

**ISSN 2464-6741**

**MK ČR E 22427**

Vědecký a praktický časopis

**AKADEMICKÁ PSYCHOLOGIE**

**№ 1 2018**

**ZAKLADATEL:**  
**Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», s.r.o.**

**Šéfredaktor** – prof. **Valeriy M. Miniyarov**, Ph.D. (profesor v oboru pedagogika)  
**Zástupce šéfredaktora** – doc. **Iona G. Dorošina**, CSc.  
(kandidát věd v oboru psychologie)

#### **Mezinárodní redakční rada**

prof. **Garnik V. Akopov**, Ph.D. (profesor v oboru psychologie – Samara, Rusko)  
prof. **Vladimir P. Andronov**, Ph.D. (profesor v oboru psychologie – Saransk, Rusko)  
prof. **Alersandr A. Baranov**, Ph.D. (profesor v oboru psychologie – Iževsk, Rusko)  
prof. **Asya S. Berberyan**, Ph.D. (profesor v oboru psychologie – Erevan, Arménie)  
prof. **Galina A. Vinogradova**, Ph.D. (profesor v oboru psychologie – Togliatti, Rusko)  
prof. **Galina A. Epančinceva**, Ph.D. (profesor v oboru psychologie – Orenburg, Rusko)

Články zaslané redakci jsou předmětem přezkoumání nezávislými odborníky.  
Redaktoři zaručují, že recenzenti jsou nezávislí na autorech a ve stejných institucích s nimi nepracují.

Časopis je indexován podle:

- Research Bible (China)
- Scientific Indexing Services (USA)

Impact Factor:

- Scientific Indexing Services – 0,725

ISSN 2464-6741  
MK ČR E 22427

© Vědecko vydavatelské centrum  
«Sociosféra-CZ», s.r.o., 2018.

**ISSN 2464-6741**

**MK ČR E 22427**

Scientific and practical journal

**ACADEMIC PSYCHOLOGY**

**№ 1 2018**

**THE FOUNDER:**  
**The science publishing center**  
**«Sociosphere-CZ»**

**Editor-in-Chief** – Doctor of Pedagogical Sciences, professor  
**Valeriy M. Miniyarov**  
**Deputy editor** – Candidate of Psychological Sciences, assistant professor  
**Ilna G. Doroshina**

**International editorial board**

**Garnik V. Akopov**, Doctor of Psychological Sciences, professor (Samara, Russia)  
**Vladimir P. Andronov**, Doctor of Psychological Sciences, professor (Saransk, Russia)  
**Aleksandra A. Baranova**, Doctor of Psychological Sciences, professor (Izhevsk, Russia)  
**Asya S. Berberyan**, Doctor of Psychological Sciences, professor (Erevan, Armenia)  
**Galina A. Vinogradova**, Doctor of Psychological Sciences, professor (Tolyatti, Russia)  
**Galina A. Epanchintseva**, Doctor of Psychological Sciences, professor (Orenburg, Russia)

The articles sent to the editorial staff are subject to review by independent experts.  
The editorial board guarantees that reviewers are independent of the authors,  
i.e. not affiliated with the same institution.

The journal is indexed by:

- Research Bible (China)
- Scientific Indexing Services (USA)

Impact Factor:

- Scientific Indexing Services – 0,725

ISSN 2464-6741  
MK ČR E 22427

© Vědecko vydavatelské centrum  
«Sociosféra-CZ», s.r.o., 2018.

## OBSAH

### DISKURZY PEDAGOGICKÉ PSYCHOLOGIE

<b>Асланян В. Ю., Бирюк А. А.</b>	
Опыт построения методики коррекции музыкального исполнительского действия .....	7
<b>Ефимова Д. В.</b>	
Исследование особенностей понимания возникновения и решения проблемы суицида в школьной и студенческой среде XXI века .....	17
<b>Карелина И. О.</b>	
Роль понимания эмоций и модели психического в развитии просоциального поведения дошкольников в группе сверстников .....	33

### RECENZE

<b>Дорошина И. Г.</b>	
Рецензия на учебное пособие И. О. Карелиной «Эмоциональная сфера детей: возрастные и индивидуальные особенности, диагностика, развитие в совместной образовательной деятельности с педагогом» .....	36
<b>Минияров В. М.</b>	
Рецензия на монографию И. О. Карелиной «Развитие понимания эмоций в период дошкольного детства: психологический ракурс» .....	39
Rules for authors.....	42
План международных конференций, проводимых вузами России, Азербайджана, Армении, Болгарии, Белоруссии, Казахстана, Узбекистана и Чехии на базе Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ» в 2018 годах .....	44
Информация о научных журналах.....	46
Издательские услуги НИЦ «Социосфера» – Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ» .....	47

**CONTENTS**

**DISCOURSES OF EDUCATIONAL PSYCHOLOGY**

**Aslanyan V. Y., Biryuk A. A.**

Experience of constructing a technique for musical performing actions’  
correction .....7

**Efimova D. V.**

Study of the understanding of the occurrence and solution of the problem  
of suicide in school and college environment of the XXI century ..... 17

**Karelina I. O.**

The role of emotion understanding and theory of mind in the development  
of preschoolers’ prosocial behavior in the peer group ..... 33

**REVIEWS**

**Doroshina I. G.**

A review of the tutorial by I. O. Karelina “Children’s emotional sphere:  
age-related and individual peculiarities, diagnostics, its development  
in joint educational activity with educator” ..... 36

**Miniyarov V. M.**

A review of the monograph by I. O. Karelina “The development of emotion understanding  
at the preschool childhood: a psychological perspective” ..... 39

Rules for authors..... 42

Plan of the international conferences organized by Universities of Russia,  
Armenia, Azerbaijan, Belarus, Bulgaria, Kazakhstan, Uzbekistan  
and Czech Republic on the basis of the SPC «Sociosphere» in 2018 ..... 44

Information about scientific journals ..... 46

Publishing services of the science publishing centre «Sociosphere» –  
Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ» ..... 47

**DISKURZY PEDAGOGICKÉ PSYCHOLOGIE**

УДК 159.9:37.015.3

**ОПЫТ ПОСТРОЕНИЯ МЕТОДИКИ КОРРЕКЦИИ  
МУЗЫКАЛЬНОГО ИСПОЛНИТЕЛЬСКОГО ДЕЙСТВИЯ****В. Ю. Асланян***Канд. психол. наук, доцент кафедры психологии,  
ORCID 0000-0003-4016-2795,  
e-mail: aslanyan\_vita@mail.ru,***А. А. Бирюк***студентка,  
ORCID 0000-0003-1833-7552,  
e-mail: anna-biryuk@mail.ru,  
Северо-Восточный государственный  
университет,  
г. Магадан, Магаданская область, Россия***EXPERIENCE OF CONSTRUCTING A TECHNIQUE  
FOR MUSICAL PERFORMING ACTIONS' CORRECTION****V. Y. Aslanyan***Candidate of Psychological Sciences,  
associate professor,  
ORCID 0000-0003-4016-2795,  
e-mail: aslanyan\_vita@mail.ru,***A. A. Biryuk***student,  
ORCID 0000-0003-1833-7552,  
e-mail: anna-biryuk@mail.ru,  
North-Eastern State University,  
Magadan, Magadan Region, Russia*

**Abstract.** Universal principals of organization musical performance actions for all musical instruments are described in the article, characteristics of free musical performing action, as shown in Bernshtein N. A. and Galperin P. Y. theory statements may be used by teachers during playing apparatus correction of students. The authors describe methodic innovations of correction dairy keeping.

**Keywords:** musical performing action; playing apparatus; correction.

**Актуальность построения методики коррекции.** В настоящее время существует достаточно много работ по теории музыкального исполнительства [1, 4, 14, 15, 16, 23]. Подавляющее большинство из них посвящено вопросам постановки музыкального исполнительского действия (далее – МИД) у начинающих обучаться игре на музыкальном инструменте. Авторы музыкальных методических школ при этом описывают процесс обучения, исходя из принципа «tabula rasa»: у ученика нет опыта игры на инструменте, а следовательно, навыки извлечения звука отсут-

ствуют и их необходимо формировать «с нуля». Но мы в своей психолого-педагогической практике не раз сталкивались с необходимостью коррекции МИД, так называемого «переобучения».

Как правило, проблема коррекции остро встает в процессе обучения в среднем или высшем профессиональном музыкальном образовательном учреждении. Репертуар усложняется, необходимо осваивать произведения такого уровня технической сложности, которые невозможно исполнить без оптимально соответствующего физиологии человека МИД. Если же ис-

полнительский аппарат поставлен неверно, то это ведет к возникновению болевого синдрома и, как следствие, профессиональному заболеванию рук.

Столкнувшись с проблемой подобного рода, музыканты пытаются решить ее самостоятельно, на основе стихийно сложившихся приемов, выработанных методом «проб и ошибок». Такая ситуация обусловлена тем, что на сегодняшний день практически отсутствует научно обоснованная методическая литература по данному вопросу. Фактически единственным изданием, способным помочь при решении узкого круга задач, является работа В. А. Гутерман [13], в которой описываются единичные случаи устранения вялости мышц, восстановления взаимосвязи между частями тела, ощущениями.

Не стоит думать, что ошибки в постановке МИД редкость. В течение февраля 2017 г. нами проводилось наблюдение в детской музыкальной школе г. Магадана

во время занятий с детьми, обучающимися по специальности «домра» [7]. Цель наблюдения – выявление и описание ошибок МИД у детей, обучающихся игре на домре.

Для достижения указанной цели нами была разработана методика наблюдения, учитывающая специфику психологического наблюдения над детьми [3]. Мы выделили основные индикаторы постановки МИД: особенности опоры ученика при посадке, точки опоры домры (положение исполнительского аппарата), описание основных движений, изменения первичной посадки в процессе исполнения, замечания учеников и преподавателя относительно исполнительского аппарата в течение урока.

Объектами наблюдения выступили 12 учеников, обучающихся игре на домре.

На основе проведенного наблюдения мы описали типичные ошибки (см. таблицу).

*Таблица*

**Типичные ошибки постановки исполнительского аппарата**

<i>Область опорно-двигательного аппарата</i>	<i>Характеристика</i>	<i>Негативные последствия</i>	<i>Частота</i>	<i>Процент</i>
Спина, ноги	Округлость, нет опоры на ноги	Нарушение динамики, неверное удержание инструмента	9	75
Правая рука (плечо, предплечье), корпус тела	Предплечье удерживает домру вместе с корпусом (домра уходит «в подмышку»), поднимается гриф, медиатор соприкасается со струной высоко по грифу	Нарушение регуляции силы звука, смены технических приемов (удары, тремоло, аккорды)	8	66,7
Кисть правой руки	Удержание медиатора не теми пальцами (пальцы «верером»), удержание средним пальцем, на 2 фаланге и т.д.)	Медиатор разворачивается, выпадает, звук тремоло неоднородный, с треском, без обертонов	8	66,7

Кисть правой руки, предплечье	Игра поворотом кисти	Нарушение качества звука, снижение максимума силы удара; есть вероятность повреждения суставов и сухожилий	5	41,7
-------------------------------	----------------------	--	---	------

Выявленные ошибки влекут за собой изъяны в исполнительской технике: невозможность верного и качественного МИД: нарушение силы звука (ученики играют либо *tr* либо *mf*, не меняя динамику), невозможность исполнения ровных ударов вверх и вниз, появление призвуков при исполнении тремоло, прерывание единой линии музыкального текста.

С нашей точки зрения данные результаты обусловлены несколькими факторами: сложностью освоения домровой техники, особенно постановки медиатора; сложностью приспособляемости к инструменту в процессе физического развития учеников: домра всегда одного размера; особенностями педагогического стиля преподавателя: преподаватель практически не уделяет времени вопросам постановки исполнительского аппарата, а в случаях нарушений – придерживает гриф, ставит ученику инструмент в руки, что лишает ученика возможности мыслить самостоятельно.

Совместная рефлексивная работа в процессе беседы с учащимися музыкальной школы над их техникой исполнения показала, что значительная часть учеников не осознает причин дискомфорта при выполнении МИД, не понимает целей запросов преподавателей о смене положения корпуса ученика и инструмента при игре. Следовательно, основной практической проблемой является достижение учеником осознанности коррекции МИД (как причин, так и процесса). Решить эту проблему без обращения к психологическим знаниям невозможно, т. к. применение именно психологических познаний придаст процессу «переобучения» целенаправленность, сознательность.

Понимание законов психофизиологии движений, владение технологиями управления функциональными состояниями

позволяет музыканту точно понять огрехи МИД и раскрыть ресурс для его коррекции. Более того, психологическая подготовленность музыканта создает условия для сведения к минимуму возможных проявлений ошибочных двигательных навыков в будущей исполнительской практике. Как отмечал еще И. П. Павлов [19], старые рефлексы могут в определенных ситуациях внезапно проявляться. Для музыкантов такими ситуациями являются публичные выступления, состояния нервно-психического утомления.

**Принципы организации музыкального исполнительского действия.** Коррекция МИД невозможна без понимания принципов организации исполнительского действия, которая была бы полезна каждому музыканту вне зависимости от его специализации (несмотря на все многообразие музыкальных инструментов существует основные требования к исполнительскому мастерству равно относимые ко всем группам инструментов). В современной методической литературе по формированию исполнительского действия можно встретить, как правило, отдельные рекомендации и замечания. Изучив авторские школы выдающихся музыкантов-исполнителей [2, 4, 10, 23], мы сформулировали основополагающие принципы формирования МИД.

1. Физиологичность движений. Этот принцип подразумевает, что основой для построения МИД должна являться естественная физиология человека.

Базис верной двигательной активности – правильное положение тела в пространстве. Вялые мышцы спины и сутулость могут привести к смещению позвонков, вследствие чего ухудшается двигательная активность всего плечевого пояса. А неестественное положение нижних конечностей грозит неустойчивой посад-

кой и неверной постановкой инструмента. Хорошая осанка, естественный прогиб в пояснице обеспечат хорошую нервную проводимость, а также улучшение кровоснабжения организма и дыхания.

Далее следует верная организация движений верхнего плечевого пояса. Например, основатель отечественной виолончельной школы К. Ю. Давыдов [14] в рекомендациях к движениям левой руки акцентирует внимание на возможном физиологическом расстоянии между пальцами: между указательным и средним пальцем возможно большое расстояние, поэтому позволительно ставить их в нескольких полутонах друг от друга. С расстояниями между средним, безымянным и указательным пальцем все по-другому: физиология не позволяет столь широкого растяжения. Вследствие этого непозволительны даже попытки поставить их дальше друг от друга, иначе возможно повреждение суставов, которое затруднит дальнейшую игру. Для извлечения звуков дальних нот введено понятие «позиции», при котором большой палец находится напротив указательного, а вместе с пальцами двигается вся рука.

Все эти комбинации удобны и естественны при воплощении МИД, потому что они выполняются нами в повседневной жизни.

2. Экономность движений. Основой этого принципа является такая организация музыкального действия, при которой самые сильные мышцы выполняют основную нагрузку, а слабые помогают в мельчайших движениях. Л. Л. Бочкарев [9] подчеркивает, что все художественное в музыке строится на техническом, а в технике важна ориентация на удобство и экономию. Анализ мышечного чувства поможет вложить максимальную силу в звук при минимальной затрате энергии. При чрезмерной нагрузке, неверной силовой подаче и зажатости возникают одеревенение мышц плеча и предплечья, а также мышечные судороги, именуемые контрактурой. Поврежденная мышца может отозваться в любой части тела. Все это, несомненно, препятствует нормальному

выполнению МИД. Следовательно, для избегания таких неприятностей нужно приучить мышцу расслабляться в тех случаях, когда ее напряжение становится ненужным.

3. Активность движений. В двигательной системе исполнителя задействовано все тело. Для сохранения верного функционирования всех его частей и сохранения проводимости нервных путей необходимо следить за верностью движений, понимать их цели и контролировать активизацию двигательных процессов. Х. Беккер [4] при формировании МИД советует внимательно наблюдать за процессом своих действий, пока они не достигнут автоматизма, натренированностью добиваться правильного распределения нажима, верной активности плечевого пояса. Неправильные приложения сил руки лишь отягощают исполнительство, а основной причиной любого профессионального заболевания является нарушение целостности, гармонии и единства двигательной системы исполнителя. Нужно научиться чувствовать состояние своих мышц, и это внутреннее ощущение даст возможность активно управлять своим аппаратом. Полезным будет и наблюдение за техникой движений признанных мастеров, анализ их действий, попытки «примерить на себя» некоторые из них. Из этого всего формируется богатый двигательный опыт, что дает наилучший результат.

В специальной литературе также можно встретить достаточно много указаний на необходимость достижения свободы исполнения [2], но, как правило, не описываются пути ее достижения. В этом плане, мы можем говорить скорее об интуитивном понимании аспектов свободного МИД. Вместе с тем, концепт «свободное МИД» является важным не только для практики, но и для теории исполнения, понимания методических принципов музыкальных школ освоения того или иного инструмента. Поэтому мы провели экспертный опрос почетных работников культуры Магаданской области, являющихся обладателями высшей квалификационной педагогической категории (пре-

подаватели Магаданского колледжа искусств) с целью уточнения понятия «свободное МИД».

Согласно экспертному опросу свободное МИД – такое МИД, при котором исполнитель максимально ориентируется в исполняемом материале, готов самореализоваться путем раскрытия драматургии произведения в совокупности с собственным пониманием задумки. Внимание исполнителя будет направлено на характер произведения, фразировку, передачу собственных эмоций через музыку при полной свободе управления процессом движений. Свободное МИД – выражение музыкальности исполнителя, его способностей и таланта не только в техническом плане, но и в художественном. Основой для формирования и развития музыкальности должно быть физиологически верное МИД, которое не искажается при воздействии различных факторов, а также выполняется максимально продуктивно при минимальных затратах энергии.

Таким образом, на основе результатов экспертного опроса и анализа литературы мы выделили основные характеристики свободного МИД.

1. Управляемость. МИД должно быть осознано исполнителем: он должен понимать цели каждого действия, а также сознательно регулировать силу звука, движение и положение рук. При полной управляемости мы получаем также точность движений [2].

2. Физиологичность. Постановка, процесс выполнения МИД должны соответствовать естественной человеческой физиологии [5]. Недопустимы сутулость, вялость мышц, отсутствие опоры на обе ноги: положение корпуса должно быть уверенным, выражающим готовность к активности, конечности плечевого пояса должны быть свободны. Наиболее физиологичное, удобное положение рук возможно установить путем проб [2].

3. Адаптивность. При смене высоты стула, подставки, каблука, инструмента, а также техник игры музыкант должен без усилий приспосабливаться к ситуации – МИД не должно искажаться [2].

4. Экономичность. Движения, составляющие МИД, должны быть максимально экономичны [10]. Большие, сильные мышцы должны выполнять основную нагрузку, движения широкой амплитуды. Мелкая моторика исполняться с помощью небольших мышц. Недопустим гипертонус мышц [4].

5. Мышечная свобода. При выполнении МИД исполнитель должен уметь осознанно, целенаправленно регулировать тонус в каждой из групп мышц как по отдельности, так и вместе. Не задействованные в движениях мышцы должны находиться в состоянии готовности к активизации [5].

6. Осознанная оптимизация функциональных состояний. Функциональное состояние (далее – ФС) – интегральный комплекс наличных характеристик функций и качеств человека, обуславливающих выполнение деятельности [17]. По качеству психической деятельности, ее влиянию на работоспособность выделяют отрицательные (утомление, напряженность) и положительные (интерес, открытость) функциональные состояния. Последние улучшают процесс протекания МИД, влияют на состояние мышечного тонуса, его регуляцию. Музыкант должен уметь сознательно оптимизировать ФС [18].

Итак, проблема коррекции МИД имеет две стороны: статическую (собственно постановка игрового аппарата: положения инструмента, рук, ног, спины при игре) и динамическую (регуляция тонуса мышц при игре на инструменте, овладение навыками управления функциональными состояниями).

**Коррекция статической стороны музыкального исполнительского действия.** Перестройка технической стороны МИД возможна тогда, когда существует понимание законов психофизиологии активности, выделенных Н. А. Бернштейном [5], и этапности формирования умственных действий и двигательных навыков, описанной П. Я. Гальпериным [11, 12].

Согласно концепции Н. А. Бернштейна, движения рассматриваются как целостно организованные структуры, направленные на выполнение определенной двигатель-

ной задачи. Движения имеют иерархичную уровневую структуру: нижележащие уровни, отвечающие за элементарные базовые движения, впоследствии становящиеся неосознаваемыми, и более сложные вышележащие уровни движений, которые выполняются с помощью концентрации внимания. Нижележащие неосознаваемые действия называются фоновыми, а осознаваемые – ведущими.

Навык МИД состоит из сложной совокупности действий фонового и ведущего уровня. Задействовано все тело, включая положение ног, спины, шеи. Особенно сложны действия, которые выполняют руки, так как каждая выполняет разные несинхронные действия, включающие в себя и работу мышц плеча и спины, и мелкую моторику.

Для успешной коррекции необходимо вернуться к нижележащим уровням движения, перевести их с периферии сознания в центр. По терминологии Н. А. Бернштейна, фоновые действия должны стать ведущими. Музыкант должен вернуться к элементарным движениям, увидеть свою ошибку в их выполнении, и продолжать сознательно контролировать новое исправленное движение до тех пор, пока оно не закрепится как навык.

Как показывает практика, статический аспект поддается более быстрой коррекции в отличие от динамического. Динамическая работа мышц контролирует силу напряжения при статических движениях, ее тонус. Он может изменяться от состояния полного расслабления до максимального напряжения. Музыкант должен уметь регулировать тонус в каждой из групп мышц как по отдельности, так и вместе. Например, при игре на домре путем активизации нескольких групп мышц можно увеличить громкость исполнения.

В трудах П. Я. Гальперина описывается, т.н. «деятельностная теория учения» [21, с. 42,], согласно которой специальное поэтапное формирование как умственных действий, так и двигательных навыков позволяет получать их с определенными, заранее заданными показателями обоб-

щенности, сознательности, критичности [11, 12]. Формирование нового проходит в шесть этапов: формирование мотивационной основы действия, составление схемы ориентировочной основы действия, формирование действия в материализованной форме, сопровождение действия громкой социализированной речью, формирование действия во «внешней речи про себя», отказ от речевого процесса. Качество формируемого действия во многом определяет ориентировочная основа действия как система представлений о цели, плане и средствах его выполнения. Безошибочность действия может быть гарантирована только тогда, когда учащийся имеет полную систему условий правильного выполнения действия. Усвоение же действия возможно при постоянном проговаривании последовательности действия. Речь здесь выступает в качестве опоры становящегося действия.

Таким образом, применение теории П. Я. Гальперина делает методику коррекции МИД понятной и простой в использовании для педагогов музыкальных образовательных учреждений. Так как усвоение каждого действия, комплекса действий происходит поэтапно, коррекция МИД становится управляемой, в результате чего происходит коррекция каждого выявленного аспекта, не возникает новых ошибочных действий. В процессе постепенного запоминания различных мышечных состояний формируется навык контроля мышечного тонуса, вследствие чего ученик сможет без особого труда контролировать прилагаемую силу в соответствии с заданными целями. Постепенное увеличение меры самостоятельности, обобщенности действия гарантирует осознание учеником выполняемых действий, что также способствует устойчивости результата.

На основе теории П. Я. Гальперина [12], разработок Н. Ф. Талызиной [21] мы выделили условия, благодаря которым возможно повышение степени осознанности коррекции МИД.

1. Предварительная актуализация предшествующих форм осваиваемого

действия и составляющих его операций. Для верного распределения веса ученика в положении сидя необходимо удостовериться в правильности посадки в повседневной жизни (сидя за партой и т. д.). В процессе обсуждения и путем проб следует указать ученику на преимущества верного положения тела в пространстве. Например, в процессе обучения игре на домре в случаях неустойчивости и выпадения медиатора при выполнении тремоло следует разобрать с учеником причину. Возможно провести анализ, отрабатывая удары по струне (как навык, предшествующий тремоло).

2. Использование методов, способствующих формированию обобщенной, полной ориентировочной основы действия при активности ученика. Для коррекции посадки ученика, постановки инструмента необходимо, чтобы ученик выявил основные точки опоры (по ТПФУД – ориентировочную основу действий). Педагогу необходимо направлять ученика на поиск, помогать анализировать недостатки и достоинства подлежащего коррекции МИД, а также результаты коррекционных действий. Например, при коррекции постановки инструмента ученик должен самостоятельно (но с наводящими комментариями педагога) выявить удобное положение домры, при котором руки будут свободно двигаться, прикладывая нужную мышечную силу.

3. Осуществление пооперационного речевого контроля. Необходимо все коррекционные действия проводить последовательно: проработка движений проводится с элементарных движений, постепенно увеличивая задействованные мышечные группы, составную сложность движений. Переход к последующему этапу производится при сознательной освоенности действия, но до его автоматизации.

**Коррекция динамической стороны музыкального исполнительского действия.** Здесь основная задача – научить музыканта контролировать активность мышечного тонуса. Проблема в том, что в случаях неверной постановки МИД совершается «жесткой» рукой: при исполнении исполнитель «напрягается», приво-

дя в тонус все мышцы. Как следствие – мышечное перенапряжение и усталость.

Для устранения и дальнейшего предотвращения подобных состояний необходимо овладеть, как мы уже писали выше, навыками регуляции ФС [18]. Для их достижения и поддержания существует множество методик. Одна из них – техника нервно-мышечной релаксации Э. Джекобсона.

Методика строится на представлении о зависимости между эмоциональным состоянием и тонусом скелетной мускулатуры. Следовательно, для уменьшения эмоционального напряжения необходимо достичь расслабления основных мышечных групп тела. Суть методики заключается в максимальном сокращении и последующем расслаблении определенных групп мышц. В результате снимается напряжение, улучшается кровообращение данной области, усиливаются обменные и восстановительные процессы. Данные упражнения должны сопровождаться фиксацией внимания на чувствах тяжести и расслабления, ощущении тепла. Освоение методики, с одной стороны, позволяет снимать мышечное перенапряжение, а с другой, – контролировать состояние мышц, не позволяя тем самым ему возникнуть.

Наш опыт показывает, что применение музыкантами методики Э. Джекобсона имеет положительные результаты. Музыканты научаются произвольно контролировать мышечный тонус: снимать его в тех группах мышц, которые согласно методике игры на инструменте не должны быть задействованы, и вызывать его в необходимых группах. А также применение методики позволяет предотвращать усталость и состояние перенапряжения мышц.

**Унификация процедур коррекции.** Каждый случай коррекции уникален, но внесение единообразных процедур сбора диагностической информации, ее обработки, отслеживания динамики МИД необходимы, в том числе, и для дальнейшей стандартизации, валидации, определения эффективности методики.

Для этих целей нами был разработан дневник коррекции. Он представляет со-

бой брошюру формата А–5. На первой странице дневника фиксируется имя, возраст, инструмент, стаж (опыт) исполнительства музыканта. На второй странице – карта первичной диагностики. Она включает в себя схему членения тела на участки для обозначения на них ощущений дискомфорта согласно методу оценки локального комфорта Е. М. Беннета [20, с. 324]. На данной схеме учащийся должен закрасить карандашами разного цвета в зависимости от характера дискомфорта те участки тела, которые доставляют трудности при игре на музыкальном инструменте. Кроме этого, первичная диагностика включает в себя таблицу для самооценки учащимся по шестибальной шкале степеней удобств, мышечной усталости и болевых ощущений в руках и спине, графы для описания жалоб, а также графы для оценки специалистом, осуществляющим коррекцию, состояния динамической (навыка контроля мышечного тонуса, зажатия мышц и др.) и статической (особенности положения инструмента, рук, ног, спины при игре и др.) стороны МИД. На третьей странице располагается карта заключительной диагностики. Она идентична карте первичной диагностики, что дает возможность статистической обработки данных. Также в дневнике имеются специальные страницы для ведения записей занятий (целей и задач каждого занятия, упражнений, заданий для самостоятельной работы, рефлексивного процесса с учащимся и т. д.).

#### **Апробация методики коррекции.**

Первичная апробация методики коррекции включает на сегодняшний день три случая коррекции МИД. У испытуемых было отмечено неверное положение корпуса в пространстве, нарушение постановки инструмента, зажатия мышц. Коррекционная работа проводилась индивидуально с каждым учеником в течение 2–3 месяцев. В результате проведенной работы появилась свобода движений, повысилась выносливость, стало возможно исполнение сложных технических приемов.

Подводя итог результатов исследовательской работы, мы можем выделить основные положения коррекции МИД.

1. На сегодняшний день коррекция МИД невозможна без использования знаний по психологии и психофизиологии.

2. При проведении коррекции необходимо сознательное понимание учеником выполняемых действий, их целей и последствий.

3. Для успешности коррекции необходимо актуализировать действия, являющиеся базовыми для данного навыка, в процессе коррекции стимулировать активность ученика, проводить пооперационный контроль.

Исходя из этих принципов, мы можем сказать, что коррекция должна быть направлена на выработку целесообразности движений, навыка контроля мышечного тонуса, и, в итоге, восстановление целостности исполнительского аппарата.

#### **Библиографический список**

1. Асланян В. Ю., Бирюк А. А. Значение психологических знаний для коррекции музыкального исполнительского действия // Development of the creative potential of a person and society : materials of the IV international scientific conference on January 17–18, 2016. – Prague : Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2016. – p. 76–79.
2. Ауэр Л. С. Моя школа игры на скрипке. – М. : Музыка, 1965. – 138 с.
3. Басов М. Я. Избранные психологические произведения. – М. : Педагогика, 1975.
4. Беккер Х., Ринар Д. Техника и искусство игры на виолончели. – М. : Музыка, 1978.
5. Бернштейн Н. А. Физиология движений и активность. – М. : Наука, 1990. – 496 с.
6. Бирюк А. А. Значение теории П. Я. Гальперина для построения методики коррекции музыкального исполнительского действия / Молодая наука – будущее Колымы : материалы I Областной научно-практической конференции студенческой и учащейся молодежи Магаданской области, 29 ноября 2016 г. [Магадан] / Министерство образования и молодежной политики Магаданской области ; [науч. ред. И. Г. Третьяк ; оргком.: А. В. Шурхно (пред.) и др.]. – Магадан : Мин-во образ. и молод. политики Магад. обл., 2016. – С. 63–65.
7. Бирюк А. А. Типичные ошибки постановки исполнительского аппарата у детей, обучающихся игре на домре / Молодая наука – будущее Колымы : материалы II Областной науч-

- но-практической конференции студенческой и учащейся молодежи Магаданской области, 17 мая 2017 г. [Магадан] / Министерство образования и молодежной политики Магаданской области ; [науч. ред. И. Г. Третьяк ; оргком.: А. В. Шурхно (пред.) и др.]. – Магадан : Мин-во образ. и молод. политики Магад. обл., 2017. – С. 127–129.
8. Богоявленская Д. Б. Психология одаренности: понятие, виды, проблемы. Выпуск 1. – М. : МИОО, 2005. – 176 с.
  9. Бочкарев Л. Л. Психология музыкальной деятельности. – М. : Изд-во Института психологии РАН, 1997. – 352 с.
  10. Броун А. В. Очерки игры на виолончели. – М. : Государственное музыкальное издательство (МУЗГИЗ), 1960. – 88 с.
  11. Гальперин П. Я. Введение в психологию. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1977. – 332 с.
  12. Гальперин П. Я., Сачко Н. Н. Формирование двигательных навыков / Формирование знаний и умений на основе теории поэтапного усвоения умственных действия. – М. : Изд-во МГУ, 1968. – С. 3–71.
  13. Гутерман В. А. Возвращение к творческой жизни. профессиональные заболевания рук. – Екатеринбург : Изд-во гуманитарно-экологического лица, 1994. – 89 с.
  14. Давыдов К. Ю. Школа игры на виолончели. – М. : Государственное Музыкальное Издательство, 1958. – 84 с.
  15. Круглов В. П. Искусство игры на домре [Ноты] : [Учеб. пособие] / Предисл. – А. Цыганков; [Введ. авт.]. – М. : Композитор, 2001. – 187 с.
  16. Ксов И. Самая лучшая школа игры на скрипке. – М. : Наука-Пресс, 2002. – 93 с.
  17. Леонова А. Б. Психодиагностика функциональных состояний человека. – М. : Изд-во МГУ, 1984. – 200 с.
  18. Леонова А. Б., Кузнецова А. С. Психологические технологии управления состоянием человека. – М. : Смысл, 2009. – 311 с.
  19. Павлов И. П. Физиология высшей нервной деятельности // Мозг и психика: избранные психологические труды / под ред. М. Г. Ярошевского. – М. : Изд-во МПСИ; Воронеж : Изд-во НПО «МОДЭК», 2004. – С. 210–225.
  20. Практикум по инженерной психологии и эргономике / под ред. Ю. К. Стрелкова – М. : Академия, 2003. – 400 с.
  21. Гальперин П. Я. Развитие П. Я. Гальпериним деятельностного подхода в психологии // Вопросы психологии. – 2002. – № 5. – С. 42–49.
  22. Теплов Б. М. Психология музыкальных способностей. – М. – Л. : Изд-во АПН РСФСР, 1947. – 335 с.
  23. Штейнгаузен Ф. А. Физиология ведения смычка : (с 36-ю рисунками) / Штейнгаузен ; сокращ. пер. с нем. изд. М. Мейчика в сотрудничестве с В. Н. Алексеевым. – М. : Музторг ПТО МОНО, 1930. – 107 с.
- ### Bibliograficheskiy spisok
1. Aslanjan V. Ju., Birjuk A. A. Znachenie psihologicheskikh znaniy dlja korrekcii muzykal'nogo ispolnitel'skogo dejstvija // Development of the creative potential of a person and society : materials of the IV international scientific conference on January 17–18, 2016. – Prague : Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2016. – P. 76–79.
  2. Aujer L. S. Moja shkola igry na skripke. – M. : Muzyka, 1965. – 138 s.
  3. Basov M. Ja. Izbrannyye psihologicheskie proizvedeniya. – M. : Pedagogika, 1975.
  4. Bekker H., Rinar D. Tehnika i iskusstvo igry na violoncheli. – M. : Muzyka, 1978.
  5. Bernshtejn N. A. Fiziologija dvizhenij i aktivnost'. – M. : Nauka, 1990. – 496 s.
  6. Birjuk A. A. Znachenie teorii P. Ja. Gal'perina dlja postroeniya metodiki korrekcii muzykal'nogo ispolnitel'skogo dejstvija / Molodaja nauka – budushhee Kolymy : materialy I Oblastnoj nauchno-prakticheskoy konferencii studencheskoj i uchashhejsja molodezhi Magadanskoj oblasti, 29 nojabrja 2016 g. [Magadan] / Ministerstvo obrazovaniya i molodezhnoj politiki Magadanskoj oblasti ; [nauch. red. I. G. Tret'jak ; orgkom.: A. V. Shurhno (pred.) i dr.]. – Magadan : Min-vo obraz. i molod. politiki Magad. obl., 2016. – S. 63–65.
  7. Birjuk A. A. Tipichnye oshibki postanovki ispolnitel'skogo apparata u detej, obuchajushihhsja igre na domre / Molodaja nauka – budushhee Kolymy : materialy II Oblastnoj nauchno-prakticheskoy konferencii studencheskoj i uchashhejsja molodezhi Magadanskoj oblasti, 17 maja 2017 g. [Magadan] / Ministerstvo obrazovaniya i molodezhnoj politiki Magadanskoj oblasti ; [nauch. red. I. G. Tret'jak ; orgkom.: A. V. Shurhno (pred.) i dr.]. – Magadan : Min-vo obraz. i molod. politiki Magad. obl., 2017. – S. 127–129.
  8. Bogojavlenskaja D. B. Psihologija odarennosti: ponjatie, vidy, problemy. Vypusk 1. – M. : MI-OO, 2005. – 176 s.
  9. Bochkarev L. L. Psihologija muzykal'noj dejatel'nosti. – M. : Izd-vo Instituta psihologii RAN, 1997. – 352 s.
  10. Broun A. V. Ocherki igry na violoncheli. – M. : Gosudarstvennoe muzykal'noe izdatel'stvo (MUZGIZ), 1960. – 88 s.
  11. Gal'perin P. Ja. Vvedenie v psihologiju. – M. : Izd-vo Mosk. un-ta, 1977. – 332 s.
  12. Gal'perin P. Ja., Sachko N. N. Formirovanie dvigatel'nyh navykov / Formirovanie znaniy i umenij na osnove teorii pojetapnogo usvoeniya umstvennyh dejstvija. – M. : Izd-vo MGU, 1968. – S. 3–71.
  13. Guterma V. A. Vozvrashhenie k tvorcheskoj zhizni. professional'nye zabojevanija ruk. – Eka-



- terinburg : Izd-vo gumanitarno-jekologicheskogo liceja, 1994. – 89 s.
14. Davydov K. Ju. Shkola igry na violoncheli. – M. : Gosudar-stvennoe Muzykal'noe Izdatel'stvo, 1958. – 84 s.
  15. Kruglov V. P. Iskusstvo igry na domre [Noty] : [Ucheb. posobie] / Predisl. – A. Cygankov; [Vved. avt.]. – M. : Kompozitor, 2001. – 187 s.
  16. Ksov I. Samaja luchshaja shkola igry na skripke. – M. : Nauka-Press, 2002. – 93 s.
  17. Leonova A. B. Psihodiagnostika funkcional'nyh sostojanij cheloveka. – M. : Izd-vo MGU, 1984. – 200 s.
  18. Leonova A. B., Kuznecova A. S. Psihologicheskie tehnologii upravlenija sostojaniem cheloveka. – M. : Smysl, 2009. – 311 s.
  19. Pavlov I. P. Fiziologija vysshej nervnoj dejatel'nosti // *Mozg i psihika: izbrannye psihologicheskie trudy* / pod red. M. G. Jaroshevskogo. – M. : Izd-vo MPSI; Voronezh : Izd-vo NPO «MODJeK», 2004. – S. 210–225.
  20. Praktikum po inzhenernoj psihologii i jergonomike. / pod red. Ju. K. Strelkova – M. : Akademija, 2003. – 400 s.
  21. Talyzina N. F. Razvitie P. Ja. Gal'perinym dejatel'nostnogo podhoda v psihologii // *Voprosy psihologii*. – 2002. – №5. – S. 42–49.
  22. Teplov B. M. Psihologija muzykal'nyh sposobnostej. – M. – L. : Izd-vo APN RSFSR, 1947. – 335 s.
  23. Shtejngauzen F. A. Fiziologija vedenija smychka : (s 36-ju ri-sunkami) / Shtejngauzen ; sokrashh. per. s nem. izd. M. Mejchika v sotrudnichestve s V. N. Alekseevym. – M. : Muztorg PTO MONO, 1930. – 107 s.

© *Асланян В. Ю.,  
Бирюк А. А., 2018.*

УДК 159.9

## ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ПОНИМАНИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ СУИЦИДА В ШКОЛЬНОЙ И СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ XXI ВЕКА

Д. В. Ефимова

Кандидат психологических наук, доцент,  
e-mail: diana7772006@yandex.ru,  
Пензенский государственный  
технологический университет,  
г. Пенза, Россия

## STUDY OF THE UNDERSTANDING OF THE OCCURRENCE AND SOLUTION OF THE PROBLEM OF SUICIDE IN SCHOOL AND COLLEGE ENVIRONMENT OF THE XXI CENTURY

D. V. Efimova

Candidate of Psychological Sciences,  
assistant professor,  
e-mail: diana7772006@yandex.ru,  
Penza State Technological University,  
Penza, Russia

---

**Abstract.** The article presents a study of understanding the problem of suicide in the school and student environment. The awareness of schoolchildren and students on suicide: knowledge of the causes of suicide, types of suicide. Knowledge of possible ways of prevention and the help to persons with suicidal behavior, and also ways of self-prophylaxis and self-help at a suicidal state, or border with it is revealed. Graphic symbols associated with life and symbols associated with death in schoolchildren and students are revealed.

**Keywords:** schoolchildren; students; suicide; prevention; assistance in suicide; symbolics of life and death in the representation of adolescents and young people; Internet space and suicide.

---

Женщина видит сон, где ее давно почивший муж зовет ее с собой. Она начинает собирать во сне вещи, согласившись уехать с ним, а потом вспоминает, что у нее еще на работе не доделаны дела! И просыпается. В данном случае речь идет о профессиональном якоря, который подсознательно вернул ее в жизненное пространство и бодрствование. У каждого есть якоря жизни, главное их вовремя найти и потянуть, чтобы корабль жизни безвозвратно не отплыл в бездонную тьму.

Одним из вопросов, который нас интересует с недавних пор, является вопрос, почему символика смерти так легко и быстро прижилась в молодежной среде? На аватарках, на одежде, на сумках, украшениях зачастую видны черепа, кости... атрибуты умершего человека?

Чем они так нравятся детям, подросткам и почему введены в моду? А главное, зачем индустрия пропагандирует останки

человеческого тела? Это случайность или намеренный шаг?

Подростковый возраст – сенситивен к нововведениям, открыт новому. Не всегда разбирается подросток в тонкостях преподносимой информации, увлекается, привержен игре и групповой общности. Часто не устоявшаяся психика способна дать сбой. Подростковый возраст – пора самоопределения, становления, физического и духовного роста. Момент, когда, казалось бы, можно сказать «Полный вперед!» Однако, как только корабль набирает скорость, что-то начинает его тормозить и топить... если вовремя не снять якорь, наброшенный со стороны...

Об этом мы и поговорим в нашей статье. О результатах проведенного исследования причин суицидального поведения в детской, подростковой, молодежной и взрослой среде.

Мы провели опрос школьников и студентов г. Пензы и Пензенской области в

количестве 300 человек. 240 студентов и 60 школьников подросткового возраста приняли участие в открытом анкетировании. Перед участниками анкетирования стояла непростая задача определить основные причины суицидальных намерений в разных возрастных категориях: у детей, у подростков, у взрослых, у пожилых людей.

А так же представить возможные пути профилактики и помощи лицам с особым видом делинквентного поведения – суицидальным. На последнем этапе исследования мы попросили оптантов изобразить в символах их представление о жизни и смерти.

В результате проведенной анкеты, которая включала следующие вопросы:

1. Что вы знаете о суициде?

2. Назовите возможные причины суицида, укажите особенности в разных возрастных группах.

3. Какие виды суицида вам знакомы?

4. Какую помощь можно оказать человеку? Как помочь самому себе?

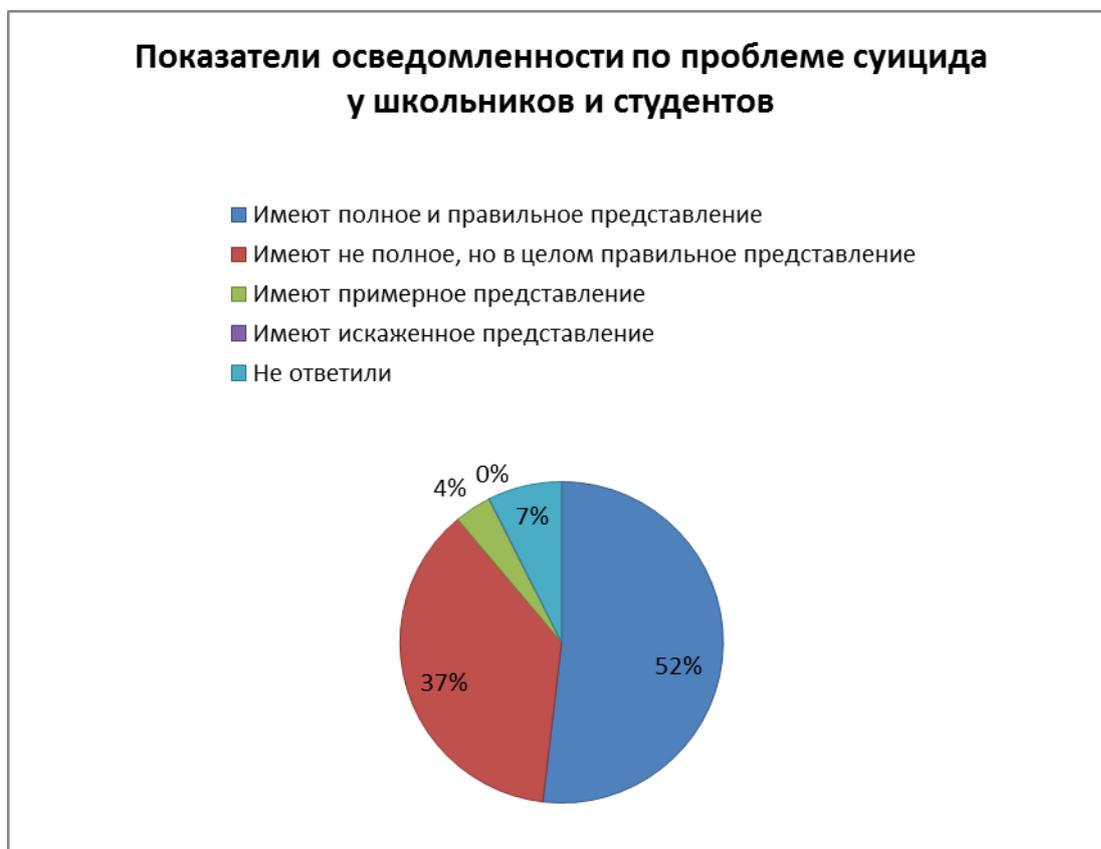
5. Выскажите свое мнение о данной проблеме.

6. Изобразите, пожалуйста, символ жизни и символ смерти, как вы его представляете.

В результате анализа результатов проведенного исследования нам удалось определить:

Отвечая на вопрос: 1. Что вы знаете о суициде?

52 % – имеют полное и правильное представление, 37 % – имеют неполное, но в целом, правильное представление, 4 % – примерное представление, 0 % – искаженное, 4 % – не ответили на поставленный вопрос. Таким образом, 89 % опрошенных знают, что такое суицид, как его совершают, причины, побуждающие к нему и последствия.



В открытом вопросе мы получили разнообразные характеристики суицида а так

же его виды в представлении школьников и студентов:

Суицид – действие при котором человек намеренно расстаётся с жизнью.

Суицид – добровольный уход из жизни.

Суицид – это способ обратить на себя внимание окружающих путем самоубийства.

Суицид – это способ обратить на себя внимание, если не находят понимания.

Суицид – это проблема настоящего времени, которая касается людей разного возраста. Самоубийство может быть спровоцировано, т. е. под влиянием кого-то, или может исходить от самого человека, который решил покончить жизнь самоубийством.

Суицид – это большая проблема молодежи. Это окончание жизни самоубийством.

Суицид – это самоуничтожение, когда человек сам себя убивает, осознанно или нет.

Суицид – это форма психического расстройства, приводящая к самоубийству человека. По цели: для привлечения внимания. Второй вид – свести реальные счета с жизнью.

Суицид – это лишение жизни, как правило, самостоятельное и добровольное.

Суицид – это добровольный уход из этой прекрасной жизни путем самоубийства.

Суицид – это процесс, навязанный слабохарактерным людям.

Суицид возникает, когда человек болен или морально слабеет.

Суицид – это последняя стадия психического расстройства.

Суицид – это выбор слабых людей, последняя стадия отчаяния человека.

Суицид – это когда человек в депрессивном состоянии неадекватно убивает себя.

Суицид – это расстройство личности, психологическое расстройство, при кото-

ром человек пытается покончить жизнь самоубийством.

Суицид – это самовыпил с целью убить себя.

Суицид – это грех!

Суицид – это ощущение человеком в запредельно комфортной зоне, когда человек не может справиться с этим положением.

Суицид – это намеренное лишение самого себя жизни. Один из выходов из тяжелого положения (имеющего материальную, семейную, духовную подоплеку).

Виды (по цели):

- истинные
- скрытые
- демонстративные.

В представлении обучающихся определились следующие виды суицида.

Виды (по месту совершения):

- социальный вызов – суицид произведен на особую аудиторию.

- скрытый – в одиночестве в укромном месте.

Виды (по количеству):

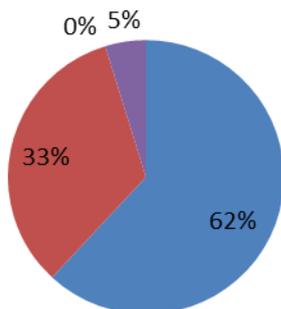
- массовый (более двух человек).
- одиночный.

При анализе второго вопроса: «Назовите возможные причины суицида, укажите особенности в разных возрастных группах?»

Мы определили, насколько широки познания причин, приводящих к гибели. Выявили, что 62 % опрошенных знают от трех до пяти причин, которые способны подтолкнуть человека к самоубийству. 33 % – более осведомлены в данном вопросе. 5 % респондентов не ответили на вопрос.

### Широта познания возможных причин суицида у школьников и студентов

- Возможные причины суицида (из-за чего) Указали 3-5 причин
- Возможные причины суицида (из-за чего) Указали 5-10 причин
- Возможные причины суицида (из-за чего) Указали более 10 причин
- Возможные причины суицида (из-за чего) Не ответили

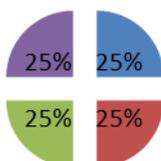


Далее определили основные причины суицидальных намерений в разных возрастных категориях: у детей, у подростков, у взрослых, у пожилых людей.

У детей проблемной зоной является система отношений с родителями, сверстниками, учителями, из-за непонимания ценности и хрупкости жизни – по ошибке.

### Причины суицида в детском возрасте

- От недостатка внимания
- Травля в школе
- Плохие отношения с родителями (оскорбления, применения силы)
- По незнанию, непониманию



У подростков проблемной зоной является система отношений с любимыми, друзьями, родителями, учителями.



У зрелых людей проблемной зоной является система семьи, материального благополучия и профессионального станов-

ления: финансовые затруднения, проблемы в семье, расставание с супругом и проблемы с карьерой.



У пожилых людей проблемной зоной является система физического здоровья, сфера общения, материального благополучия, профессиональной реализации.



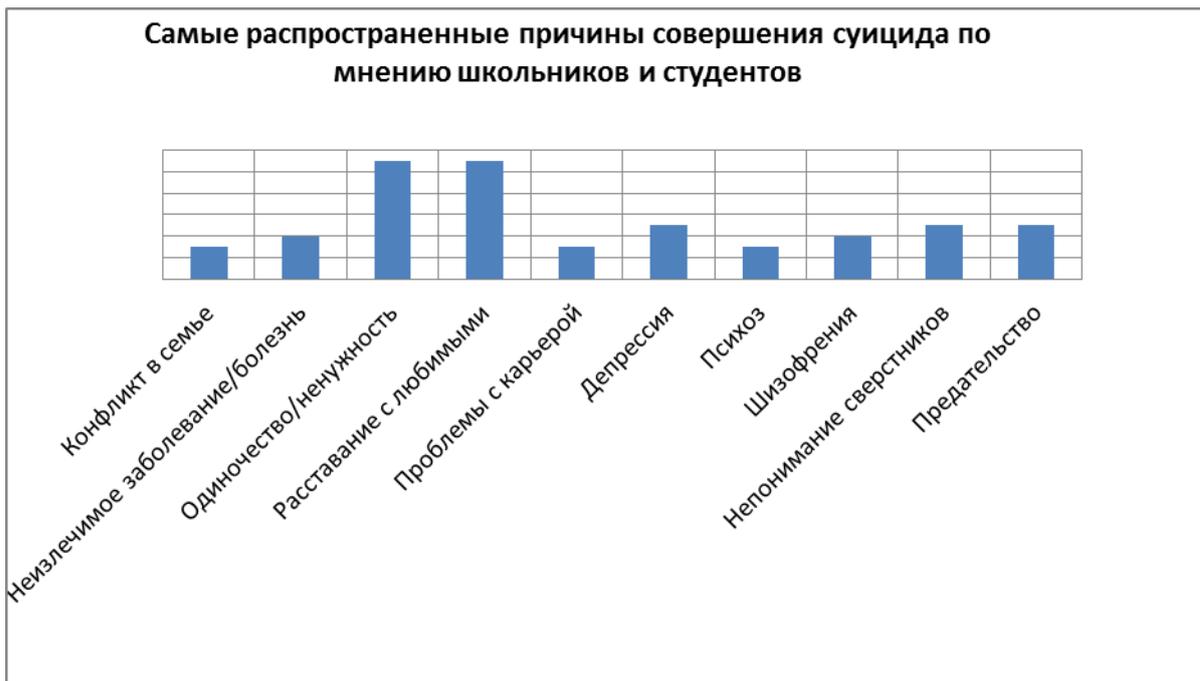
Нам удалось определить причины, влекущие к суицидальному поведению.

- Не получил поддержки
- Недооцененность личности
- Конфликт в семье
- Неизлечимое заболевание/болезнь
- Изнасилование
- Одиночество/ненужность
- Расставание с любимыми
- Проблемы с карьерой
- Ограниченная дееспособность
- Депрессия
- Психоз
- Шизофрения
- непонимание сверстников
- непонимание родителей
- Долги
- Предательство
- Бессмысленная жизнь
- Потеря близкого человека / смерть близких
- Тупик
- Интерес, случайность, страх

- Психологическое воздействие
- Желание избавиться от проблем быстрым путем

- Душевное сиротство
- Физическое сиротство
- Аффективное состояние
- Сделать кому-то назло
- Длительный стресс
- Душевная боль
- Трудный период в жизни
- Ощущение тленности бытия
- Развод родителей
- Душевная травма
- Утрата смысла жизни
- Глубокое чувство вины
- Травля со стороны некоторых людей

Наиболее частой причиной, по мнению обучающихся, являются одиночество, ненужность, расставание с любимыми, депрессия, непонимание сверстников, предательство, заболевание, проблемы с карьерой, конфликты в семье.



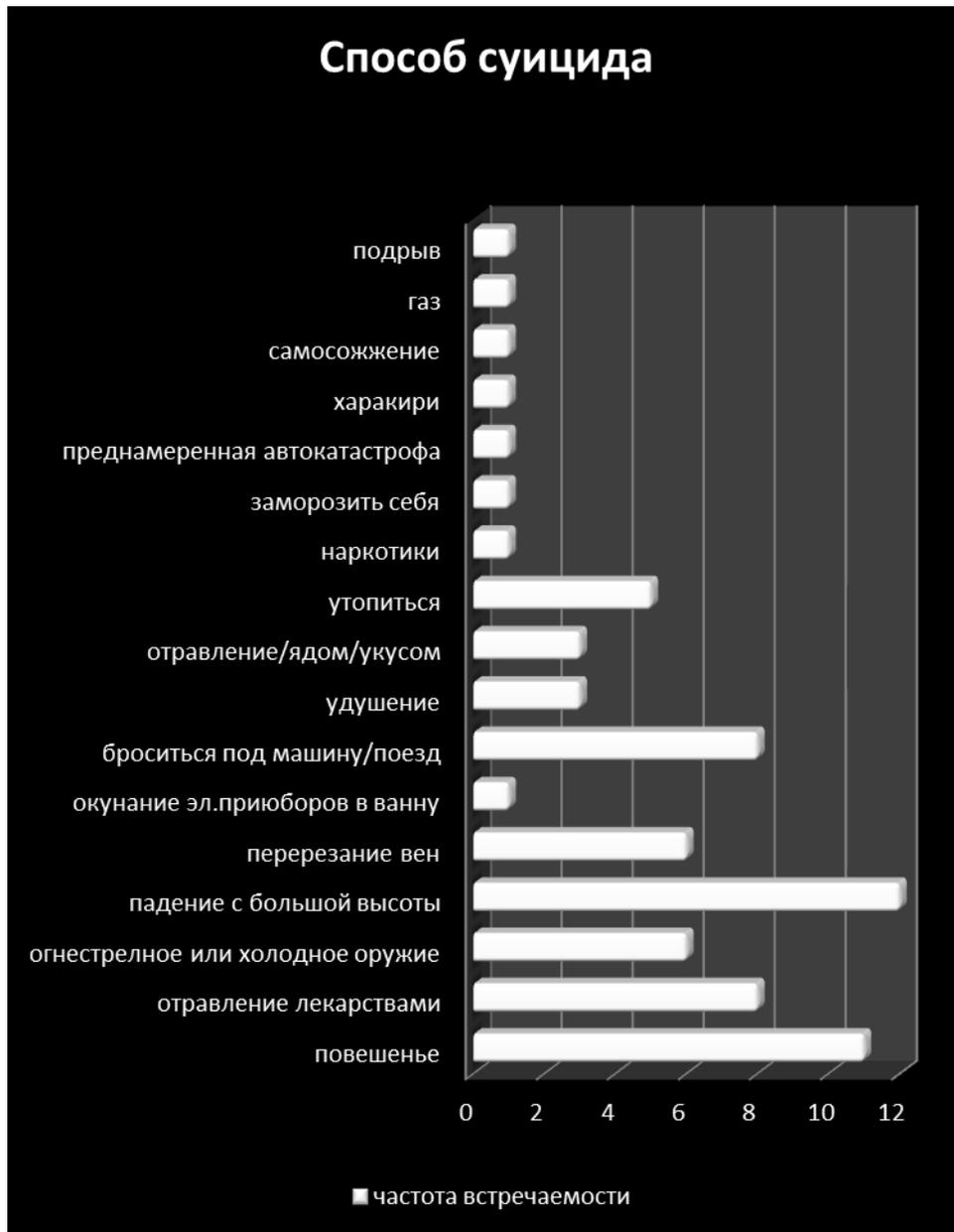
Анализ ответа на третий вопрос: «Какие виды суицида вам знакомы?» позволил определить осведомленность школьников и студентов в данной сфере. 52 % обучающихся имеют достаточное представление о способах уйти из жизни

(называют от 3–5 способов), 24 % имеют богатое представление, 10 % знают очень много способов ухода из жизни и 21 % – не ответили на поставленный вопрос совсем!



Далее, на рисунке представлены основные названные способы суицида и частота их употребления при суицидальном поведении. Основные позиции занимают

падение с большой высоты, повешенье, отравление лекарственными средствами, броситься под машину, вскрытие вен, застрелиться, утопиться.



При ответе на четвертый вопрос анкеты «Какую помощь можно оказать человеку? Как помочь самому себе?», обучаемые поведали возможные способы помощи окружающими при попытке суицида или при суицидальных намерениях:

- Показать человеку его значимость в мире, для вас
- Раскрыть сознание и показать ценность личности
- Не затрагивать болезненные темы
- Сладкое, (питание с эндорфинами радости)

- Запретить пропаганду самоубийств
- Послушать проблему
- Помочь решить проблему
- Сказать, что из любой ситуации есть выход
- Почаще обращать на человека внимание
- Не оставлять наедине с плохими мыслями
- Отвлечь
- Поговорить с человеком
- Позвать на помощь

- Ограничить доступ на сайты, пропагандирующие суицид
- Возможно, бесплатные кружки, секции, курсы
- Водить к врачу
- Показать, как вам человек дорог
- Наблюдать за поведением
- Не обижать человека / почаще хвалить
- Проводить беседы, чтобы отталкивать человека от мыслей о суициде.
- Проводить целые курсы занятий
- Быть аккуратным и деликатным в разговоре, не ругать, не упрекать, а слушать и тактично донести до человека, что есть решение всегда, не все потеряно и есть еще смысл жизни.
- Дружеская поддержка
- Проявить родительскую / дружескую любовь, внимание, заботу
- Быть более внимательными
- Научиться слушать и видеть близких и прочих людей, развивать эмпатию
- Больше общаться, чтобы понять, что что-то не так
- Не осуждать!
- **Помочь ответить на три ключевые вопроса: Кто я? Зачем живу? Зачем умираю? Ответив на них человек, находит смысл жизни и перестает бояться смерти!**
- Вселить веру в себя
- Вселить веру в хорошую жизнь и светлое будущее
- Помочь найти цель в жизни
- Стараться сделать каждого человека счастливым, сделать всех социально равными, уважать друг друга, воспитывать, наблюдаться у врача, разговаривать
- Ввести в школы обучающие программы для учителей и наставников с целью выявления и распознавания учащихся с потенциально суицидальным поведением
- Проводить воспитательные беседы в семье и на собственном примере показывать жизнестойкость и жизнелюбие. На примерах героев ВОВ
- Прививать понимание, что хорошо, что плохо
- Рассказать о религии, где говорится о ценности жизни и грехе при ее лишении
- Поменять окружение
- Протянуть руку помощи

- Показать человеку, что в мире есть намного больше, чем то, что он видит
  - Включить логику вместо эмоций!
  - Помочь финансово.
  - Воздействовать гипнозом (специалист)
  - Помочь найти цель в жизни
  - Не оставлять одного, установить наблюдение, оказывать поддержку
  - Учить противостоять давлению и стрессу
  - Помогать словом
  - Помогать делом
  - Воспитание с детского сада, прививающее ценность жизни
  - Окружить заботой и любовью
  - Показать нужность и ценность человека, его незаменимость для других
  - Сходить в кино, на каток, культурно-развлекательные программы, слушать анекдоты, веселые песни и т. п.
  - Научить людей ценить и любить каждый прожитый день в своей жизни и себя в нем
  - Организовать дополнительные занятия с психологом.
- На первом месте все респонденты отметили «Поговорить с человеком, послушать, не оставлять одного, постараться отвлечь, оказать помощь, обратиться за помощью».
- Возможные способы самопомощи при попытке суицида или при суицидальных намерениях респонденты указали:
- Попробовать отвлечься от мыслей о суициде, заняться спортом, творчеством, работой
  - Поделиться проблемами с близкими людьми
  - Сказать себе, что из любой ситуации есть выход, главное не опускать руки
  - Трезво оценить ситуацию
  - Не уходить в себя
  - Обратиться к специалисту и объяснить, что тревожит
  - Вспомнить и подумать не только о себе, но и тех, кто тебя окружает
  - Успокоиться
  - Поискать в чем проблема и найти ее решение
  - Разговаривать
  - Наблюдаться у врача
  - Обрести цель в жизни

- Обзавестись мечтой
  - Подумать, кому станет лучше, если он себя убьет
  - Научиться ценить и любить жизнь
  - Побольше общаться с друзьями
  - Найти хобби
  - Сменить обстановку
  - Поменьше думать о себе, а о деле и других
  - Пойти в церковь
  - Заняться делом
  - Отстраниться от проблемы и понять, что ее нужно решать постепенно.
  - Научиться ценить жизнь
  - Не торопиться с выводами и тем более поступками, по принципу: «досчитай до 10!»
  - Холодные эмоции...
  - Самому разобраться в проблеме без всех
  - Поговорить с близким или незнакомым человеком.
  - Поплакать
  - Не замыкаться в себе
  - Контроль эмоций
  - Дисциплина ума
  - Не уходить в себя по типу «Здесь и сейчас!»
  - Уметь расслабляться
  - Уметь себя похвалить
  - Не держать в себе дурные мысли.
- Проговаривать самому и с кем-то. Не накапливать негатив.
- Учиться прощать ошибки другим и себе
  - Найти увлечение
  - Завести друзей
  - Завести животное
  - Во взрослом возрасте подумать о создании семьи.
  - «Забить» на все проблемы, жить постепенно их решая.
  - Заняться делом/устроиться на работу
  - Самоанализ с целью обдумывания постепенного выхода из сложившейся ситуации.
  - Попробовать посмотреть на проблему с другой стороны.

- Постараться найти замену своей утрате.
- Успокоиться.
- Вспомнить что-то хорошее, понять, что на этом жизнь не заканчивается!
- Всегда держать в голове мысль: «Проходит все, пройдет и это!»
- Начать искать помощь у окружающих.
- Искать ответ на три ключевых вопроса: Кто я? Зачем живу? Зачем умираю? Ответив на них, человек находит смысл жизни и перестает бояться смерти!
- Поверить в себя
- Допускать себе право на ошибку
- Воспитывать в себе волю к жизни, победе, борьбе. Стойкость к неудачам и проблемам.
- Верить в светлое будущее и правильно его представлять, а так же представлять план пути к нему.
- Начать искать цель в жизни.
- Подумать о том, что в мире есть намного больше, чем то, что он видит.
- Включить логику вместо эмоций!
- Отвлечься делами.
- Чтение добрых книг.
- Сказки.
- Хобби.
- Заняться тем, что нравится.
- Прогулки на свежем воздухе.
- Сделать квартиру светлее.
- Научиться противостоять манипулированию и провокации. Овладеть искусством психологического айкидо.
- Сходить в кино, на каток, культурно-развлекательные программы, слушать анекдоты, веселые песни и т.п.
- Научится ценить и любить каждый прожитый день в своей жизни и себя в нем.
- Подумать о родителях.

На первом месте все респонденты отметили «Поделиться проблемами с близкими людьми».

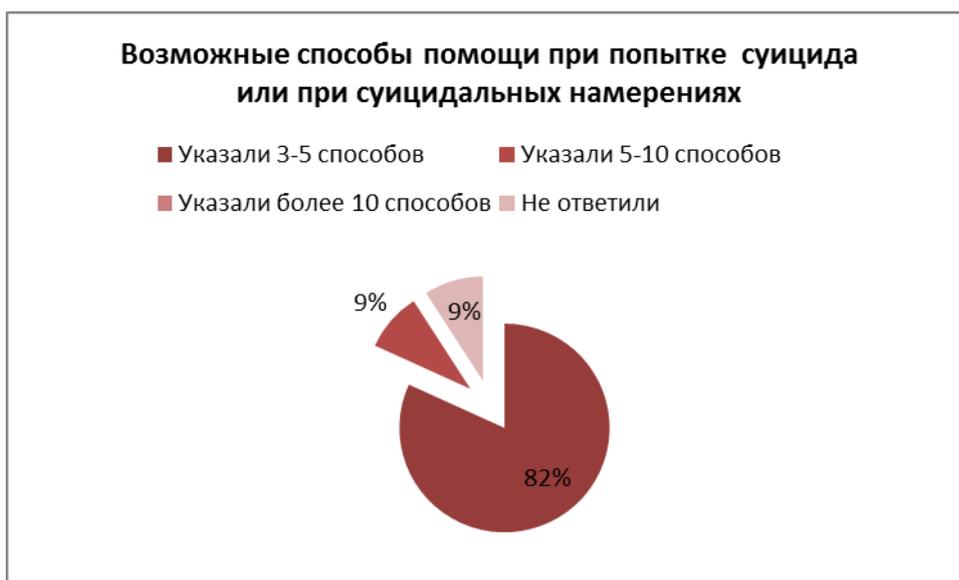
Так же мы установили круг лиц, к которым, по мнению респондентов, необходимо обратиться в трудной жизненной ситуации.



- к психологу советуют 26 %
- к близким – 17 %,
- к друзьям – 17 %
- к психотерапевту обратятся – 14 %
- сами будут решать проблему – 11 %
- позвонят в телефон доверия – 9 %
- к родителям менее всего – 3 %,
- за медикаментозной помощью – 3 %.

Это может говорить о том, что с родными, оказывается, сложнее всего говорить о проблеме.

Раз уже стало понятно, что меньшинство обратятся за помощью к родителям, мы выявили, насколько сами респонденты знакомы со способами оказания помощи.



И были приятно удивлены. 82 % указали правильные и эффективные 3–5 способов оказания поддержки человеку в трудном состоянии.

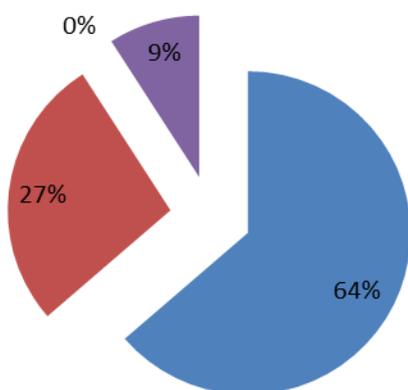
9 % отличились повышенными знаниями и 9 % – особенно хорошо осведомлены о способах оказания помощи суици-

денту. Ни один человек не оставил данный вопрос без внимания, а значит не останется равнодушным в беде.

А вот касательно средств самопомощи картина несколько иная, но, в целом, тоже положительная.

**Возможные средства самопомощи при попытке суицида или при суицидальных намерениях**

■ Указали 3-5 способов      ■ Указали 5-10 способов  
 ■ Указали более 10 способов      ■ Не ответили



64 % знают 3–5 способов «самооживления», 27 % знают это на хорошем уровне (5–10 способов не совершить ошибку, обладают высокой саморегуляцией) и 9 % проигнорировали данный вопрос.

Переходя к 5 вопросу нашей анкеты «Выскажите свое мнение о данной проблеме» мы определили по высказываниям, что у 89 % респондентов сформировано негативное отношение к суициду, как к слабости, греху, отчаянию, нервному истощению, заболеванию. Однако, считаем целесообразным осветить некоторые студенческие заметки:

Русских всячески пытается стереть с лица земли «мировое правительство»! Геноцид, уже ничем неприкрытый, против русского народа набирает свои обороты. Уничтожают алкоголем, табакокурением,

наркотиками, сексуальными развращениями, информационным воздействием. Запрещается русская культура. Мозг молодежи замусоривают псевдоценностями и не дают ответить на вопросы. Эти вопросы, как утверждают наши студенты, самые ключевые в эволюции каждого человека «Кто я?», «Зачем я живу?», «Зачем я умираю?». Ответив на них, у человека раскрывается смысл жизни, и он не боится смерти. Важным аспектом они указывают знание своего прошлого, своих истоков. Примером знакомства с прошлым является недавно опубликованная книга «Вернись к своим истокам» [1]. Автор книги показывает аспекты жизни в прошлом для современного человека. Весь мир знает, что русские – величайшая нация. Они прикладывают максимальные

усилия, чтобы уничтожить культурные ценности, вселить ложные интересы. Их цель создать в голове калейдоскоп, чтобы люди не заметили, что их уничтожают. В итоге мы видим, что молодежь какая-то потерянная, не понимающая, не знающая, кто наши предки, а особенно до Христианской Руси. «Кто не знает своего прошлого, у того нет настоящего!» «Людей, взрошенных в такой псевдокультуре, с животным типом психики, зомби, биороботов становится все больше. Холодная война не закончилась, она перешла на более разрушительный уровень! А образование 21 века не отвечает на 3 ключевые вопроса. Государство не обеспечивает эволюционное развитие людям русским!». Еще Маргарет Тетчер в своем прямом заявлении сказала: «С русских хватит 15000000 человек!» Сколько людей должны по этим меркам уничтожить? И главное для чего и за что?

Проблема формирования сознания на наш взгляд, неразрывно в 21 веке стала перекликаться со средствами воздействия на него. Одним из мощнейших средств влияния оказался Интернет, поэтому мы решили спросить ребят об их отношении к роли интернет сетей в формировании суицидального поведения. На что получили следующие ответы:

30 % обучаемых отметили негативное отношение к Интернет-сетям, пропагандирующим смерть, радеют за блокирование сайтов пропагандирующих суицид.

Высказывались о необходимости избежать опасного влияния Интернета, разработке программ для улучшения эмоционального фона людей 30 %.

Настаивают на том, чтобы на уровне правительства контролировать и ликвидировать вредоносные группировки – 35 %.

Не сталкивались с влиянием суицидальной направленности в сетях Интернет – 35 %.

Встретились и высказывания следующего характера: «Считаю, что Интернет не при чем «Считаю, что Интернет играет роль козла отпущения» – 20 %.

Подросток, попадая в пространство, где его никто не контролирует, начинает чувствовать себя взрослым, независимым,

постепенно отваживается от друзей и родителей, сужая круг общения... сужая свой мир... думая, что нажав на кнопку легко удалит ненужного оппонента, но оказывается на крючке зависимости, которая формируется целенаправленно в игровой, возможно, форме, возможно в форме диалога. Подросток так и попадает в сети... только уже не Интернета, а заинтересованных в этом лиц. Символы смерти: черепа, кости, акты повреждений явно не внесут в сознание ребенка или подростка культуру, мир, непреодолимую тягу к достижению успеха.

Отмечая особенности подросткового возраста, несущих разброс желаний, нечеткое самоопределение, любовные пробы и проблемы, становление дружественных контактов по интересам, одним словом «Война и Мир» в одном сознании, становится тревожным тот факт, что современный несформировавшийся молодой человек находится в нефилтрованном, бесконтрольном информационном пространстве напичканном зловонным пахобным, бескультурным, неграмотно говорящим сленгом, гомосексуальными призывами, как бы невзначай, сценами убийства, насилия, сценами призывающими к суициду...

Нами замечено, что символика «смерти» активно вошла в жизнь современного подростка. Особенно ей пестрит социальная сеть «ВКонтакте». Символика, которая имеет особое влияние на психику, на ее подсознание, несет больше информации и усваивается лучше, чем речь, способна незаметно проникать в подсознание и оттуда незаметно управлять деятельностью, в общем, поведением человека. При негативном воздействии символами, информация, прокрадываясь в подсознание, может, забрать «душу» человека, в результате совершения суицидального акта. Обращаясь к психологии невербального поведения, мы выяснили, что зрительные стимулы лучше усваиваются в памяти, чем звуковые.

Детей и подростков постепенно (в аватарах, в компьютерных играх, в сленге) приучают к присутствию смерти, им начинает казаться, что это норма. Стира-

ется четкость понимания, что жизнь – одна! В результате молодежь не видит четкой грани между жизнью и смертью, могут ею пренебречь невзначай, не понимают уникальности жизни. Сегодня, в сетях смерть детям навязывают, как ненужный кредит в банке.

Обращаясь к шестому разделу нашего исследования, где задание было следующим: «Изобразите, пожалуйста, символ жизни и символ смерти, как вы его представляете», мы установили, что символы смерти изобразить смогли не многие – 15 %.

Среди них:

- Крест.
- Зачеркнутый череп.
- Висельник.
- 



Символ жизни изобразили 80 % опрошенных.

С символами жизни ассоциируются следующие картины:

Градация представлена по частоте встречаемости:

- Семья (семья, держащаяся за руки на природе)
- Солнце
- Лист растения
- Сердце
- Цветок в круге
- Раскрытая книга
- Энергия
- Аист с ребенком
- Ученый кот с книгой
- Ромб
- Дерево
- Веточка
- Зеленый куст, растущий из земли
- Бабочка
- Солнце в окне
- ЗНАК «@»
- Перст Христа со словами «Мир всем»
- Солнце со словами «Без Солнца не было бы жизни в вечной темноте...»

Подводя итог исследованию представлений школьников и студентов о причинах возникновения суицидальных состояний, возможных способах их профилактики и оказания помощи потенциальной жертве,

мы установили, что 89 % опрошенных школьников и подростков знают, что такое суицид, как его совершают, причины, побуждающие к нему и последствия.

Мы определили хорошие познания в причинах, приводящих к гибели, у 95 % опрошенных. Они знают причины, которые способны подтолкнуть человека к самоубийству. Выявили проблемные зоны в различных возрастных категориях, по мнению опрошенных. У детей проблемной зоной является система отношений: с родителями, сверстниками, учителями, из-за непонимания ценности и хрупкости жизни – по ошибке. У подростков проблемной зоной является система отношений с любимыми, друзьями, родителями, учителями. У зрелых людей проблемной зоной является система семьи, материального благополучия и профессионального становления: финансовые затруднения, проблемы в семье, расставание с супругом и проблемы с карьерой. У пожилых людей проблемной зоной является система физического здоровья, сфера общения, материального благополучия, профессиональной реализации.

Определили, наиболее частые причины гибели от суицида: одиночество, ненужность, расставание с любимыми, депрессия, непонимание сверстников, предательство, заболевание, проблемы с карьерой, конфликты в семье.

86 % обучающихся имеют представление о способах самостоятельного ухода из жизни. Среди основных, названных способов суицида и частота их употребления, основные позиции занимают: падение с большой высоты, повешенье, отравление лекарственными средствами, бросок под машину, вскрытие вен, утопление, применение огнестрельного оружия. Мы были приятно удивлены, что 82 % опрошенных указали правильные и эффективные способы оказания поддержки человеку в трудном состоянии. Ни один человек не оставил данный вопрос без внимания, а значит не останется равнодушным в беде. Самым важным средством самопомощи на первом месте все респонденты отметили «Поделиться проблемами с близкими

людьми». Остальные представлены в тексте статьи выше.

Так же, мы установили круг лиц, к которым, по мнению респондентов, необходимо обратиться в трудной жизненной ситуации: к психологу советуют обратиться – 26 %; к близким – 17 %, так же к друзьям – 17 %; к психотерапевту обратятся – 14 %; сами будут решать проблему – 11 %; позвонят в телефон доверия – 9 %; к родителям менее всего – 3 %, так же как и за медикаментозной помощью – 3 %.

Это может говорить о том, что с родными, оказывается, сложнее всего говорить о проблеме. На что, кстати, делают упор, обрабатывая жертву в Интернет-сетях посредством ослабления и прерывания контактов с родными и друзьями. Создавая одинокий вакуум, который заполняется депрессивным настроением, никчемностью и бесцельностью существования. При опросе, мнения, относительно влияния интернет сетей разделились на прямо противоположные.

Рассмотрев символику смерти, выявили символы: Крест, зачеркнутый череп, висельник, символ:

Символ жизни изобразили 80 % опрошенных. С символами жизни ассоциируются следующие картины: семья (семья, держащаяся за руки на природе); лист растения; сердце, цветок в круге, раскрытая книга, энергия, аист с ребенком, ученый кот с книгой, ромб, дерево, веточка, зеленый куст, растущий из земли, бабочка, солнце в окне, ЗНАК «@», Перст Христа со словами «Мир всем», Солнце со словами «Без Солнца не было бы жизни в вечной темноте...»

При использовании Интернет-сетей все же советуем быть бдительнее всем: и детям, и взрослым обращать внимание на то, что вам преподносят, возможно, под красиво и аккуратно упакованным сайтом лежит завуалированная бомба медленного действия для вас ли ваших близких. Не трогайте «неизвестные» предметы – говорите в инструкции по борьбе с терроризмом, остается добавить: не трогайте информацию от неизвестного вам источника. Будьте бдительны! А уж если вы «наступили», то важно выработать техни-

ку психологического айкидо при интеллектуальном нападении, которая не даст вам стать жертвой преступников.

Психологическое айкидо при внушении суицидальных намерений должна сопровождаться комплексной системой воспитания, развития, правильного питания, ЗОЖ, культуры отдыха, культуры поведения, культуры семьи, самовоспитания, религии и т. д. Затрагивающей все сферы жизни человека, делающего из него не тряпичную куклу, а закаленную стойкую, смелую, готовую к препятствиям и борьбе жизнелюбивую, толерантную личность, способную стойко переносить невзгоды, трудности, неудачи, без которых, к сожалению, жизнь не представляется возможной и готовой дать отпор, отказать, не идти на поводу у других, если считает это неприемлемым для себя.

#### Библиографический список

1. Вернись к своим истокам : очерки краеведа Ивана Ивановича Клохтунова : монография / авторы-составители Д. В. Ефимова, И. Н. Иноземцев. – Пенза : Научно-издательский центр «Социосфера», 2017. – 312 с.
2. Ефимова Д. В. Макаров Ю. А. Национальная культура в школе и профилактика экстремизма. Начальная школа плюс. До и После: Научно-методический и психолого-педагогический журнал. – № 1. – М., 2005. – С. 36–39.
3. Ефимова Д. В. Белолипецкий В. В. Профилактика суицидальной аутоинтолерантности в подростковой среде. The culture of tolerance in the context of globalization: methodology of research, reality and prospect: materials of the international scientific conference on May 13–14, 2014. – Prague: Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ». – P. 204–209.
4. Ефимова Д. В. Суицидальное поведение подростка как следствие аномального формирования аутоинтолерантности в структуре его субъектности. XXI век: итоги прошлого и проблемы настоящего плюс: Периодическое научное издание. – Пенза : Изд-во Пенз. гос. технол. ун-та, 2014. – № 2 (18). – Т. 2. – С. 49–52.
5. Ефимова Д. В. Быть или не быть: вот в чем вопрос? (СУИЦИД: история, диагностика, профилактика, лечение): монография. LAP LAMBERT Academic Publishing. Saarbrücken, Deutschland. – 2014. – 192 p. [http:// dnb.d-nb.de ISBN:978-3-659-48243-4](http://dnb.d-nb.de/ISBN:978-3-659-48243-4).

#### Bibliograficheski spisok

1. Vernis' k svojim istokam : ocherki kraevedy Ivana Ivanovicha Klohtunova : monografija / avtory-



- sostaviteli D. V. Efimova, I. N. Inozemcev. – Penza : Nauchno-izdatel'skij centr «Sociosfera», 2017. – 312 s.
2. Efimova D. V. Makarov Ju. A. Nacional'naja kul'tura v shkole i profilaktika jekstremizma. Nachal'naja shkola pljus. Do i Posle: Nauchno-metodicheskij i psihologo-pedagogicheskij zhurnal. – № 1. – M., 2005. – S. 36–39.
  3. Efimova D. V. Belolipeckij V. V. Profilaktika suicidal'noj autointolerantnosti v podrostkovej srede. The culture of tolerance in the context of globalization: methodology of research, reality and prospect: materials of the international scientific conference on May 13-14, 2014. – Prague: Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ». – P. 204–209.
  4. Efimova D. V. Suicidal'noe povedenie podrootka kak posledstvie anomal'nogo formirovanija auto-intolerantnosti v strukture ego sub#ektnosti. XXI vek: itogi proshlogo i problemy nastojashhego pljus: Periodicheskoe nauchnoe izdanie. – Penza : Izd-vo Penz. gos. tehnol. un-ta, 2014. – № 2 (18). – T. 2. – S. 49–52.
  5. Efimova D. V. Byt' ili ne byt': vot v chem vopros? (SUICID: istorija, diagnostika, profilaktika, lechenie): monografija. LAP LAMBERT Academic Publishing. Saarbrucken, Deutschland. – 2014. – 192 r. [http:// dnb.d-nb.de](http://dnb.d-nb.de) ISBN:978-3-659-48243-4.

© *Ефимова Д. В., 2018.*

УДК 159.922.7

## РОЛЬ ПОНИМАНИЯ ЭМОЦИЙ И МОДЕЛИ ПСИХИЧЕСКОГО В РАЗВИТИИ ПРОСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ В ГРУППЕ СВЕРСТНИКОВ

И. О. Карелина

Кандидат педагогических наук, доцент,  
ORCID 0000-0003-2452-0054,  
e-mail: karelinainessa2017@gmail.com,  
г. Рыбинск, Россия

## THE ROLE OF EMOTION UNDERSTANDING AND THEORY OF MIND IN THE DEVELOPMENT OF PRESCHOOLERS' PROSOCIAL BEHAVIOR IN THE PEER GROUP

I. O. Karelina

Candidate of Pedagogical Sciences,  
assistant professor,  
ORCID 0000-0003-2452-0054,  
e-mail: karelinainessa2017@gmail.com,  
Rybinsk, Russia

---

**Abstract.** The issue of development of preschoolers' prosocial behavior toward peers is discussed. Children's theory of mind and emotion understanding are considered as predictors of children's prosocial behavior. The data of foreign empirical studies on the relations of preschoolers' social cognitive abilities and their prosocial responses are presented. In the conclusion of this article the methods and devices which may promote developing of children's emotional and perceptual ability are indicated.

**Keywords:** prosocial behavior; emotion understanding; theory of mind.

---

Первостепенное значение для повышения качества взаимодействия детей со сверстниками, их социально-психологического статуса в детской группе и поддержания позитивных взаимоотношений с другими имеет *просоциальное поведение* – «добровольное поведение, направленное на пользу другого» [4, р. 646], которое возникает на втором году жизни и с возрастом изменяется в плане частоты и сложности.

Различные аспекты просоциального поведения детей являются предметом исследования зарубежных ученых [2–5]. Так, Н. Эйзенберг, К. А. Данфилд и другие исследователи выделяют три разновидности просоциального поведения: *помощь, разделение, утешение*. Эти ориентированные на других просоциальные действия отражают реакции ребенка на три различные негативные психические состояния другого человека: его инструментальную потребность (трудности с достижением цели), неудовлетворенное материальное желание вследствие отсут-

ствия доступа к определенному ресурсу, эмоциональный дистресс. Соответственно, оказание ребенком помощи окружающим его взрослым и сверстникам в преодолении каждого из этих негативных состояний требует реализации различных типов просоциального поведения: помощи другому в получении находящегося вне досягаемости объекта, разделения (совместное использование ограниченного ресурса) или утешения посредством вербальной или физической поддержки.

Указанные разновидности просоциального поведения основываются на различных социально-когнитивных оценках ребенком целей, желаний и эмоций другого человека, поэтому в рамках данной статьи мы раскроем *роль социально-когнитивных способностей в развитии просоциального поведения детей*.

Напомним, что *понимание эмоций* – знание наименований эмоций, распознавание лицевой экспрессии, понимание причин возникновения эмоций (S. A. Denham, 1986) и *модель психического* как способность объяснять и прогнози-

ровать психические состояния и последствия поведения других людей, приписывая себе и другим желания, убеждения и эмоции (Н. М. Wellman et al., 2001), интенсивно развиваются в период дошкольного детства [4; 5].

С точки зрения М. Хоффмана, решающее значение для развития у детей младшего возраста способности дифференцировать собственный и чужой дистресс и точно понимать эмоциональные реакции других имеет улучшение принятия перспективы других людей, поскольку эти навыки могут быть задействованы в распознавании потребностей окружающих и пробуждении аффективной мотивации для просоциального действия [5].

В экспериментальном исследовании С. Денхэм также был получен вывод о том, что восприятие детьми 2–3 лет позиции другого человека (принятие когнитивной перспективы) значительно связано с пониманием эмоций других людей, то есть с принятием эмоциональной перспективы. В свою очередь принятие эмоциональной перспективы связано с просоциальными реакциями помощи в ответ на страдания другого ребенка или взрослого в условиях экспериментальной ситуации, а также с просоциальными реакциями детей на эмоциональные проявления сверстников в условиях свободной игры (разделение положительных эмоций, умение поделиться, оказание помощи, проявление заботы и др.) [2].

В возрасте 3–5 лет, как было установлено К. Р. Кэссиди (К. W. Cassidy et al., 2003), понимание детьми психических состояний и эмоций положительно связано с учительскими рейтингами социальных навыков дошкольников, с наблюдаемым просоциальным поведением детей в классе (сотрудничество, помощь и разделение) и их популярностью среди сверстников.

Доказательства взаимосвязи социально-когнитивных переменных и просоциального поведения дошкольников были получены и в исследовании Н. Эйзенберг с коллегами [4]: понимание эмоций детьми 3,5 лет положительно связано с их просоциальной ориентацией (эмпатия,

симпатия и просоциальное поведение) одновременно и спустя год, а развитие модели психического в 4,5 года – с просоциальной ориентацией детей (одновременно и в 6 лет). И наоборот: развитие просоциальной ориентации в 3,5 года обуславливает развитие модели психического в 4,5 года, а просоциальная ориентация ребенка 4,5 лет положительно связана с пониманием им эмоций в возрасте 6 лет.

Полученные данные можно интерпретировать следующим образом: с одной стороны, дошкольники по мере осознания мыслей, убеждений и намерений других людей становятся более способны предсказать их эмоциональные реакции, действия и изменить собственные мысли, убеждения и намерения для оптимизации социального взаимодействия. С другой стороны, позитивные контакты со сверстниками позволяют дошкольникам приобрести опыт понимания собственных и чужих эмоций, а также психических состояний, определяющих поведение других детей.

Следовательно, просоциальное поведение предполагает не только наличие мотивации к оказанию помощи, но и требует умения принять эмоциональную и когнитивную перспективу другого человека. Это означает, что *понимание эмоций и модель психического как уровни обработки социальной и эмоциональной информации обеспечивают более глубокое понимание эмоциональных состояний окружающих и гибкость в выборе просоциальных реакций*. Приобретенный с возрастом опыт взаимодействия со сверстниками также способствует повышению социально-когнитивных навыков дошкольников.

Таким образом, способность воспринимать и понимать эмоциональные состояния имеет решающее значение для формирования просоциального поведения дошкольников по отношению к другим детям.

Практическая значимость этого вывода заключается в необходимости реализации в образовательном процессе дошкольных образовательных организаций следующих *методов и приемов развития эмоционально-перцептивной способности детей*, которая формируется в процессе

взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками и обеспечивает возможность адекватного восприятия и понимания их эмоциональных состояний [1]:

– *наглядных методов и приемов* (рассматривание наглядных пособий, в качестве которых выступают пиктограммы, фотографии лиц детей и взрослых с различными эмоциональными выражениями, иллюстрации к сказкам, рассказам, стихотворениям, отражающие различные способы внешнего выражения людьми эмоций, и пр.; просмотр мультфильмов и спектаклей; показ мимикой эмоциональных состояний и другие методические приемы);

– *словесных методов и приемов* (беседы об эмоциях, о выразительности и образности в произведениях искусства; чтение произведений художественной литературы, воплощающих в ярких образах диапазон эмоциональных переживаний человека; рассказ педагога и рассказы детей, отражающие их эмоциональный опыт; вопросы, побуждающие детей к сопереживанию и оценке воспринимаемых эмоциональных состояний сверстников с позиции морального выбора; прогнозирование социальных ситуаций, в которых может возникнуть то или иное эмоциональное состояние человека, и другие словесные приемы);

– *игровых* (настольно-печатные дидактические игры для развития у дошкольников понимания эмоций взрослых и сверстников; оживление воспринимаемого персонажа в определенном эмоциональном состоянии) и *практических методов и приемов* (моделирование эмоций, то есть экстериоризация эмоциональных состояний человека символическими средствами, такими как зарисовки, схемы, цветоизображения, проволочные и картонажные фигурки; упражнения на воспроизведение эмоций с помощью невербальных средств; упражнения на распознавание эмоциональных состояний, например подбор эталона эмоции (пиктограммы, фотографии и др.) к настроению сверстника; упражнения на развитие словаря эмоций, включающие придумывание и

аргументацию названия к картинке с изображением эмоциональной ситуации, и т. п.; имитирование эмоций изображенного человека; графические зарисовки).

#### Библиографический список

1. Карелина И. О. Развитие эмоциональной сферы детей в дошкольной образовательной организации : избранные научные статьи. – Прага : Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2017. – С. 35–40. DOI: 10.24045/book.2017.3.
2. Denham S. Social Cognition, Prosocial Behavior, and Emotion in Preschoolers: Contextual Validation // Child Development. – 1986. – 57 (1). – P. 194–201. DOI: 10.2307/1130651.
3. Dunfield K. A. A construct divided: prosocial behavior as helping, sharing, and comforting subtypes // Frontiers in Psychology. – 2014. – 5: 958. DOI: 10.3389/fpsyg.2014.00958.
4. Eggum N. D. et al. Emotion understanding, theory of mind, and prosocial orientation: Relations over time in early childhood // The Journal of Positive Psychology. – 2011. – 6 (1). – P. 4–16. DOI: 10.1080/17439760.2010.536776.
5. Eisenberg N., Fabes R. A., Spinrad T. L. Prosocial development // Handbook of child psychology. Vol. 3. Social, emotional, and personality development / Ed. W. Damon et al. – 6th ed. – New York : Wiley, 2006. – P. 646–718.

#### Bibliografickij spisok

1. Karelina I. O. Razvitie jemocional'noj sfery detej v doskol'noj obrazovatel'noj organizacii : izbrannye nauchnye stat'i. – Praga : Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2017. – S. 35–40. DOI: 10.24045/book.2017.3.
2. Denham S. Social Cognition, Prosocial Behavior, and Emotion in Pre-schoolers: Contextual Validation // Child Development. – 1986. – 57 (1). – R. 194–201. DOI: 10.2307/1130651.
3. Dunfield K. A. A construct divided: prosocial behavior as helping, sharing, and comforting subtypes // Frontiers in Psychology. – 2014. – 5: 958. DOI: 10.3389/fpsyg.2014.00958.
4. Eggum N. D. et al. Emotion understanding, theory of mind, and prosocial orientation: Relations over time in early childhood // The Journal of Positive Psychology. – 2011. – 6 (1). – P. 4–16. DOI: 10.1080/17439760.2010.536776.
5. Eisenberg N., Fabes R. A., Spinrad T. L. Prosocial development // Handbook of child psychology. Vol. 3. Social, emotional, and personality development / Ed. W. Damon et al. – 6th ed. – New York : Wiley, 2006. – R. 646–718.

© Карелина И. О., 2018.

**RECENZE**

УДК 159.922.7

**РЕЦЕНЗИЯ НА УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ И. О. КАРЕЛИНОЙ  
«ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ СФЕРА ДЕТЕЙ:  
ВОЗРАСТНЫЕ И ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ, ДИАГНОСТИКА,  
РАЗВИТИЕ В СОВМЕСТНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
С ПЕДАГОГОМ»**

**И. Г. Дорошина**

*Кандидат психологических наук, доцент,  
генеральный директор,  
ORCID 000-0003-1914-4832,  
e-mail: sociosphere@yandex.ru,  
НИЦ «Социосфера»,  
г. Пенза, Россия*

**A REVIEW OF THE TUTORIAL BY I. O. KARELINA  
“CHILDREN’S EMOTIONAL SPHERE:  
AGE-RELATED AND INDIVIDUAL PECULIARITIES, DIAGNOSTICS,  
ITS DEVELOPMENT IN JOINT EDUCATIONAL ACTIVITY WITH EDUCATOR”**

**I. G. Doroshina**

*Candidate of Psychological Sciences,  
assistant professor ,  
ORCID 000-0003-1914-4832,  
e-mail: sociosphere@yandex.ru,  
General Director,  
SPC “Sociosphere”,  
Penza, Russia*

---

**Abstract.** The analysis of the content of the tutorial by I. O. Karelina devoted to the development of a child’s emotional sphere in a period of early and preschool childhood is presented. In the tutorial, an approach to the consideration of the emotional sphere as an object of psychological study and pedagogical impact is realized. The author pays attention to the psychological aspects of emotional development, such as the age-related and individual peculiarities of emotions and feelings development, the methods and experimental techniques of psychological and pedagogical diagnostics of children’s emotional development as well as the pedagogical aspects (the software for development of children’s emotional sphere in the preschool educational organization, the forms of arranging of joint educational activity between educator and children, etc.).

**Keywords:** emotional sphere; emotional development; toddlers; preschoolers; diagnostics.

---

Учебное пособие кандидата педагогических наук, доцента Карелиной И. О. посвящено психологическим и педагогическим аспектам развития эмоциональной сферы детей раннего и дошкольного возраста и является итогом 10-летнего опыта преподавания курса по выбору «Проблемы эмоционального развития ребенка в дошкольном возрасте» студентам педагогического вуза, воспитателям и педаго-

гам-психологам дошкольных образовательных организаций.

Отличием рецензируемой учебной книги от уже существующих в данной области учебных пособий является подход к рассмотрению эмоциональной сферы не только как объекта психологического изучения, но и как объекта педагогического воздействия.

Это находит отражение в структуре учебного пособия, где в первой главе представлены возрастные и индивидуальные характеристики эмоциональной сферы детей, а во второй и третьей главах раскрывается подход к развитию эмоциональной сферы детей в современном дошкольном образовании: программное обеспечение эмоционального развития детей в дошкольной образовательной организации (на материале анализа современных комплексных образовательных программ дошкольного образования и парциальных программ развития эмоциональной сферы детей), а также методические рекомендации, варианты решения педагогических задач и формы организации совместной образовательной деятельности воспитателя с детьми разных возрастных групп по развитию у них социальных эмоций и навыков адекватного эмоционального реагирования.

К основному тексту учебного пособия оформлены 2 приложения. В первом приложении достаточно подробно раскрыты методические рекомендации к организации семинарских занятий, посвященных обсуждению проблемы эмоционального неблагополучия дошкольника и создания условий обеспечения эмоционального благополучия ребенка в дошкольной образовательной организации, предложен перечень педагогических задач и педагогических ситуаций для анализа особенностей эмоционального поведения и вариантов проявления ситуативного эмоционального дискомфорта детей в семье и в детском саду.

Особый интерес представляет материал второго приложения – составленный и апробированный в практике работы И. О. Карелиной банк методов и экспериментальных методик психолого-педагогической диагностики эмоционального развития детей раннего и дошкольного возраста. Автор опирается на деятельностный подход к психодиагностической деятельности, где основными показателями эмоционального развития выступают ситуативные и внеситуативные особенности эмоциональной регуляции, наличие и особенности функционирова-

ния на каждом возрастном этапе эмоциональных механизмов, а также на поведенческий подход, где в качестве основной характеристики эмоциональной сферы рассматриваются особенности ситуативного реагирования субъекта в различных эмоциональных ситуациях.

Четко дифференцированы диагностические процедуры, которые проводятся педагогом-психологом дошкольной образовательной организации (в основном беседы и экспериментальные методики) и воспитателем (наблюдение, естественный эксперимент, различные анкеты и опросники для педагогов и родителей и др.). При описании каждой процедуры диагностики выделены ее цель, возрастная направленность, проведение исследования (единицы наблюдения, вопросы к беседе, содержание диагностических ситуаций); критерии анализа полученных данных и уровневая дифференциация исследуемых показателей эмоционального развития; представлены формы протоколов.

Обратим внимание, что более половины указанных в приложении методов и экспериментальных методик психолого-педагогической диагностики эмоционального развития детей составляют авторские методы и методики диагностики (наблюдение и оценка эмоциональной ориентации ребенка на сверстника, экспериментальная методика «Дневник настроений», метод экспертных оценок проявлений эмоционального неблагополучия ребенка, опросники и анкеты для родителей и воспитателей), а также средства диагностики, модифицированные автором в плане обработки данных (наблюдение «Оценка эмоциональных проявлений ребенка в детской группе», беседа на осознание детьми собственных эмоциональных состояний, беседа «Эмоциональное самочувствие ребенка в семье и детском саду», экспериментальная методика «Изучение социальных эмоций»).

Материал учебного пособия хорошо структурирован, логично изложен в соответствии с требованиями научного стиля речи, содержит контрольные вопросы и задания, задания для самостоятельной работы, отличается четкостью используемой

терминологии. И в этом плане хотелось бы обратить внимание на составленный автором словарь терминов, включающий более 50 понятий, которые обозначают эмоциональные явления, эмоциональные новообразования, механизмы эмоциональной регуляции, а также процессы, состояния, отношения и формы эмоционального реагирования, представляющие собой различные аспекты эмоциональной сферы как сложного и многокомпонентного образования.

Считаем возможным дать высокую оценку научно-теоретической и практической значимости рецензируемого учебного издания и рекомендовать учебное пособие И. О. Карелиной «Эмоциональная сфера детей: возрастные и индивидуальные особенности, диагностика, развитие в совместной образовательной деятельности с педагогом» к опубликованию и ис-

пользованию в образовательном процессе педагогического вуза, а также в практике работы педагогов и психологов дошкольных образовательных организаций.

#### Библиографический список

1. Карелина И. О. Эмоциональная сфера детей: возрастные и индивидуальные особенности, диагностика, развитие в совместной образовательной деятельности с педагогом : учебное пособие. – Прага : Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2018. – 195 с.

#### Bibliograficheskiy spisok

1. Karelina I. O. Jemocional'naja sfera detej: vozrastnye i individual'nye osobennosti, diagnostika, razvitie v sovmestnoj obrazovatel'noj dejatel'nosti s pedagogom : uchebnoe posobie. – Praga : Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2018. – 195 s.

© Дорошина И. Г., 2018.

УДК 159.922.7

**РЕЦЕНЗИЯ НА МОНОГРАФИЮ И. О. КАРЕЛИНОЙ  
«РАЗВИТИЕ ПОНИМАНИЯ ЭМОЦИЙ  
В ПЕРИОД ДОШКОЛЬНОГО ДЕТСТВА: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ РАКУРС»**

**В. М. Минияров**

*Доктор педагогических наук, профессор,  
Самарский государственный  
социально-педагогический университет,  
г. Самара, Россия*

**A REVIEW OF THE MONOGRAPH BY I. O. KARELINA  
“THE DEVELOPMENT OF EMOTION UNDERSTANDING AT  
THE PRESCHOOL CHILDHOOD: A PSYCHOLOGICAL PERSPECTIVE”**

**V. M. Miniyarov**

*Doctor of Pedagogical Sciences, professor,  
Samara State University  
of Social Sciences and Education,  
Samara, Russia*

---

**Abstract.** In the review, an analysis of the monograph by I. O. Karelina “The development of emotion understanding at the preschool childhood: a psychological perspective” is presented. The author of the book relies on the results of his own empirical researches as well as the results of foreign and native psychological studies, and discloses of developmental peculiarities at preschoolers of understanding key external aspects of emotions, understanding the various mental aspects of emotions and impact of reflection on emotions. In the conclusion of the monograph the debatable aspects of the problem of emotion understanding by children are elucidated by author.

**Keywords:** emotion understanding; preschool childhood; psychological research.

---

Рецензируемая монография посвящена актуальной и малоисследованной в отечественной психологической науке проблеме понимания детьми эмоций и отражает теоретические и экспериментальные разработки в этой области психологии эмоций. Актуальность данной проблемы не нуждается в расширенном обосновании: достаточно вспомнить высказывание академика РАО Алексея Александровича Бодалева: «С умением лучше или хуже видеть и дифференцировать особенности экспрессии человека прямо связано формирование способности личности психологически адекватно взаимодействовать с другими людьми...».

Центральным понятием, анализируемым в монографии, является понимание эмоций, которое рассматривается как компонент эмоциональной компетентности и эмоционального интеллекта и определяется как способность распознавать, словесно обозначать собственные эмоции и эмоциональные состояния других людей, связывать их с соответствующими

ситуациями, понимать причины возникновения эмоций.

Книга состоит из 5 глав, охватывающих различные психологические аспекты проблемы понимания детьми эмоций, введения, в котором раскрыты актуальность монографического исследования, особенности содержания и построения произведения, и заключения, где представлена динамика развития понимания эмоций в период с 3 до 7 лет и сформулированы направления дальнейших психологических и педагогических исследований в рассматриваемой области. Монография дополнена приложением, где представлен банк средств диагностики понимания эмоций детьми дошкольного возраста (экспериментальные методики, беседы, опросники, анкеты, наблюдение).

Автор предпринимает весьма своевременную и удачную, на наш взгляд, попытку обобщить и проанализировать результаты отечественных и зарубежных психологических исследований различных аспектов понимания детьми эмоций (на

примере детей дошкольного возраста) за более чем 30-летний период, опираясь в этом на первоисточники: диссертации, авторефераты диссертаций, учебные пособия, научные статьи.

Владение навыками перевода англоязычной научной литературы позволяет автору проанализировать основные достижения в рассматриваемой области психологии эмоций за рубежом и широко цитировать научные труды Пола Харриса, Сюзанны Денхэм, Кэролин Саарни, Сандры Босацки, Нэнси Эйзенберг и других известных ученых, областью научных исследований которых является понимание детьми эмоций и их эмоциональная осведомленность (библиографический список включает более 60 зарубежных источников). Также отдается должное уважение и достижениям отечественных ученых, в частности раскрывается вклад А. М. Щетининой (1984), Ю. А. Свенцицкой (1992), Е. М. Листик (2003), О. А. Прусаковой (2005) и других исследователей в изучение особенностей восприятия и понимания дошкольниками эмоционального состояния человека по выражению лица.

Безусловно, достижение полноты охвата изучаемой проблемы вряд ли было бы возможным без включения в содержание монографии анализа результатов собственных экспериментальных исследований когнитивного компонента эмоциональной сферы детей, проведенных И. О. Карелиной в период с 2003 по 2015 гг. Опираясь на богатый эмпирический материал, автор иллюстрирует основные теоретические положения монографии примерами высказываний дошкольников, которые позволяют составить представление о степени адекватности и глубины понимания собственных эмоциональных состояний и эмоций других людей детьми разного возраста, выявить типичные особенности понимания детьми эмоций и имеющиеся у дошкольников трудности в этом процессе, а также увидеть, какой смысл дети вкладывают в различные слова, обозначающие эмоции, такие как «радость», «грусть», «злость» и др.

Следует достаточно высоко оценить аналитическую культуру автора: содержательность и глубину освещения различных аспектов рассматриваемой проблемы, в том числе дискуссионных аспектов проблемы понимания детьми эмоций, умение сопоставить различные взгляды отечественных и зарубежных исследователей, сформулировать свою позицию и, по возможности, подтвердить теоретические положения данными собственных эмпирических исследований.

В целом содержание рецензируемой монографии «Развитие понимания эмоций в период дошкольного детства: психологический ракурс» полностью соответствует ее названию. В пяти разделах монографии находят отражение следующие ключевые аспекты обсуждаемой проблемы:

- особенности распознавания эмоций детьми 3–7 лет по схематическим изображениям лицевой экспрессии и фотографиям лиц людей с различными эмоциональными выражениями, понимание дошкольниками роли напоминаний в возникновении актуального эмоционального состояния человека и зависимости причин возникновения эмоций от их модальности; специфика понимания детьми обусловленности эмоций человека его желаниями и убеждениями, а также различий видимых и реальных эмоций; особенности понимания в дошкольном возрасте смешанных (амбивалентных) и моральных эмоций, поведенческих и когнитивных стратегий регуляции эмоций (глава I «Развитие компонентов понимания эмоций в период дошкольного детства»);

- изменения в понимании детьми 3–7 лет связей между собственным эмоциональным состоянием, вызвавшими его факторами и последующими эмоциональными реакциями (глава II «Развитие у детей понимания собственных эмоциональных состояний»);

- специфика понимания дошкольниками смысловой стороны слов, обозначающих эмоциональные состояния, и овладения детьми словарем эмоциональной лексики (глава III «Понимание детьми значения слов, обозначающих эмоции»);

– взаимосвязь развития у детей понимания эмоций и модели психического с их просоциальным поведением и эмпатическими проявлениями по отношению к сверстникам, а также роль понимания эмоций в обеспечении социально-личностной готовности дошкольников к обучению в школе и их успешной адаптации к обучению (глава IV «Взаимосвязь понимания эмоций с различными аспектами социального развития детей»);

– характеристика источников индивидуальных различий в понимании детьми эмоций, некоторых гендерных различий в понимании дошкольниками эмоций по экспрессивным и каузальным атрибуциям, а также соотношения конструкций понимания эмоций и модели психического в разные возрастные периоды развития (глава V «Дискуссионные аспекты проблемы понимания детьми эмоций»).

Принимая во внимание тот факт, что в отечественной детской психологии проблема понимания эмоций детьми дошкольного возраста гораздо менее изучена, чем за рубежом, выполненная И. О. Карелиной научная работа, на наш взгляд, заполняет своеобразный информационный пробел.

Считаем, что данная монография может быть адресована не только специалистам-психологам и исследователям, но и педагогам, организующим образовательный процесс с детьми 3–7 лет. Поскольку специфика обработки детьми эмоциональной информации на разных возраст-

ных этапах обуславливает неповторимость механизмов восприятия ими внешних, в том числе педагогических, воздействий и, как следствие, различия в показателях социальной компетентности, адаптации к школе и академического успеха, осведомленность о возрастных и гендерных особенностях понимания детьми эмоций может представлять особую значимость для педагогических работников дошкольных образовательных учреждений при выстраивании ими траектории взаимодействия с детьми в образовательном процессе.

Монография И. О. Карелиной соответствует требованиям, предъявляемым к данному жанру научной прозы, обладает научной новизной, теоретической значимостью и может быть рекомендована к опубликованию.

#### Библиографический список

1. Карелина И. О. Развитие понимания эмоций в период дошкольного детства: психологический ракурс : монография. – Прага : Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2017. – 178 с. DOI: 10.24045/book.2017.4.

#### Bibliografickij spisok

1. Karelina I. O. Razvitie ponimanija jemocij v period doskol'nogo detstva: psihologičeskij rakurs : monografija. – Praga : Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2017. – 178 с. DOI: 10.24045/book.2017.4.

© Миняров В. М., 2018.

## RULES FOR AUTHORS

Articles are to be sent in electronic format to e-mail: [sociosfera@seznam.cz](mailto:sociosfera@seznam.cz). Page format: A4 (210x297mm). Margins: top, bottom, right – 2 cm, left – 3 cm. The text should be typed in 14 point font Times New Roman, 1.5 spaced, indented line – 1.25, Normal style. The title is typed in bold capital letters; central alignment. The second line comprises the initials and the family name of the author(s); central alignment. The third line comprises the name of the organization, city, country; central alignment. The methodical articles should indicate discipline and specialization of students for which these materials are developed. After a blank line the name of the article in English is printed. On the next line the name of the authors in English is printed. Next line name of the work place, city and country in English. After one line space comes the abstract in English (600–800 characters) and a list of key words (5–10) in English. The text itself is typed after one line space. Graphs, figures, charts are included in the body of the article and count in its total volume. References should be given in square brackets. Bibliography comes

after the text as a numbered list, in alphabetical order, one item per number. References should be inserted manually. Footnotes are not acceptable. The size of the article is 4–15 pages. The registration form is placed after the text of the article and is not included in its total volume. The name of the file should be given in Russian letters and consists of the conference code and initials and family name of the first author, for example: APS-German P. The payment confirmation should be scanned and emailed, it should be entitled, for example APS-German P receipt.

Materials should be prepared in Microsoft Word, thoroughly proof-read and edited.

### Information about the authors

Family name, first name

Title, specialization

Place of employment

Position

ORCID

Contact address (with postal code)

Mobile phone number

E-mail

The required number of printed copies

**ПРАВИЛА ДЛЯ АВТОРОВ**

Материалы представляются в электронном виде на e-mail: [sociosfera@seznam.cz](mailto:sociosfera@seznam.cz). Каждая статья должна иметь УДК. Формат страницы А4 (210x297 мм). Поля: верхнее, нижнее и правое – 2 см, левое – 3 см; интервал полуторный; отступ – 1,25; размер (кегель) – 14; тип – Times New Roman, стиль – Обычный. Название печатается прописными буквами, шрифт жирный, выравнивание по центру. На второй строчке печатаются инициалы и фамилия автора(ов), выравнивание по центру. На третьей строчке – полное название организации, город, страна, e-mail, выравнивание по центру. После пропущенной строки печатается название на английском языке. На следующей строке фамилия авторов на английском. Далее название организации, город и страна на английском языке, e-mail. В статьях на английском языке дублировать название, автора и место работы автора на другом языке не надо. После пропущенной строки следует аннотация на английском (600–800 знаков) и ключевые слова (5–10) на английском языке. После пропущенной строки печатается текст статьи. Графики, рисунки, таблицы вставляются, как внедренный объект должны входить в общий объем тезисов. Номера библиографических ссылок в тексте даются в квадратных скобках, а их список – в конце текста со сплошной нумерацией. Источники и литература в списке перечисляются в алфавитном порядке, одному номеру соответствует

1 источник. Ссылки расставляются вручную. При необходимости допускают подстрочные сноски. Они должны быть оформлены таким же шрифтом, как и основной текст. Объем статьи может составлять 4–15 страниц. Сведения об авторе располагаются после текста статьи и не учитывается при подсчете объема публикации. Авторы, не имеющие ученой степени, предоставляют отзыв научного руководителя или выписку заседания кафедры о рекомендации статьи к публикации.

Материалы должны быть подготовлены в текстовом редакторе Microsoft Word, тщательно выверены и отредактированы. Имя файла, отправляемого по e-mail, иметь вид АПС-ФИО, например: АПС-Петров ИВ или APS-German P. Файл со статьей должен быть с расширением doc или docx.

Сведения об авторе

Фамилия, имя, отчество

Ученая степень, специальность

Ученое звание

Место работы

Должность

ORCID (если есть)

Домашний адрес с индексом

Сотовый телефон

E-mail

Необходимое количество печатных экземпляров



**ПЛАН МЕЖДУНАРОДНЫХ КОНФЕРЕНЦИЙ, ПРОВОДИМЫХ ВУЗАМИ  
РОССИИ, АЗЕРБАЙДЖАНА, АРМЕНИИ, БОЛГАРИИ, БЕЛОРУССИИ,  
КАЗАХСТАНА, УЗБЕКИСТАНА И ЧЕХИИ НА БАЗЕ  
VĚDECKO VYDAVATELSKÉ CENTRUM «SOCIOSFÉRA-CZ»  
В 2018 ГОДУ**

<b>Дата</b>	<b>Название</b>
25–26 марта 2018 г.	Актуальные вопросы теории и практики филологических исследований
29–30 марта 2018 г.	Развитие личности: психологические основы и социальные условия
5–6 апреля 2018 г.	Народы Евразии: история, культура и проблемы взаимодействия
7–8 апреля 2018 г.	Миграционная политика и социально-демографическое развитие стран мира
10–11 апреля 2018 г.	Проблемы и перспективы развития профессионального образования в XXI веке
15–16 апреля 2018 г.	Информационно-коммуникационное пространство и человек
20–21 апреля 2018 г.	Здоровье человека как проблема медицинских и социально-гуманитарных наук
22–23 апреля 2018 г.	Социально-культурные институты в современном мире
25–26 апреля 2018 г.	Детство, отрочество и юность в контексте научного знания
28–29 апреля 2018 г.	Культура, цивилизация, общество: парадигмы исследования и тенденции взаимодействия
2–3 мая 2018 г.	Современные технологии в системе дополнительного и профессионального образования
5–6 мая 2018 г.	Теория и практика гендерных исследований в мировой науке
7–8 мая 2018 г.	Социосфера в современном мире: актуальные проблемы и аспекты гуманитарного осмысления
10–11 мая 2018 г.	Риски и безопасность в интенсивно меняющемся мире
13–14 мая 2018 г.	Культура толерантности в контексте процессов глобализации: методология исследования, реалии и перспективы
15–16 мая 2018 г.	Психолого-педагогические проблемы личности и социального взаимодействия
20–21 мая 2018 г.	Текст. Произведение. Читатель
22–23 мая 2017 г.	Профессиональное становление будущего учителя в системе непрерывного образования: теория, практика и перспективы
25–26 мая 2018 г.	Инновационные процессы в экономической, социальной и духовной сферах жизни общества
1–2 июня 2018 г.	Социально-экономические проблемы современного общества
5–6 июня 2018 г.	Могучая Россия: от славной истории к великому будущему
10–11 сентября 2018 г.	Проблемы современного образования
15–16 сентября 2018 г.	Новые подходы в экономике и управлении
20–21 сентября 2018 г.	Традиционная и современная культура: история, актуальное положение и перспективы
25–26 сентября 2018 г.	Проблемы становления профессионала: теоретические принципы анализа и практические решения
28–29 сентября 2018 г.	Этнокультурная идентичность – фактор самосознания общества в условиях глобализации
1–2 октября 2018 г.	Иностранный язык в системе среднего и высшего образования
5–6 октября 2018 г.	Семья в контексте педагогических, психологических и социологических исследований
12–13 октября 2018 г.	Информатизация высшего образования: современное состояние и перспективы развития
13–14 октября 2018 г.	Цели, задачи и ценности воспитания в современных условиях
15–16 октября 2018 г.	Личность, общество, государство, право: проблемы соотношения и взаимодействия
17–18 октября 2018 г.	Тенденции развития современной лингвистики в эпоху глобализации
20–21 октября 2018 г.	Современная возрастная психология: основные направления и перспективы исследования
25–26 октября 2018 г.	Социально-экономическое, социально-политическое и социокультурное развитие регионов



28–29 октября 2018 г.	Наука, техника и технология в условиях глобализации: парадигмальные свойства и проблемы интеграции
1–2 ноября 2018 г.	Религия – наука – общество: проблемы и перспективы взаимодействия
3–4 ноября 2018 г.	Профессионализм учителя в информационном обществе: проблемы формирования и совершенствования.
5–6 ноября 2018 г.	Актуальные вопросы социальных исследований и социальной работы
7–8 ноября 2018 г.	Классическая и современная литература: преемственность и перспективы обновления
15–16 ноября 2018 г.	Проблемы развития личности: многообразие подходов
20–21 ноября 2018 г.	Подготовка конкурентоспособного специалиста как цель современного образования
25–26 ноября 2018 г.	История, языки и культуры славянских народов: от истоков к грядущему
1–2 декабря 2018 г.	Практика коммуникативного поведения в социально-гуманитарных исследованиях
3–4 декабря 2018 г.	Проблемы и перспективы развития экономики и управления
5–6 декабря 2018 г.	Безопасность человека и общества как проблема социально-гуманитарных наук

**ИНФОРМАЦИЯ О НАУЧНЫХ ЖУРНАЛАХ**

Название	Профиль	Периодичность	Наукометрические базы	Импакт-фактор
Научно-методический и теоретический журнал «Социосфера»	Социально-гуманитарный	Март, июнь, сентябрь, декабрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• РИНЦ (Россия),</li> <li>• Directory of open access journals (Швеция),</li> <li>• Open Academic Journal Index (Россия),</li> <li>• Research Bible (Китай),</li> <li>• Global Impact factor (Австралия),</li> <li>• Scientific Indexing Services (США),</li> <li>• Cite Factor (Канада),</li> <li>• International Society for Research Activity Journal Impact Factor (Индия),</li> <li>• General Impact Factor (Индия),</li> <li>• Scientific Journal Impact Factor (Индия),</li> <li>• Universal Impact Factor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Global Impact Factor – 1,711,</li> <li>• Scientific Indexing Services – 1,5,</li> <li>• Research Bible – 0,781,</li> <li>• Open Academic Journal Index – 0,5,</li> <li>• РИНЦ – 0,104</li> </ul>
Чешский научный журнал «Paradigmata poznání»	Мультидисциплинарный	Февраль, май, август, ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Research Bible (Китай),</li> <li>• Scientific Indexing Services (США),</li> <li>• Cite Factor (Канада),</li> <li>• General Impact Factor (Индия),</li> <li>• Scientific Journal Impact Factor (Индия)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• General Impact Factor – 1,7636,</li> <li>• Scientific Indexing Services – 1,04,</li> <li>• Global Impact Factor – 0,884</li> </ul>
Чешский научный журнал «Ekonomické trendy»	Экономический	Март, июнь, сентябрь, декабрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Research Bible (Китай),</li> <li>• Scientific Indexing Services (США),</li> <li>• General Impact Factor (Индия)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Scientific Indexing Services – 0,72,</li> <li>• General Impact Factor – 1,5402</li> </ul>
Чешский научный журнал «Aktuální pedagogika»	Педагогический	Февраль, май, август, ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Research Bible (Китай),</li> <li>• Scientific Indexing Services (США)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Scientific Indexing Services – 0,832,</li> </ul>
Чешский научный журнал «Akademická psychologie»	Психологический	Март, июнь, сентябрь, декабрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Research Bible (Китай),</li> <li>• Scientific Indexing Services (США)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Scientific Indexing Services – 0,725,</li> </ul>
Чешский научный и практический журнал «Sociologie člověka»	Социологический	Февраль, май, август, ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Research Bible (Китай),</li> <li>• Scientific Indexing Services (США)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Scientific Indexing Services – 0,75,</li> </ul>
Чешский научный и аналитический журнал «Filologické vědomosti»	Филологический	Февраль, май, август, ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Research Bible (Китай),</li> <li>• Scientific Indexing Services (США)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Scientific Indexing Services – 0,742,</li> </ul>

**PUBLISHING SERVICES  
OF THE SCIENCE PUBLISHING CENTRE «SOCIOSPHERE» –  
VĚDECKO VYDAVATELSKÉ CENTRUM «SOCIOSFÉRA-CZ»**

The science publishing centre «Sociosphere» offers co-operation to everybody in preparing and publishing books and brochures of any kind:

- training manuals;
- autoabstracts;
- dissertations;
- monographs;
- books of poetry and prose, etc.

Books may be published in the Czech Republic  
(in the output of the publication will be registered

***Prague: Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ»***)

or in Russia

(in the output of the publication will be registered

***Пенза: Научно-издательский центр «Социосфера»***)

We carry out the following activities:

- Editing and proofreading of the text (correct spelling, punctuation and stylistic errors),
- Making an artwork,
- Cover design,
- ISBN assignment,
- Print circulation in typography,
- delivery of required copies to the Russian Central Institute of Bibliography or leading libraries of Czech Republic,
- sending books to the author by the post.

It is possible to order different services as well as the full range.

**ИЗДАТЕЛЬСКИЕ УСЛУГИ НИЦ «СОЦИОСФЕРА» –  
VĚDECKO VYDAVATELSKÉ CENTRUM «SOCIOSFÉRA-CZ»**

Научно-издательский центр «Социосфера» приглашает к сотрудничеству всех желающих подготовить и издать книги и брошюры любого вида:

- учебные пособия,
- авторефераты,
- диссертации,
- монографии,
- книги стихов и прозы и др.

Книги могут быть изданы в Чехии  
(в выходных данных издания будет значиться –  
**Прага: Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ»**)  
или в России  
(в выходных данных издания будет значиться –  
**Пенза: Научно-издательский центр «Социосфера»**)

Мы осуществляем следующие виды работ.

- редактирование и корректура текста (исправление орфографических, пунктуационных и стилистических ошибок),
- изготовление оригинал-макета,
- дизайн обложки,
- присвоение ISBN,
- печать тиража в типографии,
- обязательная отсылка 5 экземпляров в ведущие библиотеки Чехии или 16 экземпляров в Российскую книжную палату,
- отсылка книг автору.

Возможен заказ как отдельных услуг, так как полного комплекса.

Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», s.r.o.

# AKADEMICKÁ PSYCHOLOGIE

Vědecký a praktický časopis

№ 1, 2018

Čtvrtletní

Šéfredaktor – **Valeriy M. Miniyarov**  
Zástupce šéfredaktora – **Ilona G. Dorošina**

Názory vyjádřené v této publikaci jsou názory autora  
a nemusí nutně odrážet stanovisko vydavatele.  
Autoři odpovídají za správnost publikovaných textů – fakta, čísla, citace,  
statistiky, vlastní jména a další informace.

Opinions expressed in this publication are those of the authors  
and do not necessarily reflect the opinion of the publisher.  
Authors are responsible for the accuracy of cited publications, facts, figures,  
quotations, statistics, proper names and other information.

Redaktorka – I. G. Balašova  
Korektura – Ž. V. Kuznecova  
Produkce – G. A. Kulakova

Podepsáno v tisku 19.03.2018. 60×84/8 ve formátu.  
Psaní bílý papír. Vydavate llistů 4,7  
100 kopií.

## **VYDAVATEL:**

Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», s.r.o.:  
IČO 29133947  
U dálnice 815/6, 155 00, Praha 5 – Stodůlky, Česká republika  
Tel. +420773177857  
web site: <http://sociosphaera.com>  
e-mail: [sociosfera@seznam.cz](mailto:sociosfera@seznam.cz)