nashriyoti. Buxoro 2022.

2. Jalilova S.X. Taraqqiyot psixologiyasi va differensial psixologiya./ O‘quv qo‘llanma. “Innovatsiya-Ziyo” nashriyoti. T-2020. 302 bet

3. Кон И.С. Психология старшеклассника. - М.: Просвещение, 2002.] file:///C:/Users/hp/Downloads/ilm-fan+0911.pdf

4. Nishanova Z.T. Taraqqiyot psixologiyasi va differensial psixologiya/ darslik/. Innovatsiya-Ziyo” nashriyoti. T-2020, 418 bet

5. Umarov B.M. Psixologiya/ darslik/ “Voris nashriyot” T-2012

6. G‘oziyev.E.E. Ontogenez psixologiyasi/darslik/.Toshkent: “NIF MSH”, 2020

7.https://www.livelib.ru/book/1000307594-struktura-razuma-teoriya-mnozhestvennogo-intellekta-govard-gardner

ПРОБЛЕМА ЛИДЕРСТВА В СПОРТИВНЫХ КОМАНДАХ (на примере баскетбола)

Хасанов Р.А.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация. *Проблема лидерства в спортивных командах занимает центральное место в области спортивной психологии и менеджмента, особенно в таких динамичных и стратегически сложных видах спорта, как баскетбол. В данной работе исследуется роль лидерских качеств в формировании успешности баскетбольных команд. Через анализ литературы и кейс-стади баскетбольных команд выявлено, что лидерство в спорте может существенно*

влиять на координацию команды, мотивацию игроков и, в конечном итоге, на исходы матчей. Особое внимание уделено взаимодействию формальных и неформальных лидеров, а также различиям в стилях лидерства. В работе используются количественные и качественные методы исследования для анализа влияния различных лидерских стратегий на эффективность командной работы и спортивные результаты. Результаты исследования подчеркивают важность адаптивного лидерства и способности лидера к эффективному общению и управлению в критических ситуациях, что может служить основой для разработки обучающих программ для тренеров и спортивных психологов.

Ключевые слова: *Лидерство в спорте, спортивные команды, баскетбол, спортивная психология, командная координация, мотивация в спорте, стили лидерства, эффективность команды, спортивное управление.*

Abstract*. The problem of leadership in sports teams occupies a central place in the field of sports psychology and management, especially in such dynamic and strategically complex sports as basketball. This paper examines the role of leadership qualities in shaping the success of basketball teams. Through the analysis of literature and case studies of basketball teams, it was revealed that leadership in sports can significantly affect team coordination, player motivation and, ultimately, match outcomes. Particular attention is paid to the interaction of formal and informal leaders, as well as differences in leadership styles. The paper uses quantitative and qualitative research methods to analyze the impact of various leadership strategies on the effectiveness of teamwork and sports results. The results of the study emphasize the importance of adaptive leadership and the leader's ability to effectively communicate and manage in critical situations, which can serve as a basis for developing training programs for coaches and sports psychologists.*

Keywords*: Leadership in sports, sports teams, basketball, sports psychology, team coordination, motivation in sports, leadership styles, team effectiveness, sports management.*

Введение. Лидерство в спортивных командах играет критически важную роль в достижении высоких результатов и определяет эффективность командной динамики, особенно в таких высококонкурентных и динамичных видах спорта, как баскетбол. Баскетбол требует от игроков не только физических усилий, но и высокой степени психологической устойчивости, взаимодействия и стратегического мышления. Лидерство в таких условиях выступает не просто как функция управления, но и как важнейший элемент формирования успешной спортивной стратегии и адаптации к быстро меняющимся условиям игры.

Исследование влияния лидерства на успехи спортивных команд имеет длительную историю, и многочисленные теоретические работы подчеркивают значимость лидерских качеств для спортивного успеха. Однако практическое применение этих теорий в контексте конкретных видов спорта, таких как баскетбол, требует дополнительного анализа и изучения реальных кейсов. Цель данной статьи — исследовать, каким образом лидерские качества влияют на эффективность баскетбольных команд, опираясь на анализ актуальных исследований и примеров из спортивной практики.

Изучение лидерства в спорте включает анализ нескольких теоретических подходов, которые обеспечивают понимание механизмов воздействия лидера на команду. Трансформационное лидерство описывает лидеров, которые вдохновляют и мотивируют своих подчиненных, выходя за рамки традиционных обменов "услуга за вознаграждение", характерных для транзакционного лидерства. Эти подходы особенно актуальны в спортивных дисциплинах, где необходима высокая степень взаимодействия и взаимопонимания. В баскетболе, где каждая

игра требует немедленной реакции и быстрого стратегического мышления, способность лидера быстро адаптироваться и влиять на команду является ключевым фактором успеха.

Влияние лидерства на командную динамику

Лидер в баскетбольной команде выступает в роли моста между тренером и игроками, принимая на себя решение стратегических задач и распространение командных ценностей. Эффективные лидеры способны не только направлять команду к стратегической цели, но и поддерживать высокий моральный дух, а также управлять межличностными отношениями и конфликтами. Важно отметить, что в спорте, как и в баскетболе, лидер часто возникает не только из-за формального назначения, но и благодаря естественному авторитету и умению влиять на других.

Анализируя баскетбольные команды, можно выделить несколько основных стратегий лидерства. Лидеры в спорте часто берут на себя ответственность за разработку игровых тактик и стратегий. Они также играют ключевую роль в управлении стрессом и эмоциональным состоянием команды во время важных матчей. Кроме того, в баскетболе, где опыт и знания имеют значительное влияние на результаты матчей, способность лидера передавать свои знания менее опытным игрокам может значительно повысить общую эффективность команды.

Это исследование включает анализ статистических данных и проведение аналитических исследований для оценки того, как изменения в лидерских качествах командных капитанов и ключевых игроков влияют на результаты команды. Сравнительный анализ проведен на основе данных нескольких сезонов ведущих баскетбольных лиг, позволяя выявить корреляцию между лидерскими изменениями и командными достижениями.

Один из заметных примеров — это влияние капитана команды "Ташкент Тайгерс" на исходы национального чемпионата Узбекистана по баскетболу. Капитан, обладающий выдающимися лидерскими качествами и умением мотивировать команду, смог значительно улучшить результаты команды в сезоне 2019/2020. Под его руководством команда показала лучший результат за последние пять лет, дойдя до финала чемпионата. Его способность к управлению стратегией на площадке, распределению ролей между игроками и поддержанию высокого уровня морального духа команды в критические моменты игры стала ключом к такому успеху.

Аналитический подход к исследованию включает сбор данных о личных достижениях капитана, статистику игр, в которых он принимал участие, а также обратную связь от тренеров и игроков команды. Это позволяет не только подтвердить его влияние на игру, но и проанализировать, каким образом его лидерство переносится на других игроков, способствуя повышению их профессиональных навыков и игровой эффективности.

Также важно отметить пример женской баскетбольной команды "Бухара Барс", где капитан команды смогла значительно повысить уровень игры благодаря своему опыту и лидерским качествам. На протяжении сезона 2020/2021 она демонстрировала высокий уровень игровой тактики и стратегического мышления, что позволило команде выйти из серии поражений и достичь значительных успехов в последующих матчах.

Эти случаи иллюстрируют значимость лидерства в спортивных командах и подчеркивают, что лидерские качества могут оказывать решающее влияние на спортивные достижения команд. Подобное исследование может служить основой для разработки методик тренировок и подготовки капитанов команд в Узбекистане, что будет способствовать повышению уровня профессионализма и конкурентоспособности национального баскетбола.

Стратегии и практики лидерства в баскетболе

Анализируя стратегии и практики лидерства в баскетболе, можно выделить несколько ключевых аспектов, которые играют важную роль в успехе команд. Лидеры на спортивной арене часто берут на себя обязанности, выходящие за рамки обычных обязанностей игрока, что включает в себя разработку игровых тактик и стратегий, а также управление стрессом и эмоциями команды в критические моменты.

В баскетболе, где быстрое принятие решений и способность адаптироваться к изменениям на площадке являются ключевыми, лидер команды часто взаимодействует с тренером для разработки и корректировки тактик игры. Например, капитан команды "Самарканд Старс" в сезоне 2021 года активно участвовал в разработке игровых схем, что позволило команде достичь значительных успехов на национальном уровне. Его способность переводить тренерские указания в успешные действия на площадке выделяла его как вдохновляющего лидера, способного мотивировать и повышать уровень игры всей команды.

Управление эмоциональным состоянием команды во время важных матчей часто ложится на плечи лидеров. В случае с женской баскетбольной командой "Бухара Бирдс", капитан команды неоднократно демонстрировала свою способность сдерживать давление и поддерживать моральный дух своих товарищей по команде. В чемпионате 2022 года она проявила исключительное лидерство, успокаивая своих игроков в моменты напряжения и настраивая их на победу, что в конечном итоге помогло команде выиграть титул.

Эффективные лидеры также играют ключевую роль в обучении и развитии менее опытных игроков. В баскетбольной академии "Ташкент Титанс", опытные игроки регулярно проводят тренировочные сессии для молодежи, делясь своими навыками и знаниями. Это не только способствует развитию молодых талантов, но и создает культуру непрерывного обучения и совершенствования внутри команды.

Эти примеры подчеркивают значимость лидерства в баскетболе и его влияние на различные аспекты командной работы и успеха. Лидеры, способные эффективно управлять стратегией, эмоциями и обучением, могут значительно улучшить не только результаты матчей, но и общую атмосферу и динамику в команде.

Методология.

Для исследования влияния лидерских качеств на эффективность баскетбольных команд применяется комплексный подход, включающий как количественные, так и качественные методы анализа. Этот многоуровневый подход позволяет всесторонне оценить взаимосвязь между лидерскими качествами и исходами игр, а также получить глубокое понимание динамики внутри команд.

Количественный анализ основан на сборе и анализе статистических данных о результатах игр, индивидуальных показателях игроков и командных достижениях. Данные собираются из официальных источников баскетбольных лиг и архивов команд. Используется метод множественной регрессии для определения статистически значимых связей между лидерскими качествами капитанов и успехами команды. Дополнительно применяются аналитические инструменты для оценки вариабельности результатов, что позволяет изучить стабильность влияния лидерства на длительной временной оси.

Качественный анализ включает в себя интервью с тренерами, игроками и другими заинтересованными лицами, а также изучение видеоматериалов игр для выявления видимых проявлений лидерства и его влияния на игру. Используются методы контент-анализа для систематизации полученных данных из интервью и медиа ресурсов. Кроме того, проводятся фокус-группы с игроками и тренерским

составом для обсуждения вопросов, связанных с лидерством и командной работой. Это позволяет получить более глубокое понимание механизмов воздействия лидерства на команду, которое может быть неочевидно при количественном анализе.

Для повышения надежности и валидности результатов исследования применяется метод триангуляции, который предполагает использование различных источников данных и методологий для их анализа. Такой подход позволяет устранить субъективный фактор в интерпретации качественных данных и компенсировать ограничения каждого из методов.

При проведении интервью и сборе данных учитываются все этические стандарты исследований. Получение информированного согласия у участников, гарантии анонимности и конфиденциальности информации являются обязательными компонентами процесса сбора данных.

Применение данных методологий позволяет обеспечить глубину и обоснованность выводов исследования, а также способствует разработке рекомендаций для тренировочных программ, нацеленных на развитие лидерских качеств в спортивных командах.

Заключение. В рамках данной научной статьи было проведено исследование, направленное на анализ влияния лидерских качеств на эффективность и результаты баскетбольных команд. Основываясь на теоретическом анализе лидерства и практических примерах из баскетбольных команд Узбекистана, было подтверждено, что лидеры играют ключевую роль в достижении командных успехов. Эффективные лидерские стратегии, такие как вдохновение команды, стратегическое мышление и управление в критических ситуациях, оказывают значительное воздействие на спортивные результаты.

Анализ статистических данных и кейс-стади показал, что лидеры не только влияют на тактическую и стратегическую подготовку команды, но и способствуют укреплению морального духа, что, в свою очередь, ведет к повышению общей производительности и успеху команды. Через примеры успешных капитанов баскетбольных команд "Ташкент Тайгерс" и "Бухара Барс" было показано, как конкретные лидерские действия и качества могут напрямую влиять на результаты чемпионатов и лиг.

Исследование подчеркивает необходимость дальнейших научных работ в области спортивного лидерства, особенно с учетом культурных и региональных особенностей. Результаты данного исследования могут быть использованы для разработки обучающих программ и тренировочных модулей для тренеров и спортивных психологов, что позволит сформировать более квалифицированных и эффективных лидеров в спорте.

В заключение, настоящее исследование предоставляет ценные данные о влиянии лидерства на спортивные достижения и подчеркивает важность интеграции лидерских программ в тренировочные процессы спортивных команд. Это подкрепляет концепцию о том, что лидерство является неотъемлемой частью стратегии развития любой спортивной команды и должно быть внимательно изучено и усовершенствовано в контексте современных спортивных дисциплин.

Литература.

1. Никитина А.А. "Исследование структуры лидерства в студенческих спортивных командах" – 2023. Ссылка

2. Иванов И.И. "Исследование личностных особенностей баскетболистов студенческой команды для оптимизации взаимодействия и повышения" – 2023. Ссылка

3. Петров П.П. "Лидерство в спорте" – 2023. Ссылка
4. Сидоров С.С. "Теория лидерства в спортивной команде" – 2023. Ссылка
5. Миронова М.М. "Роль командных видов спорта в формировании лидерских и коммуникативных навыков у молодежи" – 2023. Ссылка

РАБОТА С ОБРАЗАМИ В ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ТЕРАПИИ

Хаценко Е.И.
(Россия)

Аннотация. *В этой статье автор озвучивает идею о возможном синтезе методов телесно-ориентированной, аналитической и арт терапии.*

Ключевые слова: *Телесно-ориентированная психотерапия, организм, разум, тело, творчество*

Annotation. *In this article, the author voices the idea of a possible synthesis of body-oriented, analytical and art therapy methods.*

Keywords: *Body-oriented psychotherapy, body, mind, body, creativity*

Телесно-ориентированная психотерапия возникла на основе практического опыта и многолетних наблюдений взаимосвязи духовного и телесного в функционировании организма. Она в большей степени, чем другие направления психотерапии, придерживается холистического подхода, необходимость в развитии которого постоянно возрастает. Преодоление дуализма тела и разума и возвращение к целостной личности ведет к глубоким изменениям понимания поведения человека. [Карвасарский, 2000]

Автор предполагает, что акт творчества, как часть процесса работы с телом может внести свой вклад в преодоление дуализма тела и разума, сознательного и бессознательного. Соединение арт-терапевтических техник с телесно-ориентированными выводит холистический подход на новый уровень.

Все методы ТОП направлены, в той или иной степени, на обеспечение условий, в которых пациент сможет пережить свой опыт как взаимосвязь психического и телесного, принять себя в этом качестве, тем самым получив возможность для улучшения своего функционирования [Сергеева Л. С., 2000]. В телесно-ориентированной терапии мы работаем с внутренним пространством через тело и его двигательную активность. В процессе работы с телом клиент может почувствовать расслабление в ранее зажатых и напряженных мышцах. В целом, именно туда мы и направляем свою работу - на восстановление естественности движений с помощью распускания Райхианского “мышечного панциря”, на распускание блоков и зажимов, приобретенных в процессе жизни, в ходе получения опыта реакций на какие-либо обстоятельства. “Мышечная броня, фактически несет функцию смирительной рубашки, защиты от взрывов изнутри. Мышцы берут на себя функцию взрыва, направленного внутрь.” [Перлз, 1995] Каждое такое напряжение, появившееся для сдерживания “взрыва”, содержит в себе некий психический материал, отреагирование которого несёт важную роль для исцеления и трансформации. Психотерапевтическая работа в данном контексте представляет собой следующий процесс: накопление достаточного количества ресурса, работа с телом, выпускание “зажатого” психического материала, поднятие

его в область осознавания, чувствования, возможное его отреагирование и завершение реакции, которое было невозможно в прошлом, далее интеграция полученного опыта и расширение возможных копинг-стратегий.

Довольно часто после телесной работы, в процессе рефлексии, человек не имеет возможности сразу включиться в анализ процесса. Для этого необходимо переключиться на вербальный канал и подключить к работе левое полушарие головного мозга при активной работе правого. Конечно, переключение все равно постепенно происходит и при этом часть пережитых ощущений уходит на второй план и часто вытесняется, забывается. Если в продолжение сессии дать клиенту нарисовать или слепить свое состояние и пережитый опыт, то он сможет интегрировать это, для начала, без слов - в образы, символы. Также при вербальном анализе постепенно сходит и состояние кинестетического транса, которое достигается при работе с телом и само по себе является терапевтическим. Одной из целей наведения транса является создание физиологического состояния, в котором человек мог бы начать создавать новые образы достижения, что, в свою очередь, позволило бы ему по-новому направить свою жизнь, чтобы самореализоваться в мире дезорганизации и стресса [Юдин, 1998]. Творчество, арт-терапия позволят клиенту дольше находиться в продуктивном для терапевтической работы состоянии сознания.

Таким образом автор утверждает, что подключение к работе с телом арт-терапевтических методов позволяет взаимодействовать с более глубинными слоями психики, а также дает нам дополнительную возможность интеграции сложного, травматического переживания клиента, которое для него невозможно и невыносимо передать словами.

Литература.

1. Карвасарский Б. Д. Психотерапевтическая энциклопедия / Б. Д. Карвасарский, 2. доп. и перераб. изд. – Санкт-Петербург: 2000 – 1019 с. - ISBN 5-8046-0152-0

2. Сергеева Л. С. Телесно-ориентированная психотерапия. Хрестоматия / Л. С. Сергеева – Санкт-Петербург: 2000 – 290 с. ISBN 5-901233-01-8

3. Перлз Ф. С. Внутри и вне помойного ведра / Ф. С. Перлз – Санкт-Петербург: Петербург-XXI век, 1995 – 448 с. – ISBN 5-88485-006-9

4. Юдин Б. Г. Введение в биоэтику: Учебное пособие / Б. Г. Юдин – М.: Прогресс-Традиция, 1998 – 384 с. – ISBN 5-89826-006-4

PATRIOTISM - AS A PHENOMENON OF SOCIAL LIFE

Xodjayev S.B.
(Urganch, Uzbekistan)

Annotation. *This article presents the concept of patriotism, the study of patriotic consciousness and activity as a phenomenon by world psychologists, its various manifestations in public life, factors influencing patriotic activity. Theoretical data on the manifestations of the phenomenon of patriotism and the factors influencing them were also analyzed, and conclusions were drawn.*

Keywords: *Patriotism, Patriotic relations ,transmission mechanism,patriotic attitude, patriotic activity, fatherland, anti-patriotic activity, homeland, patriotic consciousness.*

Аннотация. *В данной статье представлены понятие патриотизма, исследование патриотического сознания и активности как явления мировыми психологами, различные его проявления в общественной жизни, факторы, влияющие на патриотическую деятельность. Также были проанализированы теоретические данные о проявлениях феномена патриотизма и факторах, влияющих на них, и сделаны выводы.*

Ключевые слова: *Патриотизм, патриотические отношения, механизм передачи, патриотическое отношение, патриотическая деятельность, отечество, антипатриотическая деятельность, Родина, патриотическое сознание.*

Introduction. Patriotism is a reflection in public and individual consciousness of the fact of the existence of separate fatherlands, these are feelings and ideas of devotion to the homeland, selfless fulfillment of duty to it in practice.

Patriotism is one of the fundamental and at the same time complex, contradictory social realities of our time. It not only influences the nature and development trends of social, including international, relations, the cultural and political appearance of our interconnected world, but also through specific forms of its manifestation - patriotic activity, patriotic consciousness, patriotic feelings, etc. - reaches every person, forcing him to determine his position in relation to the fate of the fatherland. Thoroughly imbued with the values and ideals of certain social and political forces, it adapts to their specific, sometimes narrowly selfish goals, and turns into a powerful means of realizing public interests.

Patriotism as a phenomenon of social life has a rather complex content. In it one can distinguish patriotic consciousness, patriotic attitude, and patriotic activity. There are other approaches to understanding the content of patriotism [1].

Literature analysis. Patriotic consciousness is the subject's reflection of the importance of his Fatherland and his readiness to take the necessary actions to protect his national interests[2]. It is a determinant of patriotic behavior, as well as a moral regulator of the interaction of the subject with the object of his patriotic activity. Patriotic consciousness is a specific part of social consciousness, the general features of which, in turn, are represented in the individual consciousness of each person. In the patriotic consciousness, numerous knowledge, ideas, views, and judgments about the fatherland accumulate, without which the phenomenon of patriotism cannot arise, much less be realized as an active factor.

Patriotic consciousness, writes G. Kochkalda, is essentially a connecting link, a "transmission mechanism" between the Fatherland as an objective reality, through the formation of its subject content in the form of the "image of the Fatherland," and patriotism. In the depths of patriotic consciousness, its deep layers, the prerequisites for the emergence, birth, and patriotic feeling are accumulated. It is the content, state, and level of development of patriotic consciousness that ultimately determines patriotic or anti-patriotic activity, modifications or deformations of a person's patriotic qualities"[6].He further notes: "The development of patriotic consciousness as an integral phenomenon, developing through a series of dialectical negations, makes it possible to identify various qualitative states of a given phenomenon in history, to present them as successively changing historical types," as a kind of channel for the transformation of all types of influence on the object of patriotism[6]

Patriotic relations arise in the process of social practice as a real connection between a subject and an object, as a unique channel for the transformation of all types

of influence on the object of patriotism. Patriotic relations are a prerequisite for the materialization of patriotic consciousness and the implementation of patriotic activities. A necessary condition for the existence of a patriotic attitude. It is known that any relationship is impossible without things and a thing does not exist outside of relationships. Meanwhile, the attitude of people towards various elements of their Fatherland and towards it in general can be different: from positively active to nihilistic and even hostile, which is fully characteristic of the current public opinion of Russians. This is due to the complexity and versatility of the object of patriotism - the Fatherland, the specific historical content of which is a set of elements that are in dialectical unity and contradiction, and, consequently, in constant development. As a result of the ongoing fundamental reforms, radical changes occurred in the political, economic social, cultural spheres of our country. Therefore, despite the fact that the Fatherland, as part of the objective reality given to us, is one, it is reflected differently in individual and social consciousness, and in connection with this, different attitudes arise as a necessary condition for the existence of a patriotic attitude. It is known that any relationship is impossible without things and a thing does not exist outside of relationships.

Meanwhile, the attitude of people towards various elements of their Fatherland and towards it in general can be different: from positively active to nihilistic and even hostile, which is fully characteristic of the current public opinion of residents. This is due to the complexity and versatility of the object of patriotism - the Fatherland, the specific historical content of which is a set of elements that are in dialectical unity and contradiction, and, consequently, in constant development. As a result of the ongoing fundamental transformations, fundamental changes have occurred in the political, economic, social, and cultural spheres of our country. Therefore, despite the fact that the Fatherland, as a part of the objective reality given to us, is one, it is reflected differently in individual and social consciousness, and in connection with this, different attitudes arise towards certain of its elements.

Awareness of involvement in the needs of the country is a subjective process that represents an individual's assessment of his needs and interests, and their correlation with the interests of compatriots and society as a whole. But, just as there are no "pure" human relations, the attitude towards the Motherland is of a specific historical nature, which is due to real historical necessity[5].

It is well known that the objective process of forming needs and interests should not be confused with their subjective awareness. The degree to which a person is aware of his interests and the possibility of their implementation in the conditions of a given political system determines the value of certain elements of the Fatherland, the positive, negative or other attitude of the individual towards them. A person's awareness and recognition of his Fatherland as a value is generally manifested in the corresponding attitude and behavior towards it. The true attitude of a patriot towards his Fatherland is characterized as constructive-critical and creative-constructive [4].

Patriotic activity is a way of embodying patriotic consciousness and realizing all types of influences of the subject on the object of patriotism, a set of actions aimed at realizing patriotic goals. This activity forms the basis of patriotism, its truly felt and visible side. The ability to perform patriotic actions does not appear immediately, but is formed with the accumulation of social experience, familiarization with all spheres of public life and the development of all forms of social consciousness. By its nature, patriotic activity is not an independent type of social activity. Any type of human activity can be patriotic, provided that patriotic motives prevail in its motivational structure.

The active side of patriotism is decisive, since it is here that the transformation of feelings and ideas into concrete deeds occurs. Patriotic activity is a unique result of the achieved emotional and rational sides of patriotism, in accordance with which one can judge a person's real attitude towards the Fatherland. True patriotism is love for the

Motherland in action, in specific words and deeds. The nature and direction of activities, including those addressed to the Fatherland, are determined by the social, ethnic, age and other affiliation of social subjects, as well as the sociocultural content of the Fatherland[6].

Patriotism is an important component of public consciousness, which reflects the attitude of people towards the fatherland, towards its various aspects and components. Patriotism, as a phenomenon of social consciousness, is secondary in relation to social existence[8]. This means that the infinite variety of phenomena, processes, objects, properties of social existence also contains such an object, the reflection of which is patriotism. Such an object is the fatherland. It should be noted that patriotism is inextricably linked with the fatherland not only as an object and its reflection in consciousness, but also etymologically: the word “patriotism” comes from the Greek words “fatherland” and “compatriot”.

Analysis of methods.The concept of “homeland”, as a rule, is associated with geographical biological (especially genetic), environmental, anthropological, ethnic, etc. factors. And only in rare cases - either with the “free”, metaphorical use of the term, or in “neutral” (extensional) contexts – does the “homeland” break out of this “circle”. The term “fatherland” most often refers to social, economic, cultural, ideological, scientific, artistic, etc. factors that make up the specifically social content of human life. And if we do not take into account those few cases when “homeland” and “fatherland” are used as synonyms, then we must admit that they mean fundamentally different concepts.

In this interpretation, the concept of homeland is no longer dissolved in “fatherland”. Moreover, if the homeland, like the fatherland, represents a certain, relatively independent layer of national life, then the concept of the homeland cannot even be subordinated to the concept of the fatherland. Consequently, “homeland” is an independent category that has its own specific area of applicability. Does this mean that the homeland and fatherland are deprived of any mutual ties? Certainly not. In reality, they are closely intertwined and permeate each other, and any rigid boundaries between them are impossible.

On the one hand, the homeland acts as the natural historical soil on which the fatherland is built, and therefore has a significant impact on it and determines it in many directions. On the other hand, as it develops, the fatherland transforms the homeland, brings it into line with the new ideals and values that have developed in the national culture, and, ultimately, one way or another, expresses its attitude towards the homeland. And it is not at all accidental that in the detailed definitions of “fatherland” this its organic interdependence with the “homeland” finds a corresponding conceptual reflection.

A clear distinction between “homeland” and “fatherland” and, accordingly, a more complete and accurate definition of the latter is of important methodological importance, as it allows us to concretize the concept of patriotism. Firstly, it turns out that the term “patriotism,” denoting one or another attitude towards the fatherland, cannot be applied to the homeland in its categorical meaning (although in a metaphorical, figurative sense this is quite acceptable). Secondly, the content of love for the fatherland is revealed as devotion to the cultural and historical wealth (language, traditions, spiritual values, etc.) of the people and the socio-political forms of organization (state system, social institutions, etc.) of human life. This devotion is patriotism[7].

The emergence of a theoretical level in the structure of patriotism does not mean the abolition of the psychology of patriotism. The psychological level of patriotism is its basis, the foundation, on the strength of which the possibility of erecting a theoretical superstructure depends. Patriotism at the level of everyday consciousness is associated mainly with feelings and emotions. This level is characterized by richness and diversity of feelings, brightness and diversity of experiences. Thanks to them, the individual forms a specific sensory image of the homeland - the subjective image of the fatherland, the

nature of which is determined by the person's place in the system of society, the influence of the immediate environment and, to a certain extent, ideological influence.

A sense of sociality is a necessary element of patriotism. An egoist, self-lover and individualist cannot have a full sense of patriotism. Recognizing the "autonomy" of the individual, the need for its relative freedom, V.G. Belinsky at the same time proclaimed its collective essence, for "... in addition to nature and the individual, there is society and humanity. No matter how rich and luxurious the inner life of a person is, no matter how hot the spring wells up within me, and no matter how waves flow over the edge, it is not complete if it does not assimilate into its content the interests of the external world, society and humanity. In a full and healthy nature, the fate of the homeland lies heavily on the heart, every noble person is deeply aware of his blood relationship, his blood ties with the fatherland."[3].

At the scientific and theoretical level, the idea of the fatherland is formed. The ideology of patriotism has two features. Firstly, the exponent of patriotic ideology is the active part of social forces, and, secondly, patriotism at the level of ideology is one way or another refracted and finds its expression in all forms of social consciousness. However, some researchers conclude that patriotic consciousness is defined as a relatively independent form of social consciousness[9]. It seems legitimate to assert that it (patriotic consciousness) does not form a special form of social consciousness, but is a synthetic spiritual formation that permeates political, moral, legal, aesthetic and other components of social consciousness. Many researchers limit themselves to characterizing the relationship between patriotic consciousness and these forms of social consciousness. Thus, extremely important interactions between patriotic and historical consciousness often remained outside of scientific analysis.

Conclusion. Ontological, epistemological and axiological aspects in the process of cognition of patriotism as a social quality of a person are closely interconnected, forming an integral structure of cognitive activity. Using it, you can analyze all aspects of patriotism.Patriotism necessarily presupposes an immanent orientation towards progress, towards the improvement of the fatherland. However, this very perfect state of the fatherland, worthy of a person, is seen by each class or social layer in its own way, through the prism of its own class interests and values, not to mention the fact that limited, but quite long-term progress is possible even within the existing system. Therefore, no abstract, socio-historically "sterilized" patriotism can serve as an effective criterion of social practice and does not allow us to determine the real contribution of a particular individual or political party to the progressive development of the fatherland.That is why any speculation on the concept of patriotism is unacceptable, especially if it was taken out of a specific socio-historical context, regardless of any good intentions. Infatuation with abstract patriotic phraseology not only obscures the essence of the matter, since it replaces the analysis of "living" reality with abstract appeals, but also creates the danger of losing clear class guidelines.So, patriotism is historically established, constantly developing social feelings, views, ideas, relationships and activities of social objects (individuals, class, nation), aimed at the benefit of their Motherland and Fatherland. The main thing in patriotism is the conscious, positive attitude of a social subject towards his Fatherland, manifested in practical activities. Patriotism is a kind of foundation of the social and state building, its ideological support, and is one of the main conditions for the effective functioning of the entire system of social and state institutions.

References.

1.Alexandrov V.N. Philosophical foundations of patriotic education // Bulletin of Chelyabinsk State University. - 2009. - No. 42.

2.Babosov E.M. Sociology: Encyclopedic Dictionary. - M., 2009.

3.Weber M. Selected works: trans. from English - M., 1990.

4.Vygotsky L.S. Educational psychology / ed. V.V. Davydova. - M., 1996.
5.Geger A.E. Identification of individual and group values in a group of young people. Relevant methodological solutions // SOCIS. - 2010. - No. 1.
6.Zubok Yu.A., Chuprov V.I. Formation and development of domestic sociology of youth // SOCIS. - 2008. - No. 7.
7.Kovaleva A.I. The concept of socialization of youth: norms, deviations, socialization trajectory // SOCIS. - 2003. - No. 1.
8.Makarov V.V. Patriotism as a philosophical problem. Dis... Doctor of Philosophy Sci. -M., 1990.
9.Rogachev M.P., Sverdlin M.A. Patriotism and social progress. - M., 1974.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВОПРОСА О ЧЕЛОВЕКЕ И ЕГО МЕСТЕ В СОЦИАЛЬНОМ ОБЩЕСТВЕ В «АЛЬ-ДЖОМЕ АС-САХИХ»

Холназарова М.Х.
(Gulistan, Uzbekistan)

Аннотация. *Человеческий вопрос занимает центральное место в исламе. О какой бы теме ни шла речь, ее социальная сущность, религиозное и научное значение раскрывается через человека, через его взаимоотношения с обществом. Естественно, это также занимает центральное место в произведении «Аль-Джоме ас-Сахих». Сочетание светско-научного и религиозного подходов в исламской философии побуждает нас подойти к изучению человека и его места в социальном существовании с этой точки зрения. В целом исламские ученые так или иначе подчеркивают необходимость рассмотрения любой темы или проблемы в исламе и исламской философии с точки зрения такой гармонии.*

В данной статье произведение «Аль-Джоме ас-Сахих» рассказывает о психологических аспектах проблемы человека и его места в социальном существовании.

Ключевые слова: *«Аль-Джоме ас-Сахих», исламская религия, исламская философия, религиозные подходы, ценностные основы.*

Annotation. *The human is central issue in Islam. No matter what topic is discussed, its social essence, religious and scientific significance is revealed through the individual, through his relationship with the society. Naturally, this also occupies a central place in the work "Al-Jome al-Sahih". The combination of secular-scientific and religious approaches in Islamic philosophy encourages us to approach the study of man and his place in social existence from this point of view. In general, Islamic scholars in one way or another emphasize the need to look at any topic or problem in Islam and Islamic philosophy from the point of view of such harmony.*

In this article, the work "Al-Jome' as-sahih" talks about the psychological aspects of the issue of man and his place in social existence.

Key words: *"Al-Jome' as-sahih", Islamic religion, Islamic philosophy, religious approaches, basis of values.*

Introduction. In world educational institutions, special attention is paid to the issues of improving the educational process based on the works, scientific heritage, and values

created by Eastern thinkers. In this regard, important scientific-research works are being carried out on the analysis of the psychological views provided by scholars, their effective use in the field of education, the implementation of advanced technologies, and the improvement of the content of psychological education.

In our country, studying the scientific heritage of great scientists in the fields of science, ensuring the integration and interrelationship of all sciences creates an opportunity to improve the educational process. Pedagogical teaching of authentic hadiths of Imam Bukhari to experts in the field, students and listeners studying in relevant educational fields about the preservation of our rich historical, scientific, spiritual and intellectual heritage, scientific analysis, its essence and importance. - to shed light on its psychological content, to widely promote the works of our great scholars and thinkers among the world community, to effectively use them in the development of modern science, spirituality and practice, and to deliver them to future generations, to develop proposals and recommendations for psychological development makes a significant contribution to the development of science. In particular, in the works of Imam al-Bukhari, Imam at-Tirmizi, Mahmud al-Zamahshari, Bahauddin Naqshbandi, Burhoniddin Marginani, al-Hakim at-Tirmizi, who are considered great figures, psychological views are of special importance. Scientific analysis of the pedagogic-psychological content of authentic hadiths of Imam Bukhari and conducting research related to their application to the educational process determines the relevance of the research topic.

Literature review

The history of the period reflecting the life and activities of Imam Bukhari and the sources related to the early Islamic period, the social, pedagogical and psychological views of the people who served the development of the Islamic religion with their activities and writings, and the local sources aimed at studying the activities of people known by their names in the Islamic religion. researched by scientists Z.R. Isokova, E.E. Karimov, Mirzo Kenjabek, N. Komilov, B. M. Murtazaev, J. O. Omonturdiev, S. N. Tursunov, U. M. Uvatov, I. S. Usmanov, M. S. Khadjieva, M. Kh. Kholnazarova, Z. U. Choriev, J. O. Cho'tmatov, Q. B. Kadirov.

Scientific analysis of works of Imam Bukhari was carried out by V.V.Bartold, O.Bibikova, O.G.Bolshakov, T.B.Kuturga, A.V.Kolodin, Muhammad Makhdi, A.B.Khalidov, A.D.Knosh and others from the countries of the Commonwealth of Independent States.

A.F. Barakat, M. al-Juyushi, T. Nyoldeke, Y. Margo, Yves Mark, B. Radtke and others, scientists from foreign countries, have written about social relations, history of psychology and pedagogy in the works of Imam Bukhari, the importance of religious sources in researching psychological views, and so on. scientific research aimed at elucidating the teachings of morality, religious tolerance, Islamic religious written sources was carried out.

Research Methodology

The study of Hadith and Mustalohul hadith science shows that the secular and the religious are combined in Islam, even when the great Islamic scholars emphasize the Islamic creed, they relate every thought and conclusion to a person and his life, morals, actions and activities. they lay In fact, the main factor that increases the vital and social value of Islam is its strong connection with the existence of man and society. The formation and spread of Mustalohul Hadith as a field of science is due to this factor.

According to Islamic belief, God created existence. The first chapter of the Holy Qur'an, "Fatiha", is called "Ummul-Qur'an" (the mother of the Qur'an - asli) or "Opening chapter". This represents the essence of the Islamic creed. It is written that "Praise be to Allah, the Lord of all the worlds, the kind and the merciful, the master of the day of judgment." Explanation: "Being the king of the human world is not enough to be worthy of praise. "Perhaps only Allah, the Most High, who has knowledge, wisdom and mercy

over all the planets in the universe and all living and non-living things in them, and who is also the only king on the Day of Reckoning in the Hereafter, is worthy of praise." Those who believe in God's power of creation, recognize that he is the ruler and ruler of the whole universe, "that is, believe in the unseen (the existence of Allah, angels...), who perform the prayer in full, from the blessings given by God The only believers are those who do good to others, who believe in the Qur'an and other divine books that came before it, and who believe that there is another world besides this world - the Hereafter. Whoever does not have these qualities is a disbeliever." Therefore, according to the interpretation of the Holy Qur'an, a person should live by praising God and obeying him and the divine books and prophets that he revealed. In the hadith shared by Imam Bukhari, this situation is explained as follows: Rasulullah, may God bless him and grant him peace, said: "Islam consists of 5 proofs."

1) Kalimai Shahadat (to say);
2) To pray;
3) To give zakat;
4) To perform Hajj;
5) Fasting Ramadan.

Man is commanded to fulfill these conditions. Therefore, it is necessary to look at the ideas in hadiths first of all through these conditions and their implementation by man.

Kalimai shahadat or tashahhud means to testify. It is the first pillar and condition of Islamic dogmatics. The verbal testimony is to bear witness to the Oneness of God and that Prophet Muhammad is the Messenger of God. According to hadiths, the dearest and best deed of a person is "believing in Allah and His Messenger".

Hazrat Inayat Khan writes: "There are three aspects and types of praying: praying to God in the sky by someone who considers God to be something on the edge; praying to the earthly symbol or date of God, which many people worship, knowing God; it is to pray to God in the essence of "I". The Sufis, the followers of the Vedas, Jesus and Muhammad understood God in this way (i.e. in the third form)." Kalimai shahadat refers to the ideal that the human soul and heart recognizes and seeks. The famous Saadi writes: "Prayer is the approach of the limited being to the unlimited, that is, the soul to God." Kalimai shahadah does not consist only of mentioning Allah and His Messenger, but strives for the image in the heart of the believer as the highest ideal. "The highest ideal of a person is to realize the unlimitedness and eternity of the "I" inside him. If a person keeps this ideal in front of his eyes, there is no need for him to look for another higher ideal, the higher ideal will lead him to the peace and spaciousness that his soul and heart desire."

Man's place in social existence is in his relationship with God, trusting in his messenger Prophet Muhammad, living in accordance with his qualities, words and lifestyle. At this time, a person's relationship is not limited to God or his messenger, he starts a relationship with the world created by God and his servants, that is, other people. These relationships determine the place of a person in social existence.

The second pillar of Islamic faith is obligatory prayer. It has about twenty types, but the five that are recited daily are dawn, noon, asr, evening and night. According to the order, prayer should be combined with traditional activities such as reciting verses of the Holy Qur'an and other obligatory prayers, standing, bowing, prostrating, kneeling, sitting and turning the two shoulders. does. He expresses his faith by repeating the holy verses of the Qur'an and prayers; secondly, he shows his attitude to others by following certain rules, and thirdly, "he lives with prayer and worship from the cradle to the grave." The practice and order of prayer, especially the connection of prayer with the whole and social life of the believer, is of particular importance. Prayer is an obligation imposed on man. Man's attitude to prayer is his attitude to the environment and social existence. "A person who prays wakes up from the sleep of heedlessness and begins to take a deeper look at

life. It teaches a person to be disciplined, to do everything in an orderly manner, to save time and organize. A person who prays has many personal and high qualities, such as humility, calmness, unhurriedness, and patience. It is preferable to pray in congregation in mosques, it strengthens the social ties between the worshipers, it means that the power is in the congregation, in unity, it strengthens social ties and cooperation... Even thanks to the congregational prayer, Muslims get to know each other and become brothers. they are accustomed to cooperate in the way of goodness and piety, to learn about each other's situations. If a patient, an oppressed person, or a needy person is among them, they will help. At the same time, they correct each other's mistakes."

Hadiths about prayer can be found in almost all books of "Al-Jameh al-Sahih". These are "The Book of Ablution", "The Book of Ghusl", "The Book of Salat (Prayer)", "The Notice of Blocking the Qibla Side of the Place of Prayer", "The Book of Prayer Times", "The Call to Azan") Book", "Friday Book", "Salat ul-Khaf (Prayer to be performed in case of danger)", "Chapters on performing Namaz Qasr", "Chapters on Nafl Prayers", "Makkai Mukarrama and Madinai On the merits of the prayer performed in the mosques of Munawwara", works such as "Actions performed in prayer" and chapters of these works. They are described in connection with various situations and events. In the books, it is recorded that Prophet Muhammad prayed looking at flowers, trees, canes and even saddles.

It is known that prayer is performed individually and in groups. Individual prayer helps to strengthen a person's faith and to form religious and psychological qualities. A person understands the "higher ideal" through his "I", religious-psychological factors: recognition of the oneness of God, emphasizing that the prophet Muhammad is His messenger, singing praises, not forgetting the existence of heaven and hell, and remembering the inevitability of the hereafter gives him confidence that there is harmony between himself and God, and between people.

Regarding praying in congregation, Imam Bukhari quotes the following hadith: "Abu Hurairah, may Allah be pleased with him, narrates that the Messenger of Allah, may God bless him and grant him peace, said: "The reward of a congregational prayer is greater than the reward of a prayer at home. 25 times more, because whoever you are, if you go to the mosque with the intention of performing ablution and praying only, for every step you take, Allah may raise your status one level and forgive one of your sins. When a person enters the mosque, touching the person who is praying is tekku. When he was praying, if he did not break his ablution, he would stand above the angels and say: "God, forgive this servant of yours!" saying salvat." Those praying in the mosque pointed to their union and said: "The believers support each other as the building is supported by four walls." They crossed their fingers. Group prayer has social significance. A person learns that he is under the gaze and protection of the public, and evaluates his actions and activities in social life not from an egoistic (selfish) point of view, but in accordance with social rules and interests by praying in a group. A person realizes that he is responsible to the society, his community, and this responsibility is first of all to obey the beliefs of Islam, and then to live according to the rules of the society.

Zakat is the third pillar of Islamic belief. Previously, zakat was collected mainly from livestock, gold and silver coins, then from agricultural products, but now it is collected from savings, cash, which establish socio-economic and financial relations. zakat is collected from trade, jewelry, honey, livestock products, underground and underwater resources, income-generating things. Therefore, "zakat" is not only a religious concept, but also a component of socio-economic relations. "In Islam, it is not intended to collect wealth and fill the treasury through zakat. Also, the meaning of financial assistance to the poor and widows is not envisaged. The main purpose of zakat is to put man above the world of wealth, that is, to ensure that man is not a slave of the world of wealth, but the world of wealth is a slave of man. Therefore, zakat is a way to prevent a person from

becoming a slave of his heart, from a socio-economic point of view, to prevent him from falling into the poor and needy level, and to solve the problems of not turning his back on God because of this situation. "It is obligatory to take alms (zakat) from the wealth of rich people and return it to the poor", "whoever repents and prays and gives zakat are your religious brothers", the idea of humanity is expressed in these hadiths. "Warn those who do not accumulate treasures of gold and silver and do not spend in the way of Allah, of the severe punishment on the Day of Resurrection! On that day, all the collected treasures will be heated in the fire of hell, and the owner of the treasure will be ironed along with his forehead, two sides, and back. This will be the result of your accumulated wealth. Taste the taste of your accumulated treasures on the Day of Judgment! Imam Bukhari quotes the hadith. This refers to the help given to orphans and the needy, and not zakat, which is spent on the path of an abstract goal. In the interpretation of Islam, giving zakat for the sake of Allah is helping people.

When a person's tongue and mind are occupied with collecting worldly wealth, he forgets God, he makes a habit of robbing the property of his brothers who forget God, he despises His servants, and he does not stop using them as he pleases. According to the following hadith: "Those who take revenge on people's property unjustly will be condemned to hell on the Day of Resurrection." if he spends on his clothes, all this will be written for him in the ruling on charity.

Zakat is a duty and responsibility of a person in social existence. Failure to do so is a mistake before God and society. At the same time, when giving zakat, giving charity from ill-gotten wealth, not giving it on time, and giving zakat from ill-gotten wealth are included in this category of mistakes. It is mentioned in Al-Jamaa al-Sahih: "O servants of faith, do not waste your alms by thanking (people) and hurting them..." if not, at least say one good word and save yourself from the fire of hell!" Therefore, giving charity is a social duty of a person, and he can fulfill this duty not only with property, money, gold, but also with kind words;

The Islamic creed obliges Muslims to perform Hajj, which is the fourth pillar.

Hajj (Arabic means pilgrimage) is to go to Makkah and visit the holy places there, make sacrifices, go to Madinah and visit the Prophet's grave. It is not mandatory for all believers, but going on a pilgrimage is a proud act for a Muslim, because a person who performs such a pilgrimage is called a "pilgrim" or "pilgrim mother" and is deeply respected among his compatriots. This determines the place of the pilgrim in the social life, his social position and reputation as a religious person and a full follower of Islamic dogmatics. True, this is not a position, it is a position with a spiritual and moral character. In fact, Islam does not promise to gain any benefit from Hajj, but the words, actions, teachings of "pilgrim" or "pilgrim mother" are an example for others, an expression of high morals and religious knowledge. From the moment a person intends to perform Hajj, he should try to be as pure as when he was born from his mother's sins, not utter a single word of shame, not indulge in immorality, and not commit bad deeds and actions.

Analysis and results

Imam Bukhari quotes many hadiths about the rules and requirements of Hajj in his work "Al Jame' as-sahih". Imam Bukhari writes: "The Prophet, peace and blessings be upon him, was asked: "Which of the deeds of Islam is better?" Mr. Rasulullah said: "To believe in Allah and His Messenger." “Which one else? - they asked. Mr. Rasoolullah answered: "To perform Hajj with an objective intention." They said, "Whoever performs Hajj in the way of Allah, without speaking evil or doing evil, will return to his mother as pure from sins as if he was born today." Hajj is not only about visiting holy places and visiting places related to pilgrimage, but it also requires a person to have high spiritual and moral qualities. It is a sin for pilgrims or pilgrims to tell lies. Therefore, pilgrims should refrain from inappropriate actions. Haji (pilgrim father, pilgrim mother) now becomes the center of attention of the public and people around him, and people get used to imitating

his lifestyle. Now the place of Haji (pilgrim father, pilgrim mother) in social existence has both religious and worldly significance. His religious character is when he strictly adheres to the tenets of Islam, spares no time, effort and money, and visits the holy places, first of all Mecca and Medina, and his secular character is when he increases his spiritual and moral qualities and elevates his spirituality. appears. This, in turn, has a positive effect on the social environment.

The importance of the religious and worldly meaning of Hajj has its own characteristics in people's lives. During Hajj, a person changes, he feels himself as a carrier of ideas and qualities related to "Allah".

Fasting during Ramadan is considered the last, fifth pillar, condition in Islamic dogmatics. The social aspects of fasting are reflected in the following: 1) A person's piety increases; 2) a person recovers his health; 3) Human air restrains the ego; 4) Wrath will be shown to Satan; 5) The heart is purified; 6) The fasting person will be forgiven for his sins; 7) The fasting person is rewarded with the quality of angels; 8) A person acquires qualities such as being patient and enduring;

9) He will be merciful and others. Imam Bukhari collected the hadiths of the Prophet Muhammad about fasting in the month of Ramadan in the Book of Fasting. "Fasting (abstinence) is a means of protection from the fire of hell!" Therefore, a fasting person should not utter insulting words, shout while speaking, or make fun of someone! If someone quarrels with a fasting person and insults him, the fasting person should say twice: "I am fasting!" I swear to Allah, the smell of the mouth of a fasting person is more fragrant than the smell of musk in the eyes of God, because Allah Almighty says: "The fasting person does not eat or drink for Me, and he fasts for Me. therefore, I will give his reward myself, and for every good deed, he will receive an equal reward from me." In this hadith, the prophet Muhammad shows that the Islamic faith is essentially aimed at improving the social and moral qualities of a person.

Various opinions have been expressed about the effect of fasting (abstinence from something, called "syyam") on human health, physical and mental health, and even a medical method of fasting treatment has been discovered. In fact, this medical method was founded by Ibn Sina. According to him, "eating a lot of food reduces the use of excess food in the ore, creates blockages in small pores, weakens natural powers. It causes fevers, various odors, goiter and joint pain." Ibn Sina did not express any opinion about fasting and its effects on health, but he certainly thought in terms of Islamic traditions. Because he put piety first and did not reject the creed of Islam.

It is narrated from Abu Hurairah, may Allah be pleased with him: "The Prophet, may God bless him and grant him peace, said: "He made it obligatory for you to fast the blessed month of Ramadan. Then the gates of heaven will be opened. Then the gates of hell will be closed. Arbitrary devils are chained in it. There is one night of Allah in it, which is better than a thousand nights. They said, "Whoever is deprived of the goodness of that night is truly deprived."

In this hadith, the main focus is on the effect of fasting on a person and his health. If we dwell on his comment, Ramadan is a blessed month. Allah has made it obligatory to fast in the month of Ramadan. In this month, the gates of heaven and goodness will be opened. In it the gates of hell and evil are closed. It has demons that tempt a person. It is one great night of Allah and it is better than a thousand other nights. This night is called Qadr night. A Muslim spends this night in prayer, vowing not to repeat his sins and bad deeds. He thinks that he eats little food and does many meritorious deeds. Commenting on the month of Ramadan, commenting on the fasting section in all sources is up to a person. Increasing good deeds in a person, learning self-control, living with good thoughts - these are the truths of humanity. As it is said in the hadith: "Do not destroy each other, do not find fault behind each other's backs, do not hate each other, do not be jealous of each other. Those who do good in this world will achieve good in the Hereafter,

and those who do what is considered evil in the Sharia will face evil in the Hereafter.

The month of Ramadan is considered a blessed and dear month because it invites us to live only with good wishes and good deeds. Fasting this month, which is the fifth pillar of Islamic dogmatics, encourages us to repeatedly repeat God's call to good deeds. This principle is aimed at connecting a person with society and the Creator. Even though the month of Ramadan, like other pillars of Islamic faith, makes God absolute, they do not forget man. All good deeds and good intentions originate from a person, through a person they become a value, a real social reality. Absolutization of God is also done through human mind, faith and religious-mystical knowledge. As it is said in the Holy Qur'an: "Indeed, (We) honored the children of Adam (Aziz wa) and preferred them... to many creatures that We created."

Conclusion/ Recommendations

Therefore, man is at the center of the creation of the Universe, all other things and beings are for him. In the Islamic system of values, religious-philosophical thinking, "although the supreme goal is to know the divine essence, the divine truth, special attention is paid to the place of a person in society, and it is encouraged to get rid of selfish qualities. Therefore, the main place in them is occupied by the idea of "Perfect person": "Know that a perfect person is one who has four things perfected in him: good words, good deeds, good morals and knowledge." Thanks to these qualities, a person forms humanitarian values in society, in the social environment, and gives humanity to relationships. A person who is completely dissatisfied with society and social existence, a nihilist, rejects existing values and orders, destroys them with his destructive tendencies and ideas. Therefore, humanist ideas in Islam and hadith are universal.

So, in hadiths, the relationship between man and existence is built on the basis of the harmony of religious and worldly ideas. The need for them to rely on the Islamic creed has always been repeated.

Bibliography.

1. Subhi Makhmasani. Philosophy at-Tashri fi-l-Islam. - Beirut, 1952. - 15 b; Schacht J. Islamic Law in Contemporary States//The American Journal of Comparative Law/ Baltimore, 1989. Vol. 8, N2. - P. 2; Rahman F. Islamic Methodology in History/ - Karachi? 1985. - P. 8-9; HassanF. TheConceptofStateandLawinIslam. - Washington, 1981. - P. 13-14.

2. Sheikh Muhammad Sadiq Muhammad Yusuf. Hadith and life. Book of fasting. Chapter 9. - Tashkent.: Sharq, 2011. - p. 20-21.

3. Imam Ismail al-Bukhari. Adab al-mufrad (Masterpieces of manners) - Tashkent: Uzbekistan, 1990. 76 p.

4. Mansurov A., Joraev U., Lafasov M. Lessons of hadith science. -Tashkent: Islamic University of Tashkent, 1999. 22 p.

5. Abu Ali Ibn Sina. The world I understand. -Tashkent: SHARQ, 2015. 249

6. Al Jami' as-sahih. 1-k. - 418 p.

7. Examples of hadiths about ethics. - Tashkent.: Science, 1990. - 48 p.

8. Holy Quran. Translated by Alauddin Mansur. - Tashkent.: Cholpon, 1992. - 5 p.

9. Холназарова, М. Х. (2024). Имом Бухорийнинг “Ал-Адаб ал-Муфрад” асарида яхши хулқ борасида. Science Promotion, 1(1), 211-214.

10. Kholnazarova, M. (2023).The development stages of teaching kubrovia in pedagogical-psychological interpretation. Science and innovation, 2(C11), 86-92.

11. Kholnazarova, M. X., & qizi Khudaiberdieva, D. K. (2023). Obsessive–compulsive disorder history and factors. ilm fan taraqqiyotida zamonaviy metodlarning qo'llanilishi, 3(8), 44-47.

INVISIBLE CHAINS: HOW OBSESSIVE – COMPULSIVE DISORDER SHACKLES PERSON

Xudayberdiyev D.X.
(Gulistan, Uzbekistan)

Annotation. *Today, more and more new psychological problems are appearing that affect the psyche and pace of human life. Of course, it cannot be denied that they affect the quality of a person's life and work.During the course of abnormal changes in higher nervous activity, obsessive thoughts and obsessions take root. They are beyond control; a person cannot get rid of them by force of will. They are usually extremely painful. Obsessive-compulsive syndrome, in addition to worsening a person's quality of life, is also dangerous because it affects the development of other mental disorders. For example, depressive disorders, anxiety disorders, and suicidal thoughts may occur.*

Key words*: obsessive-compulsive disorder, suicidal thoughts, anxiety, depression, deterioration of quality of life, disorders, influence, stress, causes, problems, psyche, symptoms.*

Аннотация. *Сегодня появляются все новые и новые психологические проблемы, влияющие на психику и темп жизни человека. Конечно, нельзя отрицать, что они влияют на качество жизни и работы человека. В ходе аномальных изменений высшей нервной деятельности укореняются навязчивые мысли и навязчивые идеи. Они вне контроля; человек не может избавиться от них силой воли. Обычно они чрезвычайно болезненны. Обсессивно-компульсивное расстройство, помимо того, что ухудшает качество жизни человека, опасно еще и тем, что оно влияет на развитие других психических расстройств. Например, могут возникать депрессивные расстройства, тревожные расстройства, суицидальные мысли.*

Ключевые вопросы: *обссесивное – компульсивное расстройсто, суицидальные мысли, тревога, депрессия, ухудшения качество жизни, расстройства, влияние, стресс, причины, проблемы, психика, симптомы.*

Introduction. The state of mental health around the world is alarming. Even before the pandemic, around one billion people suffered from a diagnosed mental illness, 82% of whom lived in low- and middle-income countries (LMICs), and people with severe mental illness died 10 to 20 years earlier than the general population. Then the COVID-19 pandemic undermined the mental health and well-being of many people with and without such problems, exacerbating systemic gaps in health and socioeconomic inequalities. The pandemic has increased the prevalence of depression and anxiety globally by an estimated 25 to 27 percent.

Although scientists have made progress in understanding the causes and treatments of mental illness over the past 20 years, there has been little progress in improving the coverage and quality of services.

Nowadays obsessive-compulsive disorder is becoming a common issue and debilitating anxiety disorder in which a person experiences intrusive thoughts and compulsive behavior. For the approximately 2% of the world's population who suffer from obsessive-compulsive disorder, everyday tasks can become increasingly difficult, and their disorder can interfere with all aspects of their lives, especially those that are most valuable to the sufferer.

It would seem that being overly attentive is a wonderful thing. However, the disorder differs from the normal state in that it interferes with daily life and work; the person cannot concentrate on ordinary activities or get annoying thoughts out of their head. So sooner or later, such patients seek help from doctors, either themselves or their relatives bring them to them.

In preschool age, obsessive-compulsive disorder does not have a clear classification; the prevalence of phobias, movements or actions is determined. Obsessive-compulsive disorder has the following forms:

Phobic neurosis. The central place is occupied by phobias - formalized fears. Typical for the age of 5-7 years.

Compulsive neurosis. Manifested by obsessive actions. The peak incidence occurs at 6-8 years.

Obsessive neurosis. Obsessive, repetitive thoughts - concepts, ideas - predominate. This form is typical for adolescents.

There are many factors influencing the development of obsessive-compulsive disorder.

Genes - obsessive-compulsive disorder is a complex disorder. Studies have shown that there are various genetic risk factors that influence the development of obsessive-compulsive disorder. Relatives of people with obsessive-compulsive disorder are more likely to develop the disorder.

Stress. Stressful life events can trigger the condition in about a third to two-thirds of cases.

Life transitions are times when a person has to take on more responsibility: puberty, having a child, or starting a new job.

Brain changes. We don’t know if this is a cause or effect of OCD, but if symptoms persist over a long period of time, researchers believe there may be changes in the way the chemical serotonin works in the brain.

Personality. If a person is a neat, meticulous, methodical person with high standards, they may be more likely to develop OCD. These personality traits are generally helpful, but they can develop into OCD if they become too strong.

Thinking patterns – Almost everyone has strange or disturbing thoughts or images in their head from time to time – “What if I run in front of that car?” or “I might hurt my child.” Most people quickly push these thoughts aside and move on with their lives. But if a person has extremely high standards of morality and responsibility, they may feel especially bad when experiencing such unpleasant thoughts. To the point that he will begin to be wary and watch them closely, making their appearance even more likely.

Literature review.

Specialists have long sought the cause of the obsessive – compulsive disorder. Obsessive-compulsive disorder is based on a predisposition to the development of anxiety. Predicates of the disease are increased anxiety, aggressiveness in children, anxious-suspicious, anankastic accentuation of the character of adolescents. The trigger is family dysfunction, strict rules and excessive, unrealistic demands on the child. Education fosters moral responsibility; the main values are loyalty to duty and ignoring physical and emotional needs. As a result of the suppressed conflict between needs and internal attitudes, obsessive thoughts arise and anxiety increases. Emotional stress is reduced by performing obsessive actions that bring short-term relief.

In 1827, Jean-Etienne Dominique Esquirol described one form of obsessive-compulsive disorder, the "disease of doubt." He wavered between classifying it as a disorder of the intellect and the will. In the Middle Ages, people were even thought to be possessed by a demon (though the same was thought about a number of other illnesses). It was later discovered that this was a form of neurosis. And Z. Freud even considered obsessive-compulsive disorder to be a manifestation of hidden sexual problems.

In the book by K. Lovell and L. Gega, obsessive-compulsive disorder is considered as “a common problem that affects approximately 1 in every 100 people. It can begin at any time, but most often begins in late adolescence.

There are many books on obsessive – compulsive disorder written by both academics and practicing psychologists. But we can highlight some of the latest ones.

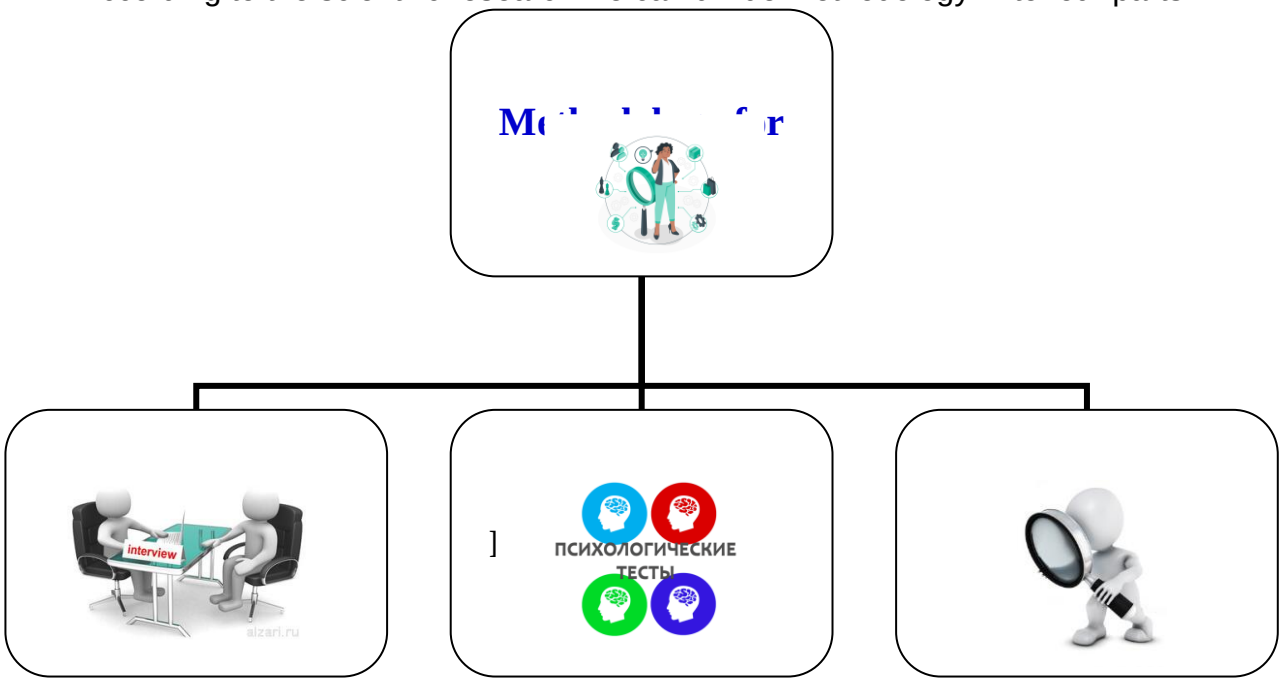
In the book "Breaking the Rules of obsessive – compulsive disorder " by Kim Rockwell-Evans, he offers a practical guide for people with obsessive – compulsive disorder and their loved ones. The author describes in detail how obsessive – compulsive disorder functions and how to overcome it.

The book " obsessive – compulsive disorder: The Complete Guide" by Jeffrey Sher contains detailed information about obsessive – compulsive disorder, its causes, symptoms, and treatment methods. The author also shares stories of people who have successfully overcome this disorder.

Research Methodology

The study of obsessive-compulsive disorder (OCD) in adolescents is a complex process that requires the use of various psychological methods. The goal of such studies is to gain a deeper understanding of the nature of obsessive – compulsive disorder in adolescents, identify risk factors, and develop effective diagnostic and treatment methods.

According to the scientific research we can divide methodology in to four parts:



Interview. Special questionnaires and scales are used to assess the severity of symptoms, their frequency of occurrence and impact on the teenager’s daily life.

Anxiety and Depression Questionnaires: Help assess co-morbidities that are common in adolescents with OCD.

Cognitive Distortion Scales: Allow you to identify distorted thoughts and beliefs that are characteristic of OCD.

Projective Techniques: Used to study unconscious conflicts and deep psychological processes.

Direct observation: Observing the adolescent's behavior in natural or laboratory settings allows us to assess the frequency and intensity of compulsive actions.

Self-reports: The adolescent keeps a diary in which he or she records his or her thoughts, feelings, and actions related to OCD.

Analyses and results

There are described various options for the content of obsessions and rituals. Nevertheless, among them can be distinguished the following categories (“symptomatic dimensions”). According to the research the adolescents have highlighted these types:

“Cleaning rituals” – fears associated with contamination/contamination and cleansing rituals

“Symmetry” – obsessions about symmetry and rituals of repeating, “correct” performing actions, arranging objects in a certain order and counting

"Prohibited thoughts» - examples include aggressive, sexual, blasphemous obsessions and related compulsions

“Adverse thoughts” – such as thoughts or ideas about causing harm to oneself or to someone else (“contrasting obsessions”) and re-checking rituals (“re-control”) regarding this matter.

“Collecting” – obsessions and compulsions about collecting and accumulating various items.

For detection the obsessive – compulsive disorder was chosen adolescents from Mirzaabad district ages between 10 -16. According to the research was detected such kind of signs of obsessive – compulsive disorder in children, which appear in the form of compulsions, include:

- ✓ change of mood;
- ✓ over eating;
- ✓ desire for symmetry;
- ✓ excessive passion for any type of activity;
- ✓ senseless counting of objects on the street, steps or cracks in the asphalt.

From the gained results we can understand that 47% percent of respondents have the signs connected with changing mood. 6% percent of adolescents have problems with over eating, but they do not have problems with obesity. 21 % percent of respondents pay attention to the order of things. 12 % percent have excessive passion for any type of activity(the child cuts, sculpts, draws and cannot stop), it was more recognizable in adolescents at the age between 11 – 13. 14 % percent of the respondents said that they count objects senseless.

Conclusion and recommendation

Obsessive-compulsive disorder (OCD) is a serious mental illness that requires a comprehensive approach to treatment. The good news is that with the right treatment, people with obsessive – compulsive disorder can significantly improve their quality of life.

In conclusion we can give some advice to support people with obsessive – compulsive disorder:

Physical activity can help reduce stress and improve mood.

Eating right provides your body with the nutrients it needs and can help improve your overall well-being.

Quality sleep can help you recharge and improve your emotional state.

Connecting with loved ones who understand that condition is important.

Literature.

1. Abramowitz J.S. Obsessive-compulsive disorder / J.S. Abramowitz, S. Taylor, D. McKay // Lancet. – 2009. – Vol. – 374. — № 9688. – P. 400–405.

2. Milad M.R. Obsessive-compulsive disorder: beyond segregated cortico-striatal pathways / M.R. Milad, S.L. Rauch // Trends in Cognitive Sciences. — 2012. – Vol. 16. — №1. – P. 26-51.

3. Семченко Л.Н., Костина М.Ю. Обсессивно-компульсивное расстройство и его профилактика у подростков. Вестник совета молодых учёных и специалистов Челябинской области №1 (20) Т. 1 20

4. Khudaiberdieva Dilorom Khaidar qizi, Howdoesobsessive - compulsivedisordermanifestitself? science and innovation international scientific journal volume 2 issue 4 april 2023

5. Khudaiberdieva Dilorom Khaidar kizi, How obsessive compulsive disorder effects on daily life. Republican scientific and practical conference 30-may 2023

6. Khudaiberdieva Dilorom Khaidar kizi What is obsessive – compulsive disorder? science and innovation international scientific journal volume 2 issue 3 march 2023

7. Khudaiberdieva Dilorom Khaidar kizi, Obsessive compulsive disorder history and factors.

8. Khudaiberdieva, D. . (2024). Detection of obsessive – compulsive disorder in adolescents according to the categories. Наука и инновация, 2(18), 136–138. извлечено от https://in-academy.uz/index.php/si/article/view/34391

9. Khudaiberdieva Dilorom Khaidar kizi, Detection and prevention of obsessive – compulsive disorder in adolescents 283 – 287 pages. World of scientific news in science. International scientific journal. Vol 2. Issue 6. 2024. research.ru/index.php/wsjc GER

10. Late-onset obsessive compulsive disorder: clinical characteristics and psychiatric comorbidity / Grant J.E. [et al.] // Psychiatry Research. – 2007. – Vol. 152. — №1. – P. 21-27.

СОСТОЯНИЕ ИЗУЧЕННОСТИ ЗАРУБЕЖНЫМИ УЧЕНЫМИ ПРОБЛЕМЫ ЖИЗНЕННОГО ЦИКЛА СЕМЬИ

Худайбердиева С.Б.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *В мировых образовательных и научно-исследовательских учреждениях проводятся научные исследования по обеспечению стабильности межличностных отношений в жизненных циклах семьи, подготовке молодежи к семье в укреплении института семьи, распределению ролей в семье, взаимопониманию супругов, эмоциональной близости и влиянию на стабильность семейных отношений. В условиях возросшего уровня регистрации случаев разрушения семьи в обществе необходимость широкого охвата научно-исследовательской работы по поиску решений посредством нового подхода к изучению психологии семейных отношений, семейных ценностей, этнопсихологических особенностей мотива создания семьи на основе особого подхода к работе по укреплению института семьи диктует сама эпоха. В связи с этим комплексное изучение социально-психологических факторов обеспечения стабильности межличностных отношений в жизненных циклах семьи остается одной из актуальных актуальных проблем.*

Ключевые слова: *жизненных циклах семьи, межличностные отношения, семейных ценностей, института семьи , социально-психологических факторов*

Annotation. *In the world's educational and research institutions, scientific research is being conducted to ensure the stability of interpersonal relationships in family life cycles, prepare young people for the family in strengthening the institution of the family, role distribution in the family, mutual understanding of spouses, emotional intimacy and influence on the stability of family relations. In the context of the increased level of registration of cases of family destruction in society, the need for a wide range of research work to find solutions through a new approach to the study of the psychology of family*

relations, family values, ethnopsychological features of the motive for creating a family based on a special approach to work to strengthen the institution of the family dictates the epoch itself. In this regard, a comprehensive study of the socio-psychological factors of ensuring the stability of interpersonal relationships in the life cycles of the family remains one of the most pressing problems.

Key words: *family life cycles, interpersonal relationships, family values, family institution, socio-psychological factors*

Термин «жизненный цикл семьи» (англ. *Family Life Cycle*) был введён Э. Дювалль и Р. Хиллом в 1948 году [1]Динамику развития семьи они изучали, опираясь на теорию Э. Эриксона о специфичности задач, решаемых личностью последовательно на каждой из стадий развития семьи. В рамках системного подхода, который часто используется в семейной психологии и психотерапии, семья определяется как самоорганизующаяся социальная система, которая находится в постоянном взаимодействии и взаимообмене с внешним миром (окружающей средой). В рамках этого подхода выделяют два закона, в соответствии с которыми осуществляется функционирование семьи: Закон гомеостаза. Согласно этому закону, деятельность семьи направлена на сохранение постоянства и стабильности. Закон развития. Этот закон подразумевает, что семья в историческом аспекте характеризуется тремя терминами: генезис, развитие и ликвидация. Из второго закона следует, что существует некий жизненный цикл семьи, и можно говорить о периодичном и последовательном её изменении. Каждая стадия жизненного цикла семьи включает в себя характерные для неё задачи развития. «Жизненный цикл развития семьи определяется объективными событиями (рождение, смерть) и осуществляется в контексте возрастных изменений всех членов семьи» [2] Карабанова О.А., доктор психологических наук, считает, что психологические изменения, связанные с возрастом и касающиеся каждого из членов семьи, в корне меняют её жизнь: "изменяются система потребностей и мотивов личности, способы её поведения и деятельности, социальный статус членов семьи, а следовательно, стиль общения и характер функционирования семьи в целом Существует большое число различных периодизаций семейного цикла. В качестве критериев для выделения стадий разные авторы используют разные показатели: наличие или отсутствие детей и их возраст; возраст супругов; стадии развития брака; изменения отдельных функций семьи; изменения структуры семьи; изменения способов внутрисемейной коммуникации и т. д. В качестве критерия периодизации развития семейной системы также могут выступать наиболее значимые события в жизни семьи: например, некоторые моменты взаимодействия членов семьи, которые образуют так называемый семейный сюжет. Однако на основе обзора существующих периодизаций можно сделать заключение, что основным критерием для них выступает изменение места детей в структуре семьи и исполнение супругами воспитательной функции. Э. Дювалль (1957) рассматривает следующие стадии жизненного цикла семьи, основанные на критерии наличия или отсутствия детей в семье и их возраста:

Формирующаяся семья (0—5 лет), детей нет.
Детородящая семья, возраст старшего ребёнка до 3 лет.
Семья с детьми-дошкольниками, старшему ребёнку 3—6 лет.
Семья с детьми-школьниками, старшему ребёнку 6-13 лет.
Семья с детьми-подростками, старшему ребёнку 13-21 год.
Семья, «отправляющая» детей в жизнь.
Супруги зрелого возраста.
Стареющая семья.

Э. К. Васильева (1975) выделяет пять стадий семейного цикла, на каждой из которых решаются свои специфические задачи её развития. К критериям выделения стадий семейного цикла Васильева добавила такие критерии, как: наличие собственных семей у детей, начало трудовой деятельности детей, совместное проживание детей с родителями: Зарождение семьи: с момента заключения брака до рождения первого ребёнка. Рождение и воспитание детей: продолжается до момента начала трудовой деятельности хотя бы одного ребёнка. Окончание выполнения семьёй воспитательной функции: продолжается до того момента, когда на попечении родителей не остаётся ни одного из детей. Совместное проживание родителей с детьми, хотя бы один из которых не имеет собственной семьи. Супруги живут одни или с детьми, имеющими собственные семьи. Б. Картер и М. МакГолдрик разработали периодизацию, в основе критериев которой лежат важные характеристики семьи: состав, жизненные цели и реализуемые для их достижения задачи, а также "переходы с одной стадии на другую в соответствии с новыми жизненными установками семейной системы [3] Карабанова О.А. отмечает, что последний критерий - это нормативный кризис семьи, потому что каждый переход на новый этап жизненного цикла семьи происходит неразрывно с перестройкой прежней семейной системы. Добрачный период или "время монады". На данном этапе основной целью является взросление личности, достижение ею экономической и эмоциональной независимости, а также принятие ответственности за себя и свою судьбу. В основные задачи во “время монады” входят: сепарация от родительской семьи и достижение независимости, развитие интимности межличностных отношений, в т.ч. поиск брачного партнёра, получение профессии и начало профессиональной трудовой деятельности. Заключение брака, образование новой семейной пары или “время диады”. Главная цель времени диады” заключается в формировании на основе заключения брака новой семейной системы. Перед партнёрами встаёт обширный спектр задач, от разрешения которых во многом будет зависеть успешное функционирование семьи и её будущее. Новой семье необходимо решать задачи брачно-семейной адаптации, выработки определённых взаимоотношений с родителями и родственниками каждого из супругов, распределения семейных ролей, формирование и принятие семейного уклада и ценностей семьи, установление общего бюджета и многие другие. Семья с маленькими детьми. Целью этого этапа является начало осуществления семьёй воспитательной функции в связи с включением в неё новых членов. На данном этапе структурно-функциональное строение семьи меняется, формируются супружеская и родительско-детская подсистемы, складывается родительская позиция матери и отца, вырабатываются и реализуются стратегия и методы воспитания, семейная система адаптируется к вхождению в неё детей, устанавливаются новые взаимоотношения с расширенной семьёй (в частности, прародители принимают роли дедушек и бабушек). В результате рождения ребёнка в семье развивается серьёзный кризис. Ряд авторов подразделяет указанную стадию жизненного цикла семьи на стадии семьи с детьми младенческого возраста, с детьми дошкольного возраста, с детьми школьного возраста (А.Н. Волкова, Т.М. Трапезникова, Н.Л. Васильева). [4] Семья с детьми подросткового возраста. Данный этап жизненного цикла семьи во многом определяется развитием семейной системы в связи с возрастанием независимости детей от родителей и появлением у супругов обязанности заботиться о прародителях. Среди основных задач можно выделить изменение родительско-детской системы отношений в сторону признания взросления детей и принятия их права на некоторую степень самостоятельности и независимости, заботу о старшем поколении и разрешение супругами кризиса середины жизни. Часто этот этап характеризуют повышенным

уровнем тревоги, появлением у супругов чувства "утраты любви", низким уровнем субъективной удовлетворённости браком. Период приобретения детьми взрослого статуса и их отделения. Главной целью этого этапа является "формирование гибкой семейной системы с открытыми границами.Перед супругами встаёт задача реорганизации семьи как диады, между детьми и родителями складывается система отношений по типу "взрослый-взрослый". В семейную систему на данном этапе включаются новые члены (партнёры взрослых детей), и супруги осваивают новые для них роли бабушки и дедушки. На этом этапе завершается осуществление семьёй воспитательной функции, дети создают собственные семьи, а супруги должны вновь построить отношения в рамках семьи-диады.Период жизни после отделения детей. На данном этапе система отношений поколений в рамках расширенной семьи перестраивается, при этом учитываются возрастные изменения супругов. Среди основных задач выделяются приобретение мудрости и опыта старости, изучение и осуществление новых семейных и социальных ролей как дедушки и бабушки. Чаще всего именно в этот период супруги переживают смерть близких друзей и ровесников. В виду неравномерного старения супругов одному из них приходится переживать утрату другого и строить новую модель жизни. С уходом одного из супругов жизненный цикл семьи завершается.

Немецкий социолог Рудольф Нойберт выделял сходные этапы жизненного цикла семьи: этап жизни вдвоём, этап рождения и воспитания детей, этап воспитания детей в старшем школьном возрасте, этап отделения детей от родителей и этап воспитания внуков. В периодизации В. Баркаи прослеживается аналогичная последовательность стадий. В. А. Сысенко [5] выделяет четыре стадии, критерием разграничения которых выступает количество лет, прожитых супругами в браке:

- Совсем молодые браки — от 0 до 4 лет совместной жизни.
- Молодые браки — от 5 до 9 лет.
- Средние браки — от 10 до 19 лет.
- Пожилые браки — более 20 лет совместной жизни.

А. И. Антонов и В. М. Медков (1996) рассматривают четыре основные стадии жизненного цикла: Стадия предродительства — от заключения брака до рождения первого ребёнка. Стадия репродуктивного родительства — период между рождением первого и последнего ребёнка. Стадия социализационного родительства (стадия воспитания) — период от рождения первого до выделения из семьи последнего ребёнка. Стадия прародительства — период от рождения первого внука и до смерти одного из прародителей (прародители становятся бабушкой и дедушкой). [6] Г. Навайтисвыделяет шесть этапов развития семьи, выделенных на основании стадий супружеских отношений:

- ✓ Добрачное общение.
- ✓ Брак. Этап медового месяца.
- ✓ Этап молодой семьи.
- ✓ Зрелая семья.
- ✓ Семья людей старшего возраста.

Исходя из вышеизложенных соображений, стало ясно, что важно изучать психологическую природу межличностных отношений между супружескими парами по количеству детей в семье. С этой целью мы использовали методику Т.Лири «Диагностика межличностных отношений» для изучения межличностных отношений супружеских пар. Всего в исследовании приняли участие 556 семьи, Ниже отдельно анализируется сфера межличностных отношений супружеских пар

Таблица №1

Различия методики «Диагностики межличностных отношений» по количеству детей в семье (у мужчин)

Шкалы	Среднее значение		t	p
	Мужчина	Женщина		
Доминантность	8,4644	9,0212	-1,773	,077
Уверенность в себе	9,2218	6,8995	1,838	,000***
Требовательность	8,4477	7,7249	2,696	,007**
Скептицизм	7,9665	7,7460	1,127	,260
Уступчивость	8,0167	8,0265	-1,052	,958
Доверчивость	7,9414	7,6614	1,405	,161
Добросердечие	8,6736	8,4127	1,067	,287
Отзывчивость	8,4127	9,4142	1,305	,761

**- p<0,05; **- p<0,01*

По анализу результатов проведенного нами исследования было установлено, что наши значения соответствуют закону нормального распределения. По этой причине мы использовали критерий студента для независимых наборов. Результат, полученный по шкале уверенности в себе по полу(t=1,838; P≤0,001). м-9,22 у мужчин м-6,89 у женщин уверенность в себе высокая у мужчин самостоятельное принятие решений с уверенностью,высокий независимый показатель причина в том, что быстрые решения у мужчин т. е. они берутся за каждую работу с умом т. е. они принимают решения с уверенностью, основываясь на реальной истории у мужчин будет конкурентоспособность. С другой стороны, у женщин уверенность в себе ниже, чем у мужчин.потому что у них низкий уровень уверенности в себе из-за того, что они часто сомневаются в принятии решений, будучи эмпатичными. Требовательность(t=2,696; P≤0,001), м-8,44 у мужчин м - 7,72 у женщин было обнаружено, что у мужчин более высокая требовательность открытость, непосредственность, настойчивость, целеустремленность и ответственный подход к каждому процессу работы и задачам, поставленным перед ними, выше, чем напористость в руководстве у мужчин, которые успешно реализуют отношения между сотрудником и руководителем.У женщин напористость несколько ниже, чем у мужчин у них была низкая напористость из-за того, что им было трудно контролировать свои эмоции из-за высокого развития эмпатических способностей.

Таблица №2

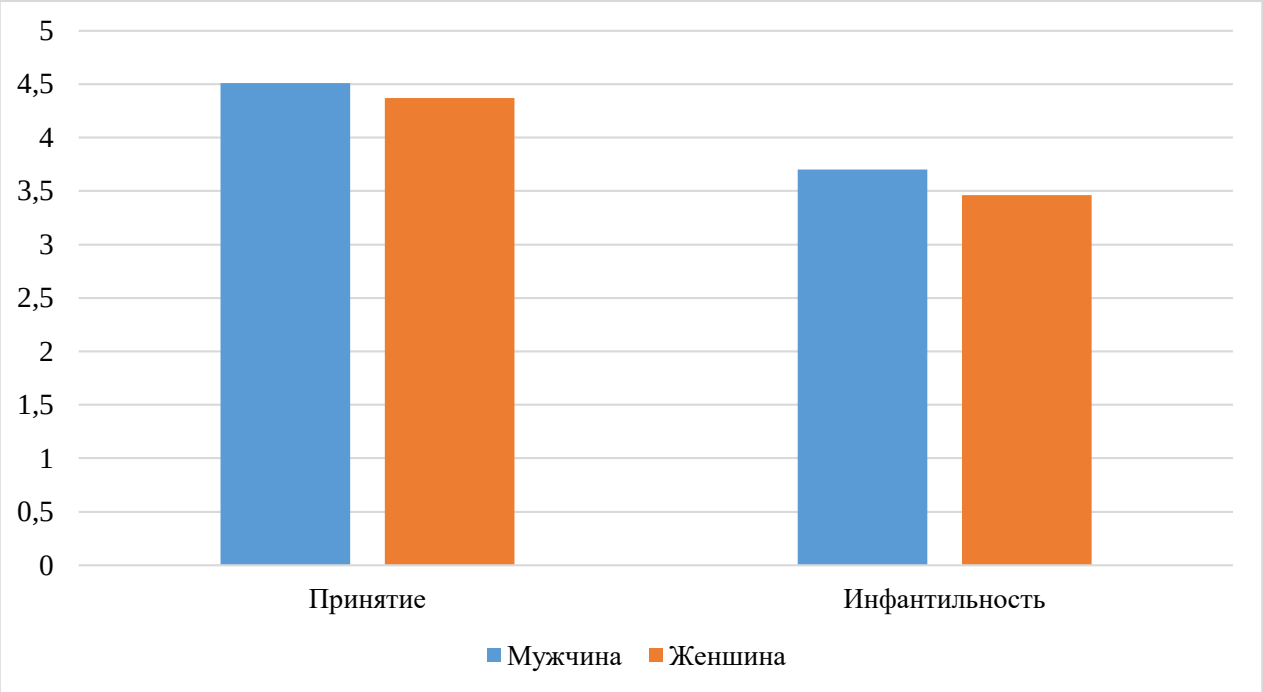
(А.Я.Варга, В.V.Столин) анализ по критерию стьюдент-т теста на определение типа" родительские отношения"

Шкалы	Среднее значение		**Статические значение**	**p**
	Мужчина	Женщина		
Прием	4,51	4,37	1,13	0,004
Кооператив	4,10	4,25	1,06	0,287
Симбиоз	3,83	3,92	1,57	0,568
Авторитарный	3,77	3,88	1,71	,478
Инфантильность	3,70	3,46	1,57	,000**

**- p<0,05; **- p<0,01*

Шкала принятия мужчины 4,51 женщины 4,37 (t = 1,13; P≤0,01), женщинам нравится ребенок таким, какой он есть. Родитель уважает индивидуальность ребенка, любит его. Мужчина старается проводить большую часть времени вместе с ребенком, поддерживает его интересы и планы, отражает особенности понимания и восприятия собственного ребенка родителями. По шкале инфантильности

мужчина 3,70 женщина 3,46 (t =1,57; p≤0,001), высокие баллы родительского отношения признают незрелость, личную и социальную беспомощность его ребенка. Родитель смотрит на своего ребенка как на маленького по сравнению с его фактическим возрастом. Чувства, мысли, интересы и увлечения ребенка кажутся родителям детскими, то есть несерьезными, представляя своего ребенка поддающимся дурному влиянию, неудачником, неспособным адаптироваться к жизни. Поэтому родитель стремится оградить своего ребенка от жизненных трудностей и жестко контролировать его поступки. Такие родители всегда стараются их оберегать.



2-рисунок. (А.Я.Варга, В.V.Столин) анализ по критерию стьюдент-т теста на определение типа" родительские отношения"

Литература.

1.Karabanova O.A. Oilaviy munosabatlar psixologiyasi va oilaviy maslahat asoslari: darslik. - moskva: gardariki, 2005. - 320 p. -isbn 5-8297-0189-8.

2. Olifirovich N.I., Zinkevich-Kuzemkina T.A., Velenta T.F. oilaviy inqirozlar psixologiyasi. - sankt-peterburg: rech, 2006. - 360 p.

3. Психология. учебник для гуманитарных вузов / под общей ред. В.Н.Дружинина. спб.: питер, 2001.

4. Бетти Картер, Моника мак-голдрик жизненный цикл семьи: основа для семейной психотерапии 2002

5.Олифирович Н. И., Зинкевич-Куземкина т. а., велента т. ф. психология семейных кризисов 2004

6.Джозеф Браун, Дана Кристенсен теория и практика семейной психотерапии 2006

7.Майкл Николс, Ричард Шварц семейная терапия. концепции и методы 2007

PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL FEATURES OF STUDENTS' EDUCATION AT THE UNIVERSITY.

Sherimbetova Z.Sh.
(Nukus, Uzbekistan)

Annotation. *University education requires the integration of both pedagogical and psychological approaches to foster effective learning. Pedagogically, teaching strategies must be student-centered, incorporating active learning, critical thinking, and collaborative methods to engage diverse learners. Psychological features emphasize the importance of motivation, self-regulation, and emotional intelligence in learning. Understanding students' cognitive development and individual differences helps educators tailor instruction to meet their needs. Additionally, creating a supportive learning environment that reduces stress and fosters mental well-being is crucial for academic success and personal growth. The synergy of pedagogical and psychological principles is essential for holistic student development.*

Key words: *memory, thinking, emotion, speech, intelligence, adaptation, critical thinking, fantasy, attention, intuition.*

Аннотация. *Университетское образование требует интеграции как педагогических, так и психологических подходов для обеспечения эффективного обучения. С педагогической точки зрения, стратегии преподавания должны быть ориентированы на студента, включать активное обучение, развитие критического мышления и использование методов совместной работы для вовлечения разнообразной аудитории учащихся. Психологические аспекты подчеркивают важность мотивации, саморегуляции и эмоционального интеллекта в процессе обучения. Понимание когнитивного развития студентов и их индивидуальных особенностей помогает преподавателям адаптировать методы обучения к их потребностям. Кроме того, создание поддерживающей учебной среды, снижающей уровень стресса и способствующей психическому благополучию, является ключевым фактором академического успеха и личностного роста. Синергия педагогических и психологических принципов необходима для целостного развития студентов.*

Ключевые слова: *память, мышление, эмоции, речь, интеллект, адаптация, критическое мышление, фантазия, внимание, интуиция.*

Introduction. The process of educating students at the university level involves a complex interplay between pedagogical and psychological factors. Pedagogically, higher education aims to cultivate critical thinking, creativity, and independent learning, moving beyond the transmission of knowledge to a more dynamic, student-centered approach. This requires the use of innovative teaching methods, including problem-based learning, collaborative projects, and digital tools, all of which promote active engagement and deeper understanding.

Psychologically, university students face unique challenges as they navigate increased academic expectations, personal growth, and social pressures. Their ability to manage stress, maintain motivation, and develop self-regulation skills becomes essential for academic success. Moreover, understanding cognitive development and individual learning styles allows educators to design more inclusive and supportive learning environments.

The integration of these pedagogical and psychological aspects is critical for fostering a holistic educational experience. By addressing both the intellectual and emotional needs of students, universities can better prepare them for professional careers and lifelong learning.

Literature analysis. David Ausubel is an American psychologist who made significant contributions to the pedagogical and psychological aspects of teaching students at the university level. His research focuses particularly on how students integrate prior knowledge with new information during the learning process, leading to the development of his *meaningful learning* theory. This theory emphasizes the necessity for students to link new knowledge with what they already know in order to effectively and deeply comprehend the material [1]

1. **Meaningful Learning**: One of Ausubel's core ideas is that for new knowledge to be effectively assimilated, it must be logically related to previously acquired knowledge. This process ensures that students integrate new information into their existing cognitive structures, leading to deeper understanding. This method is especially valuable when learning complex subjects at the university level.

2. **Advance Organizer**: Ausubel developed the concept of the *advance organizer*, which involves presenting students with a general framework or overview of the material before introducing new content. This helps facilitate meaningful learning by allowing students to connect the new information to concepts they already understand. For example, before explaining a complex topic, a general explanation of related ideas is provided, enabling students to link the new material with their prior knowledge. This approach shifts students from mere fact-learning to a deeper understanding process.

3. **Rote Learning vs. Meaningful Learning**: Ausubel compared *rote learning* (memorization) with *meaningful learning*. He argued that rote learning does not enable students to deeply understand a subject because it does not connect the new knowledge with existing knowledge. In contrast, meaningful learning integrates new information with previously learned concepts, resulting in deeper and more effective comprehension.

Ausubel's Contributions to Education: Pedagogically, Ausubel's research demonstrated the importance for educators to prepare students for new material by introducing foundational concepts in advance and promoting meaningful learning. **Psychologically**, his approach helped students focus on cognitive development, encouraging them to prioritize understanding rather than memorization. This prepares students for personal growth, critical thinking, and the application of knowledge [1].

Ausubel's theories aim to teach university students not only to memorize information but also to deeply understand and apply it in practice. In doing so, he made a significant contribution to the development of both the pedagogical and psychological aspects of higher education.

Robert J. Sternberg is a prominent American psychologist known for his work on human intelligence, creativity, and cognitive development, all of which have profound implications for education, including university-level teaching. His theories and research offer valuable insights into the pedagogical and psychological characteristics of teaching students in higher education. Sternberg's work emphasizes the diversity of cognitive abilities and the importance of tailoring educational practices to address students' varied intellectual strengths.

1. **Triarchic Theory of Intelligence** Sternberg's *Triarchic Theory of Intelligence* is one of his most influential contributions, and it is highly relevant to the pedagogical practices used in university settings. This theory divides intelligence into three components:[4]

- **Analytical Intelligence:** Often associated with traditional notions of academic intelligence, analytical intelligence involves problem-solving abilities, logical reasoning, and the ability to analyze and evaluate ideas. In a university context, this is frequently the

type of intelligence that is most rewarded through exams, critical essays, and other forms of academic assessment.

- **Creative Intelligence**: This involves the ability to think outside the box, generate novel ideas, and adapt to new situations. Sternberg argues that higher education should not only focus on analytical skills but also foster creativity, as it is essential for innovation and adapting to complex, real-world problems.
- **Practical Intelligence**: Often overlooked in academic settings, practical intelligence refers to the ability to apply knowledge in real-world contexts. This kind of intelligence is crucial for success beyond the classroom and in professional settings, but traditional university education often neglects this aspect.
- **Pedagogical Implications:** Sternberg's triarchic theory suggests that university teaching should be more diversified to address all three types of intelligence. By doing so, educators can better support students with different strengths and help them succeed both academically and in their future careers. For example, coursework that includes problem-solving tasks (analytical), creative projects (creative), and internships or real-world applications (practical) would help balance and integrate these types of intelligence. [4]

2. **Successful Intelligence.** In his later work, Sternberg expanded on the Triarchic Theory and developed the concept of *Successful Intelligence*, which emphasizes the integration of analytical, creative, and practical intelligence. According to this theory, successful individuals are those who can: [3]

- Recognize their strengths and weaknesses in these three areas,
- Compensate for their weaknesses, and
- Adapt to, shape, and select environments that suit their strengths.

This concept of successful intelligence can be directly applied to how university students learn and how they are taught. Rather than focusing solely on academic success (analytical intelligence), Sternberg suggests that education should help students develop practical skills and creative thinking, which are equally important for long-term success in life and work.

Pedagogical Implications: Sternberg's focus on successful intelligence promotes the idea that teaching should be holistic and consider students' varied learning styles and strengths. Educators can create assignments and assessments that reflect all three types of intelligence, which can lead to a more equitable and comprehensive educational experience. For instance, in addition to traditional exams (analytical), students might also be asked to propose innovative solutions to real-world problems (creative) or to complete internships that demonstrate practical skills (practical) [3].

3. **WICS Model (Wisdom, Intelligence, Creativity, Synthesized)** Sternberg's *WICS* model expands on his previous work by introducing the idea that wisdom is a crucial component of education, particularly at the university level. According to Sternberg, wisdom involves using intelligence and creativity in a way that benefits not just the individual but society as a whole. In the WICS model, education should focus on: [6]

- **Wisdom**: Making decisions that consider the common good, ethical reasoning, and social responsibility.
- **Intelligence**: Analytical, creative, and practical intelligence, as outlined in his earlier theories.
- **Creativity**: The ability to generate novel solutions and ideas that are both innovative and useful.

Pedagogical Implications: The WICS model suggests that higher education should not only focus on intellectual development but also on fostering wisdom and ethical reasoning. University curricula can incorporate discussions of moral and ethical issues, service learning, and projects that require students to think about how their knowledge can positively impact society [6].

4. Theory of Adaptive Intelligence In recent years, Sternberg has introduced the concept of *Adaptive Intelligence*, which is the ability to adapt to changing environments, including new social and ecological challenges. In the context of university education, adaptive intelligence emphasizes the importance of preparing students to face uncertain and rapidly changing global conditions [5].

Pedagogical Implications: The idea of adaptive intelligence highlights the need for flexibility in teaching and learning. University educators can design courses that prepare students for unpredictability by fostering critical thinking, problem-solving, and adaptability. This could include interdisciplinary courses that address global challenges such as climate change, social inequality, and technological disruption, helping students develop the skills they need to adapt to the future. [5].

Discussion. University education plays a pivotal role in shaping the intellectual, emotional, and social development of students. The pedagogical and psychological characteristics of teaching at this level are complex, as they must address the diversity of students' learning styles, cognitive abilities, and emotional needs while also preparing them for professional and personal success. To understand the full scope of these features, it is necessary to examine the interplay between pedagogical strategies and the psychological aspects of learning that are essential for fostering student success at the university level [2].

1. **Pedagogical Features of University Education**

1.1. **Learner-Centered Approach** One of the dominant pedagogical trends in modern university education is the shift toward a *learner-centered approach*. This method emphasizes the active participation of students in the learning process, moving away from traditional, teacher-centered models where the instructor is the primary source of knowledge. In learner-centered environments, students are encouraged to take ownership of their learning, engaging in critical thinking, problem-solving, and collaborative learning activities.

Key aspects of the learner-centered approach include:

- **Active Learning**: Students participate in discussions, debates, group projects, and case studies, which helps to deepen their understanding and retain information more effectively.
- **Flipped Classroom**: Instead of traditional lectures, the flipped classroom model allows students to review materials before class and engage in interactive, problem-solving activities during the class time.
- **Project-Based Learning (PBL)**: This approach focuses on real-world applications, where students are assigned projects that challenge them to apply theoretical knowledge to practical scenarios.

1.2. **Differentiated Instruction** University students come from diverse backgrounds and possess varying levels of cognitive abilities, learning styles, and prior knowledge. To address this diversity, *differentiated instruction* is a crucial pedagogical strategy. It involves tailoring teaching methods, materials, and assessments to meet the diverse needs of students.

Differentiated instruction may include:

- **Varied Teaching Methods**: Using a combination of lectures, discussions, hands-on activities, and multimedia presentations to cater to different learning preferences.
- **Flexible Assessments**: Offering students multiple ways to demonstrate their understanding, such as essays, presentations, group work, or creative projects.
- **Scaffolded Learning**: Providing additional support to students who need it, while offering more advanced materials for those ready to move forward.

1.3. **Use of Technology in Education** The integration of technology into university teaching has revolutionized pedagogical practices. Learning management systems

(LMS), virtual classrooms, and online resources provide new opportunities for both students and teachers to engage in the learning process.

Some key benefits of technology in education include:

- **Accessibility**: Online platforms make educational materials accessible to a broader range of students, including those with disabilities or who need flexible scheduling.
- **Interactive Learning**: Tools such as online quizzes, simulations, and virtual labs allow students to engage interactively with course content, reinforcing learning through practice.
- **Collaborative Platforms**: Cloud-based tools enable students to collaborate on projects in real time, regardless of their physical location, fostering teamwork and communication skills.

1.4. **Interdisciplinary Learning.** Modern education often encourages students to engage in *interdisciplinary learning*, which involves integrating knowledge and methodologies from multiple academic disciplines to address complex problems. This pedagogical feature helps students develop a more comprehensive understanding of the world and prepares them for real-world challenges that cannot be solved through a single discipline.

Interdisciplinary learning can take various forms:

- **Cross-Departmental Courses**: Universities offer courses that span different fields of study, such as environmental science combined with economics or computer science paired with psychology.
- **Interdisciplinary Research Projects**: Students are encouraged to participate in research that draws from multiple fields, helping them develop a more holistic perspective on global issues.

2. **Psychological Features of University Education**

2.1. **Cognitive Development.** At the university level, students are expected to engage in higher-order thinking, including analysis, synthesis, and evaluation. According to the theories of cognitive development, such as those proposed by Jean Piaget and Lev Vygotsky, university students typically function at the *formal operational stage*, where they can think abstractly, reason logically, and problem-solve effectively.

Key cognitive processes involved in university education include:

- **Metacognition**: Students are encouraged to develop metacognitive skills, which involve thinking about their own thinking. This includes self-regulation, reflection on learning processes, and strategic planning for studying and problem-solving.
- **Critical Thinking**: One of the main objectives of university education is to foster critical thinking skills, enabling students to analyze information, evaluate evidence, and construct well-founded arguments.

2.2. **Motivation and Engagement** Student motivation plays a crucial role in their success at the university. According to psychological theories such as *Self-Determination Theory* (Deci & Ryan), motivation can be either intrinsic (driven by personal interest or enjoyment) or extrinsic (driven by external rewards, such as grades or job prospects).

Effective pedagogical strategies can boost motivation by:

- **Fostering Autonomy**: Allowing students to have control over their learning, such as choosing topics for assignments, increases intrinsic motivation.
- **Relatedness**: Creating a sense of community within the classroom and fostering positive relationships between students and teachers can improve student engagement.
- **Competence**: Providing clear feedback and scaffolding that helps students feel competent and confident in their abilities.

2.3. **Emotional and Social Development** The university is not only a place for intellectual growth but also a critical period for emotional and social development. University students are transitioning into adulthood, developing their identities, and

building relationships. These developmental aspects have significant psychological implications for learning.

Key emotional and social aspects include:

- **Emotional Intelligence**: Developing emotional intelligence (the ability to understand and manage one's emotions and the emotions of others) is crucial for personal and professional success. University settings that encourage collaboration, teamwork, and peer learning help students develop these skills.
- **Stress and Well-Being**: University students often face stress due to academic pressures, social expectations, and future career concerns. Pedagogical approaches that include mental health support, stress management techniques, and the promotion of well-being can enhance students' overall success.

2.4. **Self-Efficacy and Self-Regulation** Self-efficacy refers to a student's belief in their ability to succeed in academic tasks. According to Albert Bandura's social cognitive theory, students with high self-efficacy are more likely to set challenging goals, persist in the face of obstacles, and ultimately achieve academic success.

Key factors that influence self-efficacy include:

- **Mastery Experiences**: Students who experience success in their academic tasks are more likely to develop a strong sense of self-efficacy. Therefore, incremental challenges that build competence are crucial for fostering this belief.
- **Feedback**: Constructive feedback from instructors plays a significant role in helping students develop self-efficacy and improve their learning strategies [2].

2.5. **Learning Styles and Preferences** Students at the university level exhibit diverse learning styles, which can be broadly categorized into visual, auditory, reading/writing, and kinesthetic preferences (VARK model). Understanding these individual differences in learning preferences is essential for developing effective pedagogical approaches.

While research suggests that catering specifically to learning styles may not always lead to improved outcomes, providing varied instructional methods can help engage a wider range of students. For example:

- **Visual Learners** may benefit from diagrams, charts, and videos.
- **Auditory Learners** may prefer lectures, discussions, and podcasts.
- **Kinesthetic Learners** might engage more with hands-on activities and experiments.

Conclusion. University education represents a critical phase in students' intellectual, emotional, and social development. Understanding the pedagogical and psychological features of this educational stage is essential for optimizing teaching strategies and enhancing student success.Integrating these pedagogical and psychological insights into university teaching practices not only enriches the learning experience but also prepares students for success beyond the academic environment. By creating supportive and adaptive educational environments, universities can help students navigate the complexities of higher education and emerge as capable, well-rounded individuals ready to face the challenges of their future careers and lives.In summary, a comprehensive understanding of both pedagogical strategies and psychological principles is key to creating an effective and supportive educational framework at the university level. This holistic approach ensures that students are not only equipped with the necessary academic knowledge but also with the skills and resilience required for lifelong success.

Literatures.

1. *Ausbel D. "Educational Psychology: A Cognitive View"* Holt, Rinehart and Winston press 1978 704 p.

2. Charles C. Bonwell and James A. Eison “Active Learning: Creating Excitement in the Classroom” ASHE-ERIC Higher Education Report 1991 y 121 p.
3. Sternberg, R. J. (1997). *Successful Intelligence: How Practical and Creative Intelligence Determine Success in Life*. Plume.
4. Sternberg, R. J. (1985). *Beyond IQ: A Triarchic Theory of Human Intelligence*. Cambridge University Press.
5. Sternberg, R. J. (2021). *Adaptive Intelligence: Surviving and Thriving in Times of Uncertainty*. Cambridge University Press.
6. Sternberg, R. J. (2003). *Wisdom, Intelligence, and Creativity Synthesized*. Cambridge University Press.

ПЕДАГОГИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ АДАПТАЦИИ МОЛОДЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ В НОВОМ КОЛЛЕКТИВЕ

Шодиева Р.С.
(г.Ташкент, Узбекистан)

Аннотация. *Педагогическая профессия по своему характеру относится к профессиям типа человек-человек, а потому умение общаться считается ведущим, профессионально важным навыком для педагога. Так же очень важна адаптация студентов будучи педагогов в новом коллективе. В статье обсуждается педагогико-психологические аспекты развития адаптации у молодых специалистов.*

Ключевые слова: *адаптация, молодой специалист, будущий педагог, профессиональный рост, организация наставничества, психологическое сопровождение.*

Abstract. *The teaching profession by its nature refers to human-to-human professions, and therefore the ability to communicate is considered a leading, professionally important skill for a teacher. It is also very important to adapt students and teachers in a new team. The article discusses the pedagogical and psychological aspects of the development of adaptation among young professionals.*

Keywords: *adaptation, young specialist, future teacher, professional growth, mentoring, psychological support.*

Указ Президента Республики Узбекистан №УП-134 «Об утверждении Национальной программы развития народного образования на 2022-2026 годы» стало программой кардинальных изменений в этой области дошкольного и школьного образования. В указе, прежде всего, даны задачи формирования знаний и умений школьников, воспитание их в духе верности национальным и общечеловеческим ценностям, также пути повышения престижа профессии учителя и качества педагогов, совершенствование учебников и учебно-методических комплексов на основе требований времени, создание современных моделей государственных образовательных учреждений, отвечающих мировым стандартам. Основной целью данного указа является одновременное доведение до оптимального уровня коэффициент уровня качества кадров общеобразовательных средних учебных заведений, строительство, реконструкция

и ремонт школ по современным образцам, снабжение их необходимым оборудованием.

С сентября 2022/2023 учебного года, еженедельные учебные занятия для студентов 2-4 ступеней дневной формы обучения Ташкентского государственного педагогического университета проходят в порядке «4+2», 4 дня занятий в высшем учебном заведении, 2 дня практики в общеобразовательных учебных заведениях, и это даст огромную возможность адаптироваться студентам к будущей профессии. Конечно же, адаптация молодых специалистов является актуальной по сей день. Для решение данной проблемы нужна психологическая поддержка в том числе, психологическое сопровождение молодого специалиста.

Адаптация молодого специалиста является важным элементом управления на рабочем месте. Работодатели понимают необходимость принятия соответствующих мер по приспособлению и привыканию членов коллектива к новому устройству работы и общения, но мало кто на деле решает данную проблему. Поэтому проблема адаптации молодого специалиста действительно существует и требует разработки и принятия мер по ее регулированию и ликвидации [2].

Чтобы молодые специалисты с первых дней своей работы чувствовали себя комфортно и уверенно, чтобы у них не было разочарования в своей профессии, необходимо организовывать работу с молодыми учителями, оказывать методическую помощь в их профессиональном становлении, сформировать профессионально - адаптированного компетентного молодого учителя. Для этого каждое учебное заведение должно разработать адаптационную программу профессионального становления молодого специалиста, модель сопровождения молодого педагога. Цель ее - сделать молодого специалиста успешным, создать пространство, где он мог бы реализовать себя. Многое, конечно, зависит от самого молодого педагога, его личностных качеств, но и роль руководителя учебного заведения и всего педагогического коллектива в его профессиональной судьбе велика. С первых дней работы необходимо познакомить начинающего учителя с педагогическим коллективом, разъяснить его права и обязанности, определить рабочее место, ознакомить с условиями работы, с требованиями организации учебного процесса, системой отчетности в учебном заведении, ознакомиться с его социально – бытовыми проблемами, поставить его в позицию равноправного члена коллектива. Существует много форм работы сопровождения молодого педагога:

создание условий для профессионального роста молодых специалистов, способствующих снижению проблем адаптации и успешному вхождению в профессиональную деятельность молодого педагога.

Организация наставничества позволяет молодому специалисту получить практическую и теоретическую поддержку опытного профессионала.

Процесс наставничества затрагивает интересы как минимум трех субъектов взаимодействия: обучаемого, самого наставника и администрации. Этапы профессионального становления молодого специалиста:

I этап – стажировка (первый год работы). Выпускник колледжа или вуза осознает свои возможности как педагога, начинает понимать свою значимость для детей, их родителей, всего коллектива. На практике применяет знания и умения, полученные в учебном заведении. Осознание недостаточного владения содержанием работы с детьми заставляет его заняться самообразованием.

II этап - развивающий. Идет процесс развития профессиональных умений, накопление опыта, поиск лучших методов воздействия на группу детей в процессе воспитательно-образовательной работы, вырабатывается свой стиль в работе, появляется интерес к опыту коллег.

III этап - 4-5-й год работы. В деятельности педагога начинает складываться система.

IV этап - совершенствование, саморазвитие, освоение новых педагогических технологий [3].

Наибольшую сложность у новых специалистов также вызывает усвоение групповых норм и включение в уже сложившуюся систему межличностных связей. Групповые нормы даже в строго регламентированных деловых отношениях выступают как их основа, выполняя регулятивные, оценочные, санкционирующие и стабилизирующие функции. Уровни групповых норм зависят от степени обязательности их соблюдения. Наибольшую важность для нового сотрудника представляет информация относительно групповых норм, соблюдение которых является обязательным, а нарушение совершенно недопустимо.

Психологическое сопровождение в данном случае заключается в том, что новому работнику помогают освоить нормы профессионального поведения, предупредив о возможных последствиях их нарушения. В некоторых случаях могут возникнуть конфликтные ситуации, обусловленные несоблюдением групповых норм поведения. Тогда необходима оперативная помощь психолога в разрешении конфликта.

Главное - освоение новой профессиональной деятельности. Критерием успешности в этом виде адаптации является соответствие реальной, и требуемой компетентности. Превалирование реальной компетентности над требуемой приводит к снижению мотивации, разочарованию, так как для специалиста важно, чтобы был востребован весь имеющийся у него профессиональный опыт.

Успешная профессиональная адаптация делает работу привлекательной, повышает шанс на более высокую оплату труда и профессиональный рост, создает предпосылки для самоактуализации специалиста.

Психологическое сопровождение сводится к оценке реальной компетентности специалиста, оказанию помощи в повышении квалификации, преодолении появившегося чувства профессиональной неполноценности, формировании адекватной профессиональной самооценки. Психологическое сопровождение предполагает коррекцию самооценки: обучение умению сравнивать себя лишь с самим собой, помощь в выработке надежных критериев самооценки, совместный анализ содержания и задач деятельности и сопоставление ее требований с возможностями специалиста.

В отдельных случаях может быть поставлен вопрос о кадровом перемещении на другую работу. Такого рода ситуации вызывают у специалиста тягостное эмоциональное состояние — фрустрацию. Поддержка заключается в основном в выработке специалистом совместно с психологом новых целей профессиональной жизни.

Таким образом, психологическое сопровождение на стадии адаптации помогает успешному продвижению специалиста в области профессии, а также на предприятии, в учреждении, организации в направлении профессионального самосовершенствования.

Литература.

1. Указ Президента Республики Узбекистан УП 134 от 11.05.2022 «Об утверждении Национальной программы по развитию школьного образования в 2022 — 2026 годах»// https://lex.uz/docs/6008663?otherlang=1

2. Содействие профессиональному становлению личности и трудоустройству молодых специалистов в современных условиях. Сборник материалов Всероссийской 152 заочной научно-практической конференции// под общ. Ред. В.С. Севостьянова, В.Ш. Гузаирова, Н.Н. Реутова – Белгород: ИП Остащенко А.А., 2009.

3. Белякова, А. В. Критерии социально-психологической адаптации молодых специалистов/ Белякова А. В. // Успехи современного естествознания. – 2013. – № 10. – С. 18.

4. Татарин В.В. Методические рекомендации при работе с молодыми специалистами. – Кузнецово, 2021.

5. Давлетшин М.Г. Совершенствование подготовки учительских кадров / М.Г. Давлетшин //Вопросы психологии. 1991. №5

УПРАВЛЕНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫМИ ЭКОНОМИЧЕСКИМИ ЗОНАМИ, ДЕЙСТВУЮЩИМИ В РЕСПУБЛИКЕ УЗБЕКИСТАН СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

Шоназаров А.М.
(г.Самарканд Узбекистан)

Аннотация. *В данной научной статье раскрыть сущность социально-психологических особенностей управления специальными экономическими зонами, действующими в Республике Узбекистан, раскрыть важность дальнейшего совершенствования процессов управления, дальнейшего развития качества и эффективности деятельности специальных экономических зон. специальные экономические зоны, что является одним из основных аспектов, предусмотренных в теме, для всестороннего разъяснения научных, теоретических и практических основ социально-психологических механизмов взаимодействия руководителей, работников и трудовых коллективов, достижения расширения территорий; уровень конкурентоспособности всех видов производств особых экономических зон, обеспечить подготовку производимой продукции в соответствии с требованиями и предложениями мировых рынков, добиться увеличения уровня импорта и экспорта произведенной продукции, национализировать управление на основе анализа научной литературы всесторонне освещены конкретные цели, задачи, научные новости, предложения, рекомендации и выводы, направленные на создание здоровой социально-психологической среды путем ее адаптации к международным стандартам.*

Ключевые слова: *Действующие в Республике Узбекистан специальные экономические зоны, процессы управления, экономическое развитие, создание бизнес-среды, качество производства, управление экономикой, социально-психологические механизмы, общественное сознание, социально-психологические отношения, лидер, работник и трудовой коллектив.*

Annotation. *This scientific article, to reveal the essence of the socio-psychological characteristics of the management of the special economic zones operating in the Republic of Uzbekistan, to develop the importance of further improving the management processes, to further develop the quality and efficiency of the special economic zones, which is one of the main aspects provided for in the topic. to comprehensively explain the scientific, theoretical and practical foundations of the social-psychological mechanisms of interaction between leaders, workers and work teams; , to achieve the expansion of the level of competition tolerance of all types of industries of special economic zones, to ensure the preparation of manufactured goods in accordance with the demands and offers of world markets, to achieve an increase in the level of import and export of*

manufactured products, to nationalize management processes specific goals, tasks, scientific news, proposals, recommendations and conclusions aimed at creating a healthy socio-psychological environment by adapting it to international standards are comprehensively covered based on the analysis of scientific literature.

Key words: *Special economic zones operating in the Republic of Uzbekistan, management processes, economic development, creation of a business environment, production quality, economic management, social-psychological mechanisms, social consciousness, social-psychological relations, leader, employee and labor team.*

Введение. С социально-экономической и этнопсихологической точки зрения Республика Узбекистан уже давно рассматривается как страна, которая поразила народы мира своим социально-экономическим развитием и становлением, уникальной культурой, просвещением, памятными памятниками, ни с чем не сравнимыми творческими способностями, изобретениями, великими мыслителями и мыслителями. Именно этой уникальностью отличает нашу страну от других народов и пороков. Это, безусловно, создаст возможность впитать в общество восточные ценности, традиции и обычаи, которые достались нам в наследство от прошлого. На сегодняшний день бессмертные произведения, рукописи, а также образцы народного творчества восточных мыслителей и мыслителей широко используются в обучении, повышении их квалификации, дальнейшем совершенствовании системы переподготовки, способах достижения экономической эффективности, обучении их экономике, управленческим знаниям, умениям и квалификации.

Всестороннее развитие узбекской нации основано на этих уникальных общечеловеческих ценностях и будет развиваться и впредь. В то же время в них отражены многие идеи, имеющие воспитательную и воспитательную ценность, такие как самоконтроль, нравственность, гуманизм, патриотизм, взаимоуважение, ребячество, гостеприимство, гуманизм, трудолюбие. Сегодня об актуальности научных исследований свидетельствует современная трансформация действующих в стране специальных экономических зон, эффективное использование организационных, экономических, социально-психологических механизмов управления ими на основе национальных ценностей.

Научные исследования показывают, что экономическое развитие той или иной территории или государства создает основу для улучшения его социальных отношений, в то время как общественное развитие обеспечивает экономический подъем. Оба эти процесса происходят с социально-психологической точки зрения, в зависимости от сознательного отношения и умственных способностей лидеров, которые способны ими управлять.

Исходя из вышеизложенных замечаний, все последовательные реформы, проводимые в нашей стране, рассматриваются как практическая работа по развитию нации и развитию общества. При этом ожидаемым результатом серьезных реформ является обеспечение материального благосостояния народа, создание широких возможностей для достойной жизни людей, создание свободного общества, поддержка молодежи, дальнейшее развитие сфер образования, науки, спорта и здравоохранения, приведение городов и сел в новый облик, повышение эффективности производственных предприятий, предприятий, основанных на предпринимательстве Модернизация деятельности организаций, обеспечение материальной и духовной стабильности сферы управления особыми экономическими зонами в соответствии с мировыми стандартами, адаптация социально-психологических особенностей руководителей к требованиям сегодняшнего дня, планомерное повышение активности в производстве работников

и создание соответствующих условий свидетельствуют об актуальности научно-исследовательской работы для общества.

На основе результатов научных исследований и их анализа была определена цель исследования в ходе решения вышеуказанных актуальных проблем. По его словам, важно всесторонне разъяснять социально-психологические особенности, сущность и сущность особых экономических зон и поиск эффективных решений по их управлению, расширять социально-экономическую значимость деятельности специальных экономических зон, действующих в регионах.

Исходя из актуальности и цели научного исследования, его задачи определены следующим образом. К ним относятся:

А. Разработка и реализация плана мероприятий по обеспечению развития особых экономических зон в интересах государства и общества;

Б. Налаживание систематического повышения уровня менеджеров, способных к эффективному и качественному управлению деятельностью особых экономических зон.

В. Добиться выработки социально-психологических предложений, рекомендаций и соответствующих выводов, направленных на совершенствование управления и эффективности деятельности специальных экономических зон.

исходя из актуальности, целей и задач научных исследований, постоянно возрастая значение особых экономических зон для жизни общества, добиваясь дальнейшего расширения объемов производства на основе спроса и предложения мировых рынков, планомерного увеличения объемов экспорта и импорта, разработки новых современных методов и инструментов привлечения иностранных инвесторов и предоставления им правовой защиты и льгот, Создание бизнес-среды путем создания комплексной среды для рабочих и служащих, повышение конкурентоспособности особых экономических зон относятся к числу требований, которые сегодня должны быть четко определены.

Научная новизна исследования включает в себя:

Используя научно-теоретические взгляды и анализ научной литературы, социально-психологическая точка зрения показывает, что наряду с индивидуально-психологическими особенностями личности руководителя в организации личности и управленческой деятельности важное значение имеют социальные факторы, направленные на эффективность процесса управления, а именно коллективное сотрудничество, стиль управления, система межличностных отношений в коллективе, социально-когнитивные особенности, развитие нравственного сознания те, кто освещал глаза;

Активизация когнитивных способностей, интеллекта, обладание комплексным мировоззрением и социальной ответственностью, доступность к общению, чувство социальных норм, интенсификация четкой «ситуационно-ориентированности» через интерактивную сторону коммуникации в результате дифференцированного влияния индивидуально-психологических особенностей и качеств, присущих личности, в повышение эффективности процесса управления особыми экономическими зонами на основе охвата социально-психологических особенностей руководителей, динамичное развитие которых зависит от стажа работы;

На основе интегративного проявления таких механизмов социального восприятия, как эмпатия, рефлексия, идентификация, риальная оценка у руководителя в организации управленческого процесса, развивается рациональный и интуитивный канал эмпатии в гармонии с смыслом социально-экономической деятельности, теоретическая, научная и практическая значимость

социально-психологических особенностей у руководителей приоритизируется социально-аффективным компонентом доказанный;

В результате непосредственного влияния особых экономических зон на процесс принятия решений, присущих субъектам экономического управления при эффективном управлении особыми экономическими зонами, трансформации личности в соответствии с принципом централизации интегральных организационных умений, определено, что возможности репрезентации качеств, раскрывающих социально-психологические особенности руководителей особых экономических зон, возрастают, а их сущность носит общий характер их значимость освещается всесторонне;

Важность повышения эффективности и развития социально-психологических характеристик субъектов управления особыми экономическими зонами основана на необходимости применения авторской мотивационной обучающей программы «Отношения руководителя и трудового коллектива», направленной на их формирование путем закрепления навыков идентификации эмоций, рефлексивной эмпатии, и внедрения их в практику.

Вопросы регулирования взаимоотношений между личностью и общиной, управления общиной, своеобразно отражены и в «Авесто», которая считается одной из древнейших рукописей. В Авесте говорится, что человека, который возглавлял общину, называли «кави» или «шастра». Но в управлении общественными делами происходило обращение к «варзанопати», то есть к корпусу старейшин. Согласно учению Церкви, каждый кави должен полагаться на три принципа веры, а именно: чистоту помыслов; постоянство слова; Гуманность поступков. Согласно идеям, изложенным в Авесте, члены Совета старейшин должны «быть верны своему слову, быть верными ему, строго придерживаться торговли и договоров, вовремя платить долги и быть свободными от обмана и измены» [2; В.40-41]. Из вышесказанного видно, что для того, чтобы лидер мог эффективно управлять коллективом, он должен в первую очередь обладать высокой социально-коммуникативной компетентностью. Эффективность процесса управления будет влиять на эффективность процесса управления, если старейшина или руководитель вдумчиво и рационально подходит к тому, что он говорит команде, обладает умением устанавливать конструктивные отношения с коллективом и правильно оценивать ситуацию.

Вопрос об управлении отношениями личности и общества, каким должен быть справедливый правитель и справедливый вождь можно найти в трудах великих мыслителей Востока, таких как Абу Наср Фараби, Абу Али ибн Сино, Абу Райхан Беруни, Абу Али Хасан ибн Али Туси, Юсуф Хос Хаджиб, Амир Темур, Алишер Навои.

Абу Наср Фараби был первым человеком на Востоке, который философски интерпретировал такие социальные понятия, как «государство», «общество», «управление». В своем труде он писал: «Каждый человек рожден природой таким образом, что он нуждается во многом, чтобы жить и достичь высокого уровня зрелости, но в одиночку не может достичь этого. Вам нужно сообщество людей, чтобы они были. Деятельность таких участников сообщества в целом дает каждому из них то, что нужно для выживания и достижения зрелости. Таким образом, человеческие индивидуумы размножались и расселялись в населенной части земли, в результате чего формировалось человеческое сообщество», — признал он. Фараби также мечтал о формировании единого человеческого сообщества в мире, считая, что ископаемый город в его произведении «Город ископаемых людей» является зрелой формой социальной сплоченности, необходимым средством взросления человека. В своем социально-психологическом видении мыслитель акцентирует внимание на проблемах государственного строительства,

которые легко можно назвать общинным управлением, поскольку ископаемый город – это ископаемое сообщество, в котором жители имеют коллективную систему управления и объединения [5; с. 122-123].

Этнопсихологические аспекты социально-психологических особенностей, анализируемых в трудах мыслителей Востока, такие как умение влиять на своих подчиненных в системе межличностных отношений в обществе, умение общаться в соответствии со способностями и талантом своих подчиненных в социальных ситуациях, его приверженность культуре общения, служат всестороннему обогащению этой научно-исследовательской работы.

На основе приведенной выше обратной связи мы остановимся на вопросах управления особыми экономическими зонами и создания имиджа современного лидера. Здесь остановимся подробнее на особой экономической зоне.

Особая экономическая зона — в целях привлечения иностранных и местных инвестиций, высоких технологий и управленческого опыта для ускоренного социально-экономического развития соответствующего региона, территория с границами и особым правовым режимом.

В глобальной перспективе развивающая сила государства и общества – это, конечно, мудрое управление и экономическая эффективность. Поэтому правильное управление, основанное на экономии, умственных способностях, масштабное совершенствование деятельности специальных экономических зон в нашей стране и повышение их качества и эффективности остается одним из актуальных вопросов, требующих решения. В ходе визитов Президента Шавката Мирзиёева в регионы, направленных на ознакомление с ходом социально-экономических реформ в регионах, строительных и благоустроительных работ, направленных на дальнейшее повышение уровня и качества жизни нашего народа, встречи и общения с людьми, особое внимание уделяется прежде всего выявлению точек роста в экономиках регионов и тем самым обеспечению социально-экономического развития.

Если брать пример прошлого года, то в 2023 году планировалось создать 14 особых экономических зон. Таким образом, общее число достигло 36. Предприниматели в этих зонах освобождаются от налогов на имущество, землю, водные ресурсы и прибыль на срок до 10 лет. Анонсирован проект указа президента «О мерах по созданию крупных специальных экономических зон». Постановлением предусмотрены меры по созданию до конца 2023 года крупных особых экономических зон по 100 предприятий в каждом регионе со всеми условиями и инфраструктурой для бизнеса.

Функционирование особых экономических зон и малых промышленных зон считается очень важным в ускорении экономического развития. Для справки, прогноз экономического развития Узбекистана на 2024 год ожидается на уровне 5,5% ВВП на душу населения.

Азиатский банк развития выпустил очередной доклад «Экономические прогнозы для Азиатско-Тихоокеанского региона: апрель 2024 года». Согласно этому отчету, экономика Узбекистана продемонстрировала заметный рост в 2023 году, чему способствовали быстрые темпы в промышленности и сельском хозяйстве. Однако эксперты прогнозируют замедление темпов роста в ближайшие годы из-за различных факторов, в том числе из-за роста цен и структурных реформ. Это, безусловно, окажет положительное влияние на социально-экономическое развитие в ближайшие годы.

С 1 января текущего года в Узбекистане вступил в силу закон «О государственном бюджете на 2024 год». На этой основе был определен прогноз экономического роста в Узбекистане на 2024-2016 годы. «Узавтосаноат» преобразится

Действительно, как экономическое развитие, так и социальная стабилизация обязательно будут улучшаться в зависимости от уровня креативности и компетентности в процессе управления, а масштабы будут расширяться и достигаться эффективность.

К сведению, в последние годы в результате принятых важных мер по совершенствованию законодательства и созданию благоприятного инвестиционного климата в 13 регионах функционируют 25 специальных экономических зон. Ими реализовано 650 проектов общей стоимостью 47,1 триллиона сумов. Все это предполагает вовлечение процессов, связанных с внедрением цифровой экономики, в деятельность особых экономических зон.

При комплексном освещении социально-психологических особенностей особых экономических зон выделены основные направления и эффективность деятельности крупных особых экономических зон:

✓ систематическое развитие управленческих навыков субъектов управления в целях повышения комплексной эффективности социально-психологических особенностей особых экономических зон;

✓ привлечение прямых иностранных и внутренних прямых инвестиций для организации современных производств по выпуску импортозамещающей продукции с высокой добавленной стоимостью, востребованной на внешних рынках;

✓ обеспечение комплексного и эффективного использования производственного и ресурсного потенциала региона;

✓ установление прочных кооперационных связей на основе местного сырья и материалов и углубление процесса локализации производства высокотехнологичной продукции на основе развития промышленной кооперации между участниками особой экономической зоны и в республике в целом;

✓ Расширение производства сельскохозяйственной продукции, углубление переработки и увеличение объемов экспорта на основе эффективного использования производственного и ресурсного потенциала региона;

✓ формирование современной инфраструктуры логистических услуг, содействие субъектам промышленного производства в организации экспорта их продукции;

✓ Создание научно-производственных центров в соответствии с международными стандартами по стандартизации, сертификации и маркировке продукции и реализация мероприятий по обеспечению международного признания их заключений;

✓ Организация подготовки высококвалифицированных специалистов в области управления исходя из текущих и перспективных потребностей персонала особой экономической зоны, участие в их стажировках в организациях, расположенных в зоне, расположенной в особых экономических зонах.

В нашей стране в качестве стратегического направления осуществляется вопрос обеспечения занятости и доходности населения путем комплексного экономического развития регионов и повышения благосостояния населения, а в последние годы проводятся последовательные реформы.

К важным признакам развития особых экономических зон и их социально-психологическим особенностям можно отнести:

1. Экономическое творчество – повышение эффективности работы трудового коллектива и создание нового имиджа производства.

2. Здоровое мышление руководителей – умение освежать и мотивировать дух рабочего коллектива, теоретические, практические и этические знания, необходимые руководителям в управленческой деятельности.

3. Конкретная цель, поставленная руководителем – повышение эффективности и стабилизация работы трудового коллектива.

4. Правильное управление трудовым коллективом – придание положительных сил работникам и поддержание здоровой конкурентной среды среди трудового коллектива.

5. Организация управленческой деятельности – наличие высокого уровня культуры, нравственности и духовности.

6. Социально-психологическая особенность, присущая руководителю, заключается в завоевании уважения трудового коллектива путем постоянного совершенствования знаний, навыков, навыков и научного мировоззрения, связанных с достижением социальной осознанности, социального мышления и духовной устойчивости.

7. Образ лидера в процессе управления – в процессе управления всегда противостоят друг другу две противоборствующие силы (мысли, идеи, подходы), противоречие обязательно должно быть преодолено путем конфронтации.

8. В особых экономических зонах есть производительная сила – и задача управляющего – активировать эту мощность.

9. Современный образ лидера в управлении – социальная активность и поведение, осознанный настрой, психическая устойчивость, творческое мышление.

10. Образ руководителя – это его внешний вид, этика и этикет руководящего персонала, умение раскрывать современность в управлении.

Научные исследования, которые были проведены и ониНа основе базового анализа разработаны следующие 3 типа механизмов, направленных на повышение эффективности и качества управления деятельностью специальных экономических зон, направленных на раскрытие сущности специфики их реализации и специфики их реализации: (табл. 1)

Таблица 1.

1. Механизмы экономического развития:	**2. Механизмы социально-психологического развития:**	**3. Механизмы развития управления:**
➢ развитие творческого мышления на основе экономической грамотности в научном, теоретическом и практическом аспектах;	➢ развить способность анализировать социальные проблемы и чувствовать психическое состояние работников;	➢ разработка четкого правильного использования методов и инструментов управления, специфичных для руководителей;
➢ развитие экономического сознания, экономического мировоззрения и отношения к экономической экономике, а также качеств, связанных с экономическим сотрудничеством;	➢ развить способность вступать в человеческие отношения с другими людьми через чувство социальных норм;	➢ развитие у менеджеров врожденной организованности, креативности, знаний, рассудительности, умения качественно и правильно управлять инициативой;
➢ выявление экономических проблем на основе системного анализа, их анализа и	➢ развитие навыков знания индивидуально-психологических особенностей партнеров	➢ развитие способности принимать податливые и целенаправленные управленческие решения

выявления необходимости их своевременного решения;	по эффективной организации взаимодействия с партнерами;	в соответствии с правилами создания устойчивых управленческих функций;
➢ разработка рыночных требований, предложений и знание языка рынка в соответствии со стандартами экономически развитых стран;	➢ развитие умения анализировать деятельность работников и трудового коллектива и знать постановку соответствующих задач;	➢ выработка установок на эффективное использование механизмов управления в соответствии с мировыми стандартами;
➢ экономическая культура, экономический потенциал и развитие способности к достижению экономической эффективности.	➢ развитие умения овладевать психологическими основами социальной осознанности, ответственности, грамотности и мышления.	➢ Развитие качеств и навыков на основе знаний, умений и опыта.

Исходя из вышеизложенных соображений, наша страна имеет свой путь развития, как и любая развитая страна и общество идет по своему пути развития.

Одной деятельности управляющих недостаточно для развития специальных экономических зон, действующих в Республике Узбекистан. Им также потребуются комплексные объекты, подходящие условия и ответственная рабочая сила, которые помогут им повысить эффективность своей деятельности.

Исходя из вышеизложенных представлений, на следующем этапе нашей исследовательской работы мы провели социально-психологическую анкету, разработанную совместно с нашим научным руководителем профессором Н.З. Нишановой для выявления социально-психологических аспектов, на которые следует обращать внимание при назначении руководителей. Данный социально-психологический опросник помог определить мнение респондентов по 3 пунктам. Изначально мы обратились к респондентам с вопросом: «На какой из перечисленных аспектов Вы считаете необходимым обратить больше внимания при назначении руководителя особых экономических зон?». Результаты респондентов отражены в таблице 2 ниже.

Обобщая эти социально-психологические аспекты, учитываемые при назначении руководителей, сочетая их с когнитивными, социальными, эмоциональными, моральными особенностями, получаемые результаты сводятся к следующему.

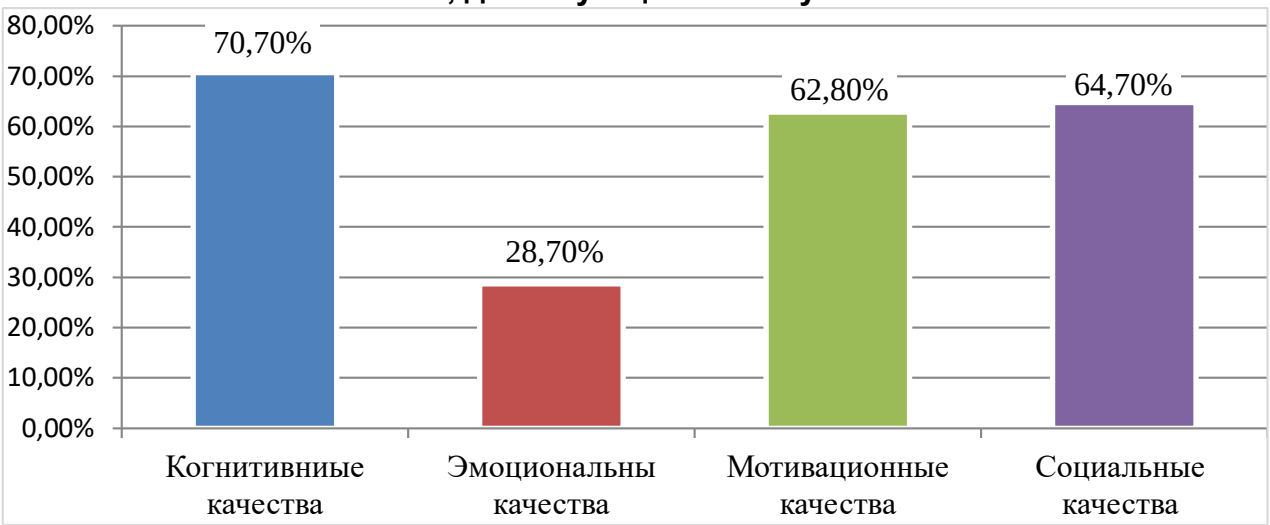
Таблица 2.

Социально-психологические аспекты назначения руководителей специальных экономических зон, действующих в Республике Узбекистан (в процентах) (N = 120)

Нет	Социально-психологические аспекты	Количество вариантов
1	Роль лидера в рабочей команде, способность увлечь других за собой	82%
2	Высокий интеллектуальный потенциал, знания, мировоззрение, мышление и интеллектуальный потенциал	75%
3	Богатство духовного мира руководителей по менеджменту	80%
4	Организация, инициатива руководителя	80%

5	Умение общаться, получать информацию и доносить ее до команды	70%
6	Владеть ИКТ и языковой грамотностью, чтобы соответствовать современным требованиям в качестве современного лидера	67%
7	Активность в принятии решений в команде в качестве лидера	65%
8	Уметь выражать свое мнение перед трудовым коллективом и отстаивать свое мнение	64%
9	Умение подавать пример другим с помощью управленческого этикета, этики, поведения, культуры	63%
10	Будьте уверены в себе и других	62%
11	Иметь авторитет в трудовом сообществе	60%
12	Уметь преодолевать существующие проблемные ситуации в позитивном ключе	58%
13	Умение регулярно контролировать себя, сдержанность	45%
14	Своевременное выполнение поставленных сверху задач	30%
15	Уметь понимать эмоции коллег	26%
16	Высокая эмпатия	20%

Рисунок 1. Социально-психологические аспекты, которые необходимо учитывать при назначении руководящих работников специальных экономических зон, действующих в Республике Узбекистан:



Согласно полученным результатам, при назначении руководителей специальных экономических зон, действующих в Республике Узбекистан, наши респонденты продемонстрировали их когнитивные аспекты, а именно академические знания, использование информационных технологий на уровне современных требований и знание иностранных языков, высокий интеллектуальный потенциал, умение грамотно мыслить для принятия стратегических решений, связанных с управленческой деятельностью, отстаивать свое мнение, инновационные навыки. Было доказано, что владение идеями и поддержка инновационных инициатив в сообществе являются приоритетом.

Социальные аспекты личности также признаны критериями для назначения современного руководителя, осуществляющего деятельность в специальных экономических зонах, действующих в Республике Узбекистан. В частности, наши респонденты могут быть назначены на должность руководителя только при наличии роли лидера в команде, умения руководить другими, умения общаться,

получать и доносить информацию, активности в принятии решений в команде, позитивного выхода из проблемных ситуаций, авторитета в коллективе, умения выстраивать систему конструктивных отношений в рабочем коллективе, Они верили, что Пророк (мир ему и благословение) был.

Согласно результатам опроса респондентов, следующим аспектом, на который важно обратить внимание, являются мотивационные характеристики лидера. При этом важнейшими факторами являются моральные качества, социальная активность, богатство духовного мира, умение своими манерами, этикой, поведением, культурой быть примером, уверенность в себе и других, организованность, своевременное выполнение заданий и направленность на деятельность.

Самые низкие показатели в опросе были обнаружены в эмоциональных аспектах лидеров. Выбор редакции все умение понимать эмоции коллег и высокое чувство эмпатии в лидерской деятельности необходимы для стабилизации психоэмоциональной обстановки в коллективе, а не для организации эффективного стратегического управления.

В заключение хочу сказать, что человечность лидера измеряется его честностью, чистоплотностью и хорошим поведением, образованностью. Что касается управления особыми экономическими зонами, то особое значение в управленческой деятельности имеют жизненный опыт и приобретенные знания, навыки и компетенции руководителей. Именно поэтому наши предки издревле любили свою родину и старались жить честно и чисто. Сегодня особое внимание уделяется соблюдению социальных норм и воспитанию молодежи в духе преданности Родине, такая практическая работа рассматривается как главный критерий улучшения нашей жизни и человечества.

Исходя из вышеизложенных соображений, необходимо усвоить существенные аспекты социально-психологических особенностей, присущих руководителям хозяйствующих субъектов, осуществляющих свою деятельность в нашей стране сегодня, в деятельность специальных экономических зон, уметь принимать решения, которые необходимо принимать в процессе их деятельности на основе конкретных решений, анализируя определенное состояние производства, экономические, социально-психологические, учитывать применение технических и других социальных законов, четко определять цели на основе достижений науки и техники в соответствии с требованиями современности.

Литература.

1. О.Е. Хаитов. – Психология управления: учебник. – Т.: Издательский дом «Истиклол», 2021. - 234 б.

2. К.Б.Ахмеджанов. А.Х. Холлоу. Формирование у молодых кадров навыков принятия эффективных решений. Учебник // Ташкент. -«Крыло мысли», 2020. Страница 96

3. Тойчиева С. Технологии управления. Учебник // Ташкент. -Издательский дом «Навруз», 2020 г. Страница 148

4. Государственный комитет Республики Узбекистан по статистике. https://stat.edu.uz/., lex.uz.

5. М.Шоназаров. Психология труда. «Учебник» – Самарканд. Издательско-полиграфический центр СамГУ, 2023, 337 стр.

6. А.М. Шоназаров. Социально-психологические особенности управления деятельностью специальных экономических зон и повышения их эффективности «Научный вестник Бухарского института психологии и иностранных языков», научно-практический журнал, ISSN 3030-3710 (P), ISSN 3030-3095 (E), (No4, 2024) http//:buxpxti.uz с. 180-185.

7. А.М.Шоназаров. Методологические и социально-психологические особенности управления особыми экономическими зонами Научно-практический журнал «Научный вестник Бухарского института психологии и иностранных языков», ISSN 3030-3710 (P), ISSN 3030-3095 (E), (No5, 2024) http//:buxpxti.uz стр. 87-94.

UDK15: 371.044.4(045)

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ РУКОВОДИТЕЛЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

Эргашева С.
(г.Карши, Узбекистан)

Аннотация. *В статье рассмотрены социально-психологические особенности развития профессиональной компетентности руководителя общеобразовательной школы. В нем говорилось о теоретических и практических аспектах данной проблемы, научно-исследовательской работе, проведенной учеными нашей страны. Также в статье подробно изложена сущность сегодняшней деятельности руководителей образовательного учреждения, особенности ее эффективной организации.*

Ключевые слова: *непрерывное образование, школа, лидер, коллектив, управление, активность, профессионализм, работоспособность, компетентность, умственная деятельность, интерес, эмоциональное состояние, стресс, комфорт.*

Annotation. *The article considers the socio-psychological features of the development of professional competence of the head of a secondary school. It talked about the theoretical and practical aspects of this problem, as well as the research work carried out by scientists of our country. The article also describes in detail the essence of the current activities of the heads of an educational institution, the features of its effective organization.*

Key words: *continuing education, school, leader, team, management, activity, professionalism, efficiency, competence, mental activity, interest, emotional state, stress, comfort.*

Введение (Introduction). В современной системе школьного образования в мире большое значение придается оптимизации управленческих технологий, упрощению административных процессов, ликвидации неграмотности, повышению качества образования, развитию человеческого капитала. Одна из наиболее эффективных школ, использующих в развитии страны и способствующих оптимизации школьного управления, является «системой школьного управления», эта интегрированная платформа охватывает ряд социально-психологических характеристик, предназначенных для улучшения меличности человека, рения административной боты, дивергентного мышления и расширения прав и возможностей заинтересованных сторон и образовательных учреждений. В частности, опрос руководителей образования, проведенный Советским союзом дизайна в Великобритании, показал, что 85,7% руководителей считают эффективность визуальной карты под названием «Двойной бриллиант» необходимой для оптимизации управления системой. Поэтому важное значение приобретает проведение научно-исследовательской работы по созданию здорового социально-психологического климата среди школьного коллектива и

развития дивергентного мышления в мышлении управленческого персонала различных уровней системы.

Сегодняшний прогресс нового Узбекистана, смело стремящегося к прогрессу, заключается в том, чтобы идти в ногу со временем от руководителя образовательного учреждения, не бояться инноваций, быстро получать, обрабатывать и использовать новшества и информацию на своем месте, создавать новые идеи и бороться за превращение их в материальный продукт, внедрять передовой зарубежный опыт и инновационные технологии в своем педагогическом коллективе требует выполнения важных задач. Руководителю образовательного учреждения целесообразно проявлять жажду новых и современных, светских знаний и идей, стараться творчески подходить к жизненным проблемам, разрабатывать конкретные проекты, пробовать новшество и подводить итоги его эффективности, стремиться к непрерывному повышению квалификации себя и подчиненных. А выполнение этих задач требует от руководителя каждого образовательного учреждения профессионализма, высокого уровня знаний в своей области, инициативности, находчивости, любознательности, стремления к инновациям и организаторских способностей.

Анализ литературы по теме (Literature reviyew). В последние годы особое внимание уделяется развитию системы непрерывного образования в Узбекистане, переходу на современные методы ее управления. В частности, в рамках всех дисциплин, изучающих данную область, исследователями-учеными был проведен ряд научно-исследовательских работ, направленных на повышение эффективности управления системой непрерывного образования и разработку механизмов повышения компетентности управленческого персонала. В частности, от ученых нашей страны Б.А.Абдуллаев, Ш.Х.Абдуллаева, Д.С.Абдулладжанова, К.С.Алиева, Н.Боймуродов, Э.С.Язиев, Х.А.Кадирова, Н.Т.Кариева, В.М.Каримова, И.И.Махмудов, А.М.Махмудов, Д.Г.Мухамедова, А.С.Назаров, Н.А.Рузикулов, Э.Н.Саттаров, О.Р.Шамиева, А.М.Шоназаров, О.Э.Хаитов, Э.Г.Гозиев и другие провели научное исследование, в котором высококвалифицированный руководитель трактовался как цель исследовательской работы по обучению персонала и развитию профессиональных компетенций, подготовке будущих лидеров к профессиональной управленческой деятельности, их сортировке и выберите их.

О.Э.Хаитов в своей научно-исследовательской работе исследовал проблему развития психологической компетентности руководителей высших учебных заведений, уделяя основное внимание вопросам лидерской компетентности, компетентности. В научных исследованиях автора на основе анализа различных подходов указываются уровни компетентности и делается вывод о том, что составляющие компетентность компоненты (совокупность знаний, умений, норм общения) являются основой развития управленческих, личностных и функциональных компетенций у руководителя. О.Э. Хаитова в научно-исследовательской работе эмпирически исследованы возможности моделирования психологической компетентности руководителя. В комплексной модели развития психологической компетентности у руководителя образовательного учреждения, заданной автором, в качестве приоритетных компетенций определены 38 компетенций [5; 250].

А.М.Шоназаров в научно-исследовательской работе отмечает, что «среди существенных аспектов социально-психологической компетентности, на которые обращается внимание при назначении на должность директоров школ, когнитивно-социальный компонент носит приоритетный характер, социально-психологическая компетентность руководителя чаще всего проявляется в умении влиять на личность в межличностных отношениях, что большинство факторов,

препятствующих проявлению уровня социально-психологической компетентности руководителей, объясняются связью с внешними воздействиями определено. В развитии социально-психологической компетентности руководителей, функционирующих в системе образования, эффективен комплексный и непрерывный подход на основе психотехнологий к развитию ее аффективных, рефлексивных, социально-когнитивных компонентов»,– заключает ученый [7; 152].

Научно-исследовательская работа А.М.Махмудовым, выполненная на тему «Социально-психологические особенности формирования управленческих навыков у молодых руководителей», посвящена разработке эффективных механизмов выявления специфики развития и формирования управленческих навыков у молодых руководителей, осуществляющих управленческую деятельность в различных сферах. В исследовании проанализированы факторы, влияющие на формирование этих навыков в процессе формирования и развития управленческих навыков у молодых руководителей. Особого внимания заслуживает тот факт, что в практику психологических исследований по изучению лидерства в республике внедрен новый подход к выявлению и изучению уровня развития управленческих навыков, что самосознание молодых руководителей является ведущим стимулом их дальнейшего развития. Данное исследование проводилось с признанием лидерских компетенций в руководящей деятельности и выявлением уровней выраженности этих компетенций у молодых руководителей, осуществляющих деятельность, повышает возможности применения данной исследовательской работы в области формирования кадрового резерва [4; 140].

Анализ и результаты (Analysis and results). Наша научно-исследовательская работа направлена на изучение социально-психологических особенностей приоритетного психологического состояния и субъективного контроля в управленческом персонале общеобразовательных учреждений, несколько отличаясь от научных исследований ученых, чьи названия были приведены выше. В опытно-экспериментальной работе с целью выявления приоритетного психологического состояния и социально-психологических особенностей субъективного контроля у управленческого персонала общеобразовательных учреждений среднего профессионального образования изучали их эмоциональное состояние по пяти шкалам, используя методику «Диагностика психической активности, интереса, эмоционального ритма, напряжения и комфорта» (Курганский-Немчин).

Анализ первичных эмпирических результатов, полученных в результате наших исследований, дал нам возможность определить норму в диапазоне от минимальных до максимальных значений. В частности, показатель наших респондентов по шкале «психической активности» «умеренным». Причина в том, что согласно инструкции по обработке результатов методики, чем больше баллов респонденты получают по шкале, тем выше наблюдается «наименьший уровень» психического состояния. В нашей исследовательской работе 9,87 по шкале «интереса»; 12,13 по шкале «эмоционального ритма»; 11,54 по шкале «напряжения»; 10,99 по шкале «комфорта” также показывают, что результаты «умеренные». Причина в том, что диапазон в 9-15 баллов для «среднего уровня» обозначен авторами методики как средний. На наш взгляд, на результаты по этим шкалам повлияли социально-психологические факторы, такие как «возрастная группа» респондентов, «гендерная группа», «категория должности», «уровень руководства». Согласно методическому руководству, «самый высокий уровень» «психического состояния» находится в диапазоне 3-8 баллов; «самый низкий уровень» - 16-21 балл. Получается, что в нашем исследовании результаты на этот счет были выражены в диапазоне «9-15 баллов», то есть в диапазоне 9,87-12,13, как и в инструкции **(**См. таблицу 1**).**

Таблица 1

Общая характеристика результатов методики «Диагностика психической активности, интереса, эмоционального ритма, напряжения и комфорта» (n=543)

№	Шкалы психического состояния	Min.	Maкs.	Средний	Стандарт отклонение
1	Психическая активность	3	21	10,89	3,56
2	Интерес	3	21	9,87	3,95
3	Эмоциональный ритм	3	21	12,13	3,21
4	Напряжение	3	21	11,54	3,36
5	Удобство	3	21	10,99	3,50

Это как раз и говорит о том, что в деятельности управленческого персонала всех трех категорий в общеобразовательных учреждениях среднего звена в пределах психических состояний **«**напряженность**»**, **«**комфорт**»**, **«**интерес**»**, **«**эмоциональный ритм**»**, **«**психическая активность**»** находятся на среднем уровне.

На наш взгляд, в развитии профессиональной компетентности руководителей общеобразовательных учреждений особое значение приобретает стремление к личностному развитию. Личностное развитие-это деятельность, связанная с постоянным трудовым движением, самосовершенствованием и развитием личностных качеств, в процессе которой человек сосредотачивается на своих желаниях и целях и постоянно получает больше новых знаний для их достижения. Этот процесс необходим для достижения успеха в жизни. Во всем мире разные люди будут иметь формулу «саморазвития» в своем личном развитии. К профессиональному и духовному развитию управленческих кадров различного уровня государственных образовательных учреждений на основе саморазвития относятся: профессиональные достижения; организация; работа в команде; своевременное исполнение; критическое мышление; креативность; гибкость; дружба; лидерские качества; выдвигает рабочую гипотезу о том, что проблемы помощи можно рассматривать в гармонии с такими бизнес-аспектами, как творчество.

Личностное развитие управленческих кадров в общем среднем образовательном учреждении представляет собой работу, проделанную для изменения их жизни к лучшему. Поэтому в государственном управлении Нового Узбекистана в системе подготовки руководящих кадров большое внимание уделяется сущности таких понятий, как саморазвитие, образование и движение. Чтобы воспитывать себя, руководящий состав средних общеобразовательных учреждений должен прежде всего тщательно изучить себя, увидеть свои достижения и недостатки в своей работе. Это очень важно для самообучения и понимания других. Это одна из самых сложных вещей – узнать себя как личность, не изучая достижения других и не сравнивая себя с другими.

В саморазвитии директора общего среднего образовательного учреждения также считается значимым влияние факторов дисциплины, сплоченности и преемственности. При этом саморазвитие директора, соблюдение дисциплины в направлении проявления своего внутреннего мира, активизация проявляются в виде внутреннего механизма, а опыт других, опыт деятельности и универсализм, основанный на критерии активности, слаженности и преемственности формируются как основные направления профессионального развития. На выбор критериев показателей эффективности работы директора общего среднего

образования влияют различные факторы. Например, в нашей ситуации в качестве важных общих факторов можно выделить: «дисциплина», «высокий уровень мотивации», «потребность в достижении особых результатов», «профессионально-личностные стандарты», «саморазвитие» и другие. При этом специальные коэффициенты определяются в зависимости от цели и особенностей организации деятельности педагогического коллектива. Саморазвитие и объективная оценка являются залогом личностного и профессионального роста директора общего среднего образовательного учреждения.

Еще одним эффективным способом профессионального развития директора общего среднего образовательного учреждения является способность заниматься научно-исследовательской, исследовательской и творческой деятельностью. Он может мысленно осознать необходимость личностного и профессионального развития, то есть саморазвития, и упорным трудом добиться успеха – стать настоящим лидером. Также особое значение имеет то, что директор общеобразовательного учреждения может эффективно мыслить как в условиях обычного образа жизни, так и в проблемных ситуациях. Причина в том, что способность директора общего среднего образования эффективно мыслить в условиях нормального образа жизни и в проблемных ситуациях позволяет ему успешно работать в различных жизненных видах деятельности.

Вывод (Conclusion). В целом, руководство общим средним образовательным учреждением сегодня – это очень сложный процесс, требующий от человека не только наличия высшего образования, но и специальных знаний, профессиональной подготовки, жизненного опыта и навыков, связанных с управлением образовательным учреждением. , а также идти в ногу со временем. Сегодняшнее развитие требует от руководителя школы проявления высокого интеллекта, большой энергии, исследовательской и находчивости, неустанной работы над собой, наличия творческих и деловых качеств. Для этого руководитель должен владеть методами умелого управления коллективом, постоянно исследовать технологии современного менеджмента, разрабатывать новые проекты и прогнозы, углубленно изучать научно-технические достижения и современные методы работы, вести активные творческие исследования. создавая передовые и более совершенные методы управления педагогическим коллективом, ему придется постоянно идти и совершенствовать свое мастерство.

Литература.

1. Yoziyev E.S. Boshqaruv psixologiuasi // O‘quv qo‘llanma. – Qarshi: “Fan va ta’lim”, 2021. – 388 b.

2. Karimova V., va boshq. Boshqaruv psixologiyasi. –T.: Fan va texnologiya. 2008 y. -208 b.

3. Mahmudov I.I. Boshqaruv psixologiyasi. -T: YUNAKS-PRINT MCHJ, 2006.- 232 b.

4. Maxmudov A.M. Yosh rahbarlarda boshlang‘ich boshqaruv ko‘nikmalari shakllanib borishining ijtimoiu-psixologik xususiuatlari (harbiu va harbiu bo‘lmaganlar misolida): Psixol. fan. bo‘u. fal. dok-ri (PhD) ... dis-ua: 19.00.03. – T.: TDPU, 2020. – 140 b.

5. Hayitov O.E. Oliy ta’lim muassasasi o‘rta bo‘g‘in rahbarlari psixologik kompetentligini modellashtirish: Psixol. fan. dok-ri (DSc) ... dis-я: 19.00.05. – Toshkent: TDPU, 2020. – 250 b.

6. G‘oziyev E.,Toshimov R. Menejment psixologiyasi. -T: O‘zMU,2001.- 144 b.

7. Shonazarov A.M. Umumiy o‘rta ta’lim maktablari direktorlarining ijtimoiy-psixologik kompetentligini takomillashtirish: Psixol. fan. bo‘y. fal. dok-ri (PhD) ... dis-ya: 19.00.05. – T.: TDPU, 2022. – 142 b.

ГИПЕРТОНИЧЕСКИЕ БОЛЬНЫЕ: ЗНАЧЕНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Эшчанова Н.М.
(г.Урганч, Узбекистан)

Аннотация. *В статье освещаются гипертония и причины её возникновения, эмоциональное состояние больных с гипертонией, а также необходимость оказания им социальной и психологической помощи.*

Ключевые слова*: гипертония, стресс, усталость, психические расстройства, агрессивность, артериальное давление, эмоции.*

Abstract. *The article describes the causes of hypertension and its causes, the emotional state of patients with hypertension, and the need to provide social and psychological support to patients.*

Key words: *hypertension, stress, fatigue, mental disorders, aggression,blood pressure, emotion*

Введение. Согласно Всемирной организации здравоохранения, в настоящее время наблюдается рост заболеваемости гипертонией, а глобальные тенденции, связанные с её выявлением, лечением и контролем, показывают, что за последние 30 лет заболеваемость среди людей в возрасте 30–79 лет значительно увеличилась. Гипертония существенно повышает риск заболеваний сердца, мозга и почек и является одной из ведущих причин заболеваемости и смертности в мире [10]. Гипертония является одной из самых актуальных и серьёзных проблем современной медицины, поскольку значительно сокращает продолжительность жизни. У пациентов с артериальной гипертонией риск смерти от сердечно-сосудистых заболеваний увеличивается в 2–5 раз. Эта проблема особенно актуальна в Европе, где смертность от осложнений артериальной гипертонии, таких как ишемическая болезнь сердца и инсульт, занимает первое место [5]. В Узбекистане 53% смертей среди населения в возрасте 30–70 лет всё ещё приходится на сердечно-сосудистые заболевания. В последние годы в стране ведётся активная работа по предотвращению этой болезни и созданию эффективного механизма работы с заболевшими гражданами. В настоящее время уровень заболеваемости гипертонией среди взрослого населения составляет 25–30% [1].

Обсуждение и результаты. Сегодня развитие этой болезни у людей с 30 лет становится обычным явлением, что увеличивает риск серьёзных осложнений, таких как сердечная недостаточность и инсульт [6]. Современная история изучения гипертонии начинается с эпидемии анорексии в конце 1960-х годов. В прошлом веке заболеваемость гипертонией в ряде европейских стран возросла в десять раз. Лекарства, применяемые для похудения, также приводили к развитию гипертонии.

Термин "артериальная гипертония" появился в XIX веке. В то время не существовало приборов для измерения артериального давления, и его повышение оценивалось по косвенным признакам: напряжению пульса, увеличению объёма сердца, усилению второго тона в аорте. Сила артериального давления зависела от силы сокращений сердца: чем чаще происходили сокращения, тем больше крови поступало в сосуды, что приводило к повышению давления.

Ширина кровотока, т.е. общий диаметр артерий, вен и капилляров в определённой области тела, также играет важную роль в артериальном давлении. Чем шире сосуды, тем меньшее напряжение испытывают их стенки, что приводит к снижению давления. Первоначальные исследования носили медицинский характер, но затем в сфере здравоохранения появилась психологическая составляющая, что привело к официальному включению психологии в медицину.

В послевоенные годы психологи начали вносить свой вклад в исследования в области здоровья и болезней, и с тех пор значение психологии в медицине стало отражаться в исследованиях, как можно увидеть в анализе литературы. Теперь гипертонию изучают не только с медицинской точки зрения, но и с психологической. Исследования гипертонии и её национальная значимость связаны с её широким распространением и высоким уровнем заболеваемости по всему миру. Кроме того, у больных гипертонией происходят изменения не только в физиологической сфере, но и в эмоциональной, социальной и психологической, что зависит от стадии болезни, возраста пациентов и их индивидуальных типологических особенностей. В связи с этим в разных странах и представителями разных дисциплин изучаются этиология, патогенез, клинические проявления и последствия болезни, а также значение психологических факторов в её течении и лечении. Условно эти исследования можно разделить на две группы: медицинские и психологические. Психологи отмечают связь гипертонии с рядом личностных черт, включая ответственность, активную жизненную позицию, эмоциональную нестабильность, агрессивность или подавление эмоций и другие. Конфликты в семье и на работе неизбежно влияют на социально-психологическое состояние людей с гипертонией, усиливая агрессивные черты характера и приводя к появлению множества проблем в семье, ближайшем окружении и обществе.

Исследования также подтверждают существование связи между социально-психологическими особенностями личности при гипертонии и качеством жизни пациентов с патологиями сердечно-сосудистой системы. Тяжелая и длительно протекающая гипертензия вызывает у пациентов различные психопатологические изменения [8]. Гипертоническая болезнь также считается психосоматическим заболеванием. В исследовании М.Х. Карамяна "Социально-психологические особенности личности при психосоматических заболеваниях (на примере заболеваний желудка и двенадцатиперстной кишки)" обсуждается роль психики в возникновении психосоматических заболеваний, влияние стрессовых состояний на развитие болезни, что также упоминается в работе по психологии здоровья [7].

Многие ученые проанализировали влияние и роль эмоционального стресса в проявлении гипертонии. Было отмечено, что при адаптации к стрессовым факторам важную роль играют характерные и пессимистичные черты личности гипертоников. Рассматривается роль поведения в преодолении хронического стресса. На сегодняшний день лишь некоторые работы посвящены изучению психологических факторов конфликтного поведения у пациентов с гипертонией. На основе краткого обзора состояния проблемы необходимо проводить исследования, направленные на изучение психологических особенностей гипертоников и их социально-психологических стратегий поведения.

Выявление особенностей гипертоников в конфликтных ситуациях помогает разработать различные стратегии поведения, направленные на преодоление болезни и профилактические мероприятия [9]. Оказание социально-психологической помощи гипертоническим пациентам в больницах является важной задачей медицинской психологии. Необходимо организовать дифференцированные профилактические меры и программы коррекции в больницах. В связи с этим важно оценивать психологическое состояние, стратегии поведения в конфликтных ситуациях, а также изучать агрессивное поведение

гипертоников. Работы в этой области были проведены Маколкиным и Л.И. Олбинской. Это подчеркивает необходимость поиска новых терапевтических стратегий для лечения гипертонии [4].

Гипертония – это клинический синдром, характеризующийся хроническим повышением артериального давления без явных органических причин. Этот синдром прогрессирует от начальной стадии, когда давление значительно колеблется, до стадии, когда оно стабильно высокое, часто сопровождаясь поражением сосудов и почек, как отмечал А. Александр [1]. Многие врачи считают, что повышение артериального давления при гипертонии происходит из-за сужения артериол во всей сердечно-сосудистой системе. Хотя в некоторых случаях хроническая гипертония может привести к сосудистым проблемам, такие нарушения не всегда являются прямым следствием гипертонии, а могут происходить одновременно. Пациенты, изученные Феррисом, различались по тяжести и продолжительности заболевания, и у тех, кто уже имел морфологическое поражение почек вследствие гипертонии, блокада автономных ганглиев оказывала слабое или изменчивое воздействие. Эти результаты также соответствуют данным о высокой частоте положительных реакций у пациентов с ранней или временной гипертонией. Кроме того, снижение давления зависит от того, насколько изменяется эмоциональный стресс [2].

Возникает вопрос о роли нейрогенных факторов в происхождении гипертонии, включая синдром. По мере прогрессирования заболевания увеличивается роль изменений в тканях. Эти изменения приводят к усилению секреции вазопрессорных веществ, и на поздних стадиях заболевания гуморальный фактор может стать доминирующим у гипертоников. Однако важнейший вопрос – это точное понимание роли нейрогенных факторов в возникновении гипертонии. Некоторые исследования показывают, что хронические состояния, связанные с постоянной тревогой и агрессивными импульсами, сильно влияют на уровень артериального давления [3].

Несмотря на различие личностей пациентов, общая черта всех гипертоников заключается в неспособности свободно выражать свои агрессивные импульсы. Иногда такие пациенты испытывают приступы гнева, но в целом они умеют сдерживаться, создавая впечатление хорошо адаптированных и зрелых людей при поверхностном осмотре. Однако окончательный ответ на вопрос о происхождении гипертонии не ограничивается лишь психодинамическими факторами. Многие невротики подавляют агрессивные импульсы, сталкиваясь с конфликтом между пассивной зависимостью и агрессивной конкуренцией, что напоминает основной конфликт при гипертонии, но у них не происходит повышения давления. Если бы только психологические факторы влияли на начало болезни, то гипертония возникала бы у каждого, кто хронически подавляет свои агрессивные импульсы, не прибегая к невротическим симптомам для их разрядки. Однако этого не происходит. Как уже не раз подчеркивалось, лишь в сочетании с неизвестными, возможно, наследственными соматическими факторами психодинамические влияния могут привести к хроническим нарушениям автономных функций, что и происходит у гипертоников.

С другой стороны, вероятность того, что гипертония связана с наследственной предрасположенностью, не умаляет этиологического значения психодинамических факторов. Хотя некоторые гипертоники уже проходили психоанализ, их количество всё ещё слишком мало для статистической оценки результатов. Тем не менее можно отметить, что терапевтические результаты, полученные у пациентов с ранней стадией гипертонии, обнадеживают.

Часто среднее артериальное давление пациента значительно снижается после того, как он осознаёт свои проблемы в ходе психоанализа; такой пациент может даже стать проблемой для окружающих. Родственники таких пациентов

часто указывают, что, хотя лечение улучшило их соматическое состояние, они стали совершенно невыносимыми. Как и при других заболеваниях, профилактика более эффективна, чем лечение гипертонии; поэтому лучшим решением проблемы будет ранняя диагностика на начальной стадии заболевания и применение психотерапии.

Резкое повышение артериального давления может привести к потере сознания. Нарушается кровоснабжение кожи, значительно увеличивается кровоснабжение мышц. После первоначального ускорения пульс резко замедляется. Мышечный тонус и сила ослабевают, появляется слабость. Данные показывают, что под воздействием стресса начинает развиваться физиологическая готовность к бегству. Когда реакция возбуждения подавляется, человек остаётся неподвижным, что приводит к внутреннему кровоизлиянию в мышечную систему и повышению артериального давления. Когда давление достигает высокого уровня, происходит потеря сознания. Важно, что неподвижность возникает в вертикальном положении; в этом состоянии обморок не происходит. Это состояние следует отличать от истерического обморока, при котором потеря сознания является символическим выражением психологического конфликта.

Выводы и рекомендации. В профилактике, лечении и реабилитации гипертонической болезни необходимо учитывать не только медицинские, но и психологические аспекты. Социально-психологические факторы играют большую роль при гипертонических заболеваниях, и их важно учитывать наряду с медицинскими факторами. Исходя из вышесказанного, можно сказать, что сердечно-сосудистые заболевания изучаются не только в медицине, но и в психологии. Пациенты с сердечно-сосудистыми заболеваниями нуждаются не только в медицинской, но и в социально-психологической помощи. Необходимо установить с пациентом хороший контакт, чтобы сформировать у него адекватное отношение к своему заболеванию. Важно успокаивать пациента, снижать уровень стресса, вдохновлять его на выздоровление и внушать уверенность в восстановлении. Психологические тренинги и методики могут помочь улучшить психологическое состояние пациента. С учётом высокой распространённости психосоматических и соматопсихических расстройств у пациентов с гипертонией необходимо, чтобы таких пациентов наблюдали врачи общей практики совместно с медицинскими психологами и психотерапевтами.

Литература.

1. Александровский, Ю. А. Пограничные психические расстройства / Ю. А. Александровский. М.: Медицина, 1997.—576 с.

2. Александров, А.А. Личностно-ориентированные методы психотерапии. СПб.: Речь, 2000.—240 с.

3. Алмазов, В.А. Гипертоническая болезнь / В.А. Алмазов, Е.В. Шляхто // Кардиология для врача общей практики. 2001.— №1.—С. 128

4. Амон, Г. Психосоматическая терапия / Г. Амон. СПб.: Речь, 2000.—238 с.

5. Воробьева, Елена Владимировна. Больные гипертонической болезнью и их дети — нейровегетативные, сосудистые и личностные реакции у подростков и молодых людей.

6. Вассерман Л. И. и др. – СПБ НИПНИ им. Бехтерева, 2005. – 43 с.

7. Кодиров Б.Р., Кодиров К.Б. Касбий ташхис методикалар туплами. Амалиётчи психологлар учун кулланма. Т., 2003. – Б. 94.

8. Лакосина Н. Д., Ушаков Г. К. Медицинская психология. 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Медицина, 1984. – 272 с.

9. Нишанова З., Камилова Н., Алимова Г. Психогигиена: учебное пособие. – Т.: Центр науки и технологий, 2010. – 247 с.

ИЗУЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СКЛОННОСТЕЙ СТУДЕНТОВ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

Юлдашева Н.К.
(г.Андижан, Узбекистан)

Аннотация. *В данной статье вопрос формирования внутренней склонности к профессии у студентов исследуется как психологическая проблема, анализируется содержание и сущность этого явления, уточняется понятие «склонность к профессии», а также Уточнены объективные и субъективные факторы, влияющие на процесс определения склонности, выделены результаты экспериментальной проверки действующих факторов.*

Ключевые слова *профессия, интерес, способности, склонности, способности, метод, студенты.*

Abstract*. In this article, the issue of forming an internal inclination to a profession in students is studied as a psychological problem, the content and essence of this phenomenon is analyzed, the concept of "inclination to a profession" is clarified, and objective and subjective factors influencing the process of determining inclination are clarified, the results of an experimental verification of the factors in force are highlighted.*

Key words: *profession, interest, abilities, inclinations, abilities, method, students.*

В образовательных и научно-практических центрах мира особое внимание уделяется вопросу создания необходимых возможностей для производства психологических условий системы профориентации студентов, сущности понятия профориентации студентов, конфликты в профессиональном становлении и успешная интеграция своих интересов и способностей, профессиональных склонностей, выбора карьеры. При этом проводятся исследования в рамках проблем снижения взаимного непонимания, особое внимание уделяется изучению психологических особенностей профессиональное становление студентов и необходимые условия для их успешной интеграции в будущую педагогическую деятельность, изучение современных социально-психологических исследований в рамках развития педагогических коммуникаций.

В современной психологии проведены определенные научные исследования в области определения интереса, способностей, внутренних склонностей, способностей, реализованы конкретные подходы.

В юном возрасте школьников начинает интересовать вопрос о том, кем они будут в будущем. Такой интерес к ним возникает благодаря влиянию родителей и старших одноклассников, а также благодаря наблюдению за работой людей разных профессий: строителей, врачей, учителей, трактористов, комбайнеров, студентов и т. д. В связи с этим постановлением Президента Республики Узбекистан Ш.Мирзиёева «О дополнительных мерах по развитию системы подготовки студентов к профессиям» в качестве важных задач в этой сфере были определены меры по ориентации студентов на профессии. № 1186/20-5 На основании приказов, нормативных документов и методических рекомендаций Министерства дошкольного и школьного образования Республиканский диагностический центр

организуется диагностическими центрами всех уровней и реализуется непосредственно психологами образовательных учреждений.

Среди психологов нашей республики Р.З.Гайнутдинов, Э.Г.Гозиев, В.А.Токарева, Г'.Б.Шумаров, Б.Р.Кадиров, В.М.Каримова, Ш.Р.Баротов, Н.С.Сафаев, А.Расулов, Р.И. Суннатова, З.Т. Нишонова, А.А. Файзуллаев, Ф.И. Хайдаров, Н.И. , и склонности.

Анализ научной литературы по изучаемой проблеме показывает, что, несмотря на большой интерес различных ученых к изучению процесса ориентации студентов на профессию, включая определение их профессиональных способностей и интересов, это явление сложно и многогранно по своему содержанию. и интерпретируется по-разному. В учении восточных мыслителей идея обучения мальчиков и девочек профессии, наряду с воспитанием и обучением, занимает важное место. Видно, что вопросы выбора профессии и профориентации на сегодняшний день не новы, а изучаются как извечная проблема.

В своем исследовании А. П. Сетешев включил в число субъективных факторов интерес к знаниям и профессии, склонности, различные способности как психологический механизм успеха в определенной профессиональной деятельности[23].

Е.А. Климов определил, что профессиональная деятельность в любой области требует общих и специальных навыков и происходит через их взаимосвязь.

Основываясь на изложенных мнениях, П.Т. Магзумов в качестве основных факторов формирования интереса к профессии у учащихся назвал советы родителей, классных руководителей и учителей естественных наук, средства массовой информации и художественную литературу..

Особое внимание Е.М.Павлютенков уделил таким факторам, как мотивация профессиональной деятельности, жизненные ценности и опыт, понимание будущей профессиональной деятельности при ориентации человека на профессию, в частности, формирование интереса к профессии и выбору. профессии.

В своих исследованиях С.Н. Чистякова и Н.Н. Захаров разделили факторы ориентации студентов на профессию на три группы - общие, внешние (региональные) и внутренние (индивидуальные). Показательно, что в группу общих факторов входят макросредовые факторы, связанные с социально-экономической структурой общества, в группу внешних факторов - специфические особенности социально-экономического развития конкретного региона, а также включение индивидуальных психофизиологических особенностей. студентов во внутренних факторах.

На основе анализа, полученного в ходе наших научных исследований, были получены следующие результаты.

Методика Л. Йояши, Г. Модификация Резяпкина
Результаты опросника профессиональных способностей (n=498)

	N	Минимум	Максимум	Среднее значение	Стандартное отклонение	Асимметрия	Превышение
Склонность к работе с людьми	498	3	12	7,41	2,268	-0,064	-0,879

[23]Сейтешев А.П. Пути профессионального становления учащейся молодежи. –М.:Выс.шк., 1988.

Склонность к исследовательским профессиям	498	3	12	7,26	2,080	-0,053	-1,124
Склонность к практической работе	498	3	12	7,07	2,123	-0,135	-0,526
Склонность к эстетическим профессиям	498	3	12	6,92	1,801	0,184	-0,875
Склонность к экстремальной деятельности	498	3	12	7,25	2,344	0,185	-1,424
Склонность к виду плановой хозяйственной деятельности	498	3	12	7,33	1,845	0,122	-0,669

Из следующей таблицы мы можем видеть результаты метода, считавшегося действительным в ходе нашего исследования, то есть результаты методики Л. Йояйши, разработанной по методу «Опросник профессиональных склонностей», количество испытуемых в нашем эксперименте составило 498, из них 254 мужчины и 244 женщины. Определили, что минимальный балл полученных от них результатов по шкале «склонность к работе с людьми» составил 3, максимальный — 12 баллов, среднее значение — 7,41. стандартное отклонение составило 2,268, асимметрия - 0,064, а превышение - 0,879. Видно, что среднее значение полученных от них результатов по шкале наклона" равно 7,26, стандартное отклонение - 2,080, асимметрия -.053, эксцесс -.1,124, среднее значение полученных от них результатов по шкале "Склонность к практической работе" - 7,07, стандартное отклонение - 2,123, асимметрия -0,135, превышение составило -0,526, среднее значение полученных у них результатов по шкале «Склонность к эстетическим профессиям» - 6,92, стандартное отклонение - 1,801, асимметрия - 0,184, превышение -0,875, «Предельное, что среднее значение полученных от них результатов по шкале «склонность к виду деятельности» составило 7,25, стандартное отклонение - 2,344, асимметрия -0,185, эксцесс -1,424, Видим, что среднее значение полученных от них результатов по шкале «склонность к виду плановой хозяйственной деятельности» составило 7,33 балла, стандартное отклонение - 1,845, асимметрия -0,122, превышение -0,669. Когда мы проанализировали результаты с целью изучения статистической разницы между ними, мы обнаружили, что их результаты были высокими по шкале «Склонность к работе с людьми», «Склонность к виду экономико-плановой деятельности». По этой шкале мы видим из данных, что студенты склонны к профессиям в сфере образования, социальной сферы, обслуживания (бытового, медицинского, информационного анализа), а также видим, что люди этой группы обладают сравнительно высокой способностью к сопереживанию. с людьми, общаться и понимать их эмоционально. Основной причиной этого являются требования общества к профессиям, например, мы видим, что существует высокий спрос на такие профессии, как банковский работник, бухгалтер, экономист, педагог, врач. Мы выяснили, что у студентов имеется внутренняя склонность к профессиональной деятельности с точки зрения их индивидуально-психологических особенностей в интересующей их сфере.

На основании приведенных результатов исследования можно сделать вывод, что сегодня наблюдается большой интерес ученых к профессиональному формированию студентов, в том числе к их исследовательской деятельности. Это

основано, с одной стороны, на высокой значимости изучаемого явления в рамках профессионального развития студентов, его успешности, реализации особой задачи личностного роста как полноценного члена современного общества, и с другой стороны, актуальность вопроса совершенствования процесса подготовки педагогических кадров, это явление достаточно разнообразно в научной литературе трактуется, нет единообразия и ясности в определении его сущности и структуры, активное использование терминов наблюдается близкое к нему по смыслу.

Исходя из многих положений, рассмотренных учеными в данном исследовании, под профессиональной ориентацией студентов следует понимать ступенчатый процесс вхождения в интересующую профессию, в результате которого происходит последовательное развитие личности, совокупности профессионально-важных характеристик, знаний. Формируется квалификация и умения, в результате чего формируется внутренний мир обучающегося, качественно меняется и по самой своей природе профессиональное развитие обучающихся, являющееся сложным и многоаспектным явлением, отражает одно из главных. этапы профессиональной социализации и индивидуализации, что закладывает относительно прочный профессиональный и личностный фундамент для формирования жизнеспособной профессии наряду с обучением в общеобразовательном учреждении.

Литература.

1. Указ Президента Республики Узбекистан "О Стратегии действий по дальнейшему развитию Республики Узбекистан".Своды законов Республики Узбекистан.2017.-(766) - конец.В.36-37.

2. Климов Е.А. Психологические основы выбора профессии // Психологические аспекты совершенствования труда учителя сельской школы. -М., 1988.

3. Gulyamov Dj.R., Nurboyev Q.M., Khuzhakulov N.T. Personal professional plan of students as a factor of a targeted organization of proforientation work and a conscious profession choice / European Journal of Molecular & Clinical Medicine: Volume 07, Issue 07, 2020 / https://ejmcm.com/article_3309.html. -P.960-969.

4. Павлютенков Е.М. Формирование мотивов выбора профессии / Под ред. Б.А.Федоршина.. –Киев.:Рад. школа, 2014 Р-14-18

5. Чистякова С.Н. Профессиональная ориентация школьников. –М., Педагогика, 1983.-Р 201-207

Содержание

Предсиловие

4 ***Абдуллаева А.Р.***
Социально-психологические особенности брачного возраста для обеспечения стабильности семейных отношений

9 ***Абдуллаева Р.М.***
Выявление и изучение связи между индексом качества жизни (икж) и ценностными ориентациями женщин зрелого возраста

13 ***Абдурайимов С. О.***
Социально-психологические детерминанты представлений студентов об успешной семье

17 ***Ag‘amurodov S. I.***
Study of students' motivation problem by foreign scientists

21 ***Алимова Г.К.***
Эффективное взаимодействие родителей в коррекционно-профилактической работы детей

25 ***Allakov I.O.***
A structural approach to *the* social representations formed by adolescents in *an* informed society

29 ***Atakhanova L. E.***
Psychological aspects of the manifestation of professional burnout syndrome in the activities of pedagogic staff of a special preschool educational organization

35 ***Ахмаджонова Н.А.***
Гендерные особенности военнослужащих

38 ***Akhnazarova D.***
Gender characteristics of marital and family relations of youth in various models in the modern family

45 ***Ashrapov N.N.***
Specific psychological characteristics of social intelligence in the development of the cognitive system of adolescents

48 ***Аъзамова С.А.***
Методологические основы психологического благополучия

53 ***Бекчанова К.***
Психологическое влияние на развитие настойчивости и навыков саморегуляции у детей дошкольного возраста

57 ***Бабажанов М.У.***
Изучение когнитивных наук и психологии, связанных с вниманием

69 ***Волченкова А.А., Саватеева Н.В.***
Особенности личности несовершеннолетнего преступника

74 ***Ганиева Н. О.***
Психологические особенности реализации личностного потенциала в подростковом возрасте.

80 ***Ғофуров А.У***
Описание факторов развития мотивов учителей науки физического воспитания к спортивному туризму

83 ***Даукеева А.О.***
Социально-психологические особенности развития уверенности в себе и личных компетенций будущих педагогов

87 ***Djumaniyazova M. X.***
Educational motivation – study, types, and factors influencing it

92 ***Dilshodova M. R.***
Parent influence on children's emotional development
97 ***Душанова С. М***
Гендерные роли, влияющие на супружеские отношения
102 ***Ермакова Д.А., Волченкова А.А.***
Проблемное использование социальных сетей и социальный интеллект подростков
105 *Жуманиязова И.К.*
Влияние социальных сетей на формирование перфекционистских тенденций среди молодежи
111 ***Жуманиёзова Н.Р***
Психологическое описание копинг-стратегии специалистами, работающие с детьми ограниченными возможностями здоровья.
116 ***Jumanova U.S.***
Social psychological features of stress prevention in the professional activity of the individual (on the example of higher education educators)
123 ***Закирова Э.Б***
Психологические аспекты безопасности дорожного движения
128 ***Зиядуллаева Д. Х.***
Психологическая характеристика добрачных факторов в семье
133 ***Икрамова Ш.Б.***
Психологические особенности проблем детско-родительских отношений в семьях военнослужащих
136 ***Икромов О.И.***
Когнитивные механизмы памяти и их роль в обучении языку
142 ***Иргашев З. Дж.***
Психодиагностика и психокоррекция стресса у военнослужащих
147 ***Исматова Д.Т***
Эмоциональные отношения между родителями и детьми
152 ***Ismatulloyev A. N.***
The role and influence of locus of control in students' motivation to achieve success
157 ***Исмоилова Н.З.***
Роль локус контролья и жизненных позиций личности в повышении стрессоустойчивости у школьников и студентов
163 ***Kadirova M. M.***
Формирование навыков социального интеллекта у молодежи и роль психологической службы
167 ***Kalillayeva U. A.***
The role of stress and emotional tension in deviant behavior
170 ***Калмыков М.П., Калмыков И.М.***
Актуальность использования внутренних стилей ушу в контексте развития личности в современном мире
173 ***Камолдинова Д. Ж.***
Психологические аспекты работы психолога дошкольной образовательной организации в процессе создания развивающей игровой среды
178 ***Kasimova H. A.***
Psychological description of life satisfaction level of mothers with disabled children
183 ***Козлов В.В., Тихонова Е.А.***

Развитие рефлексивных навыков как средство повышения эффективности учебной деятельности

185 ***Кузина С.В.***
Бионергетика и психоэмоциональное состояние человека: современные исследования и практическое применение

188 ***Курбаниязова Р. Ю.***
Механизмы психологической защиты в старости.

193 ***Latipova U. Y.***
The importance of psychophysiological changes observed in women during the reproductive period

196 ***Мамадиеров У.Э***
Психологические особенности больных раком.

199 ***Mamanazarov U.B.***
Psychological characteristics of the development of moral self-awareness in adolescence.

205 ***Мираширова Н. А.***
Профессиональная и личностная зрелость специалиста психолога

210 **Muminova N. B.**
Impact of social media platforms on the socio-psychological development of the individual

214 ***Nasrullayeva A. A.***
The psychological influence of the level of subjective control on the formation of social phobia in relation to marriage in young people

219 ***Нурматов А.Н.***
Психологические характеристики тенденции к приниманию ложной информации в социальных сетях у подростков

223 ***Нуруллаева Б.Б.***
Вопросы исследования родительского стресса в психологии

227 ***Павленко С.А.***
Развитие навыка осознанности с трансформационными играми

229 ***Раджабова З. А.***
Способы помощи семьям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации

233 *Radjapova F.*
Importance of psychological state in preparing women for childbirth

237 ***Разакова Р. С.***
Существующие подходы к изучению одиночества

241 ***Рахимова Н. Б.***
Теоретический анализ психологических факторов формирования и развития профессионального мышления у будущих учителей

246 ***Рахимов М.Б.***
Психологические особенности женщин-потерпевших от торговли с целью сексуальной эксплуатации и специфика общения с ними

250 ***Рузибоева Н. К.***
Психолингвистический анализ невербальной коммуникации на примерах узбекской и французской языках.

254 ***Садикова У. Б.***
Психологическое значение гендерных различий в развитии профессиональных качеств студентов

260 ***Саматова С. Г.***
Социально-психологическая характеристика мотива аффилиации

264 ***Санина М.В.***
Влияние мобильных телефонов на когнитивные способности студентов

266 ***Sattorov M.E.***
Psychological methods of improving the self-management of athletes
272 ***Сетекова Г.А.***
Механизмы психологической защиты в экстремальных ситуациях
279 ***Султанова Ш. Г.***
Проблемы формирования женской личности в современных условиях
282 ***Талипова М.З.***
Роль академической самоэффективности в формировании саморегулируемого обучения
287 ***Togonova Sh. A.***
Methodical approaches to the formation of cognitive competence in students.
291 ***Убайдуллаева Н.Ф.***
Логотерапия: ключ к пониманию и управлению стрессом в современном мире
295 ***Умурзоков Д.Х.***
Эмпирические исследования межэтнических отношений в российской социальной психологии
298 ***Унгбоева У. С.***
Теоретико-исторические основы и современная интерпретация исследования проблемы семейного насилия
303 ***Усманова М.Н.***
Здоровьесберегающие технологии в преподавании психологических дисциплин
308 ***Файзиев Я.З., Солохиттдинов, А., Худойбердыев Ш.***
Влияние стресса на результативность в спортивной деятельности
313 ***Фарфиева К.А.***
Использование метода контент-анализа в оценке научного представления юношей
319 ***Xamrakulova M.Sh.***
Psychological well-being of parents with disabled children living in the aral sea region
323 ***Хасанова С.Ш.***
Подростковый возраст как психологическая особенность самовыражения
327 ***Хасанов Р.А.***
Проблема лидерства в спортивных командах (на примере баскетбола)
332 ***Хаценко Е. И.***
Работа с образами в телесно-ориентированной терапии
333 ***Xodjayev S. B.***
Patriotism - as a phenomenon of social life.
338 ***Холназарова М.Х.***
Psychological aspects of the question of man and his place in social existence in "Al-Jome' As-Sahih"
345 ***Xudayberdiyev D.X.***
Invisible chains: how obsessive – compulsive disorder shackles person
349 **Худайбердиева С.Б**.
Жизненного цикла семьи
355 ***Sherimbetova Z.Sh.***
Pedagogical and psychological features of students' education at the university.
361 ***Шодиева Р.С.***

Педагогико-психологические аспекты развития адаптации молодых специалистов в новом коллективе

364 ***Шоназаров А.М.***
Управление специальными экономическими зонами, действующими в республике Узбекистан социально-психологическая характеристика.

374 ***Эргашева С.***
Социально-психологические особенности развития профессиональной компетентности руководителя образовательного учреждения

379 ***Эшчанова Насиба М***
Гипертонические больные: значение социально-психологического исследования

383 ***Юлдашева Н. К.***
Изучение профессиональных склонностей студентов как психологическая проблема

МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК

ВЕСТНИК ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Выпуск 34. Часть 2. 2024

ЖУРНАЛ ДЛЯ ПСИХОЛОГОВ

Журнал ВЕСТНИК ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ рекомендован Высшей аттестационной комиссией Республики Узбеки стан для публикации основных научных результатов докторских диссертаций. Постановление Президиума ВАК Республики Узбекистан (20.03.2015 г., № 214/2; 18.11.2015 г., №218/5; 22.12.2015 г., №219/5).

Вестник интегративной психологии // Журнал для психологов. Вып. 34. Часть 2. /Под ред. В.В.Козлова, Ш.Р. Баратова, М.Н.Усмановой. - Ярославль: МАПН, 2024. 392 с.

Ярославль, 2024


ВЕСТНИК
ИНТЕГРАТИВНОЙ
ПСИХОЛОГИИ
Седьмая волна
психологии
МЕЖДУНАРОДНАЯ
АКАДЕМИЯ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ
НАУК
ГОД ЗА ГОДОМ
ОБЪЕДИНЯЕМ
НАУЧНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ
ПСИХОЛОГИИ
ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР
ЧФ: СОЦИАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ
Выпуск № 2 (20)
ИЮЛЬ-ДЕКАБРЬ
2018
PSIXOLOGIYA
ILMIY JURNAL
НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ
SCIENTIFIC JOURNAL
4 (28)/2017
www.psixologiya.uz

ISBN 978-5952-70216-5

