

ода развития, поскольку дети в это время поглощены тем, что стремятся узнать, что из чего получается и как оно действует. Это период становления учебного интереса, который подкрепляется школой и другим значимым взрослым, кроме родителей. Эго-идентичность ребенка теперь выражается так: «Я – то, чему я научился».

Если достижения ребенка невелики, он остро переживает свою неумелость, неспособность, невыгодное положение среди сверстников и чувствует себя обреченным быть посредственностью. Вместо чувства компетентности образуется чувство неполноценности.

Детям с умственной отсталостью присущи менее развитый выбор перспективы и более слабые навыки интерпретации социальных сигналов. Отсутствие у таких детей адекватной самооценки толкает их ставить перед собой цели, способствующие самоутверждению, но зачастую необоснованным. Эти особенности во многом определяют характер их отношений с неотсталыми сверстниками. Важным для этой стадии является то, что из-за частых неудач, дети с умственной отсталостью меньше верят в успех, в результате чего сдаются перед трудностями быстрее, чем неотсталые дети.

Ребенок в каждом периоде, выделенном автором, находится в окружении какой-либо социальной группы, которая непосредственно влияет на выход из кризисной ситуации. Радиусом значимых отношений в данной концепции являются:

- в младенчестве теплые отношения с матерью
- в раннем детстве поддерживающие отношения с родителями
- дошкольный период – семья; здесь следует добавить сверстников, исходя из потребности в игровой деятельности
- школьный возраст – школа, соседи, другие социальные группы ближайшего окружения [4, 5].

Таким образом, на первых трех этапах онтогенеза из четырех рассмотренных семья со своей структурой, социально-экономическим статусом, психологической культурой оказывает влияние на становление личности ребенка. Состояние особенного ребенка может восприниматься родителями как препятствие, искажающее удовлетворение потребности в отцовстве и материнстве. Тревога и отчаяние, которые испытывают родители, нарушают эмоциональную стабильность, психическое здоровье и межличностные отношения семьи, а также увеличивают социальную дистанцию с ближайшим окружением. Возможность принять и примириться с ограничениями своего ребенка – залог более гармоничных внутрисемейных отношений, а в будущем лучшая психологическая и социальная адаптация ребенка во внешнем мире. Умственно отсталые дети по мере взросления могут испытывать сложности и в общении со

своими сверстниками. У них наблюдается снижение потребности в общении и ограниченный круг общения, «излишняя избирательность и эмоциональность в общении». Межличностные отношения в ближайшем окружении характеризуются неадекватностью реакции, а также дети с нарушениями интеллекта не всегда могут «глубоко осознать характер своих отношений с окружающими» [7].

#### Список литературы:

1. Рубинштейн С.Л. Человек и мир. СПб.: Питер, 2012. 224 с.
2. Абульханова-Славская К.А., Славская А.Н., Леванова Е.А., Пушкарева Т.В. Теория личности В.Н. Мясищева // Мир образования – образование в мире. Московский психолого-социальный университет. 2018. № 4 (72). С. 58-66. URL: [https://lib.ipran.ru/upload/papers/paper\\_38081098.pdf](https://lib.ipran.ru/upload/papers/paper_38081098.pdf).
3. Зейгарник Б.В. Теории личности в зарубежной психологии. М.: Изд-во Московского университета, 1982. 128 с.
4. Фрейдджер Р., Фэйдимен Д. Теории личности и личностный рост [Электронный ресурс]. URL: [https://www.gumer.info/bibliotek\\_Buks/Psihol/freydjer/06.php](https://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/freydjer/06.php).
5. Эриксон Э.Г. Детство и общество. 2-е изд., перераб. и доп. СПб.: Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996. 592 с.
6. Вачеян Л.А., Воронина С.Н. Специальная детская психология: методическое пособие для студентов дефектологических факультетов вузов [Электронный ресурс]. Ярославль: ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, 2011. URL: <http://cito-web.yrsu.org/link1/metod/met160/met160.html>.
7. Шипицына Л.М. «Необучаемый» ребенок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта. 2-е изд., перераб. и дополн. СПб.: Речь, 2005. 477 с.
8. Венар Ч., Кериг П. Психопатология развития детского и подросткового возраста. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. 670 с.
9. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. Т. 3. Проблемы развития психики / Под ред. А.М. Матюшкина. М.: Педагогика, 1983. 368 с.
10. Лубовский В.И., Розанова Т.В., Солнцева Л.И. Специальная психология: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. 2-е изд., испр. М.: Изд. центр «Академия», 2005. 464 с.
11. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология. СПб.: Питер, 2000. 416 с.
12. Цымбалова К.В. Детско-родительские отношения в восприятии детей с легкой степенью умственной отсталости: магистерская ВКР ... по направлению подготовки 37.04.01. СПб., 2018. 122 с. URL: [https://dspace.spbu.ru/bitstream/11701/12495/1/Detsko-roditelskiye\\_otnosheniya\\_v\\_vospriyatii\\_detei\\_s\\_legkoi\\_stepeniu\\_umstvennoi\\_otstalosti.pdf](https://dspace.spbu.ru/bitstream/11701/12495/1/Detsko-roditelskiye_otnosheniya_v_vospriyatii_detei_s_legkoi_stepeniu_umstvennoi_otstalosti.pdf).

### ВЗАИМОСВЯЗЬ УРОВНЯ АЛЕКСИТИМИИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У БУДУЩИХ ЮРИСТОВ

Заика А.В., Бойко А.В.

*Морской государственный университет  
им. адм. Г. И. Невельского, Владивосток,  
e-mail: zaikaar@yandex.ru*

В настоящее время специалисты помогающих профессий (психологи, педагоги, консультанты, коучи) активно применяют в своей профессиональной деятельности знания об эмоциональном интеллекте [1]. Мы посчитали важным включить в этот список лиц правоохранительных органов, работающих в сфере «человек – человек», и изучить, могут

ли они полноценно владеть данной личностной характеристикой на высоком уровне её проявления. Обладая высоким уровнем развития эмоционального интеллекта, юрист-профессионал сможет правильно распознавать эмоции клиентов при решении различных профессиональных задач и грамотно выстраивать профессиональную коммуникацию с ними.

Одной из главных проблем в современном мире является относительно молодой феномен – алекситимия. Данное явление было описано Р.Е. Сифнеосом в 1967 году и рассматривалась им как предпосылка развития психосоматических заболеваний [2].

А.Ю. Искусных утверждает: «Алекситимия – сложный психофизиологический феномен, тесно связанный с эмоциональными, интеллектуальными, волевыми характеристиками личности, негативно влияющий на ее становление и здоровье человека в целом. Изучение алекситимии носит полидисциплинарный характер. Однозначной трактовки природы феномена в настоящее время не существует. Так как алекситимию обнаруживают и у больных психосоматическими заболеваниями и невротиками, и у психически здоровых людей, данное расстройство относят не к причинам, а к факторам риска развития патологии» [3, с. 11].

Следовательно, мы можем говорить о том, что алекситимия – это не патологическая, но и далеко не нормативная составляющая психологическая характеристика личности.

Алекситимики обладают набором таких протекающих характеристик как: дефицитом когнитивных процессов в регулировании эмоций; трудностями в идентификации и вербализации своих чувств; трудностями в ощущениях и эмо-

ций как своих, так и чужих; неразвитым воображением (соответственно, бедностью фантазий); «конкретный» тип мышления; затруднённой в истолковании метафорических высказываний, пословиц и поговорок; высокой тревожностью и инфантильностью; неспособностью активно вмешательству в обстоятельства жизни; высокой степенью подверженности стрессовым воздействиям; трудностями в межличностных отношениях; высокой степени подверженности стрессовым воздействиям; скудной речью [4].

Исходя из данного перечня, мы можем сказать о том, что алекситимия – это сочетание когнитивных и аффективных характеристик индивида, которые будут сопровождаться затруднённой адаптацией в социальных взаимодействиях.

Отечественный психолог М. А. Манойлова в своих исследованиях рассматривает эмоциональный интеллект как способность к осознанию, принятию и регуляции эмоциональных состояний и чувств других людей и себя самого, основными компонентами которой выступают эмпатия, терпимость (толерантность), ассертивность, самооценка личности [5]. Мы разделяем точку зрения данного автора, поскольку важность в опознавании и дифференциации своих эмоциональных реакций, считывании эмоций других людей, – всё это требуется каждому профессионалу, работающему в сфере «человек – человек».

На основании результатов методики TAS-20-R, мы получили данные по первому тестированию, которые будут представлены в виде гистограммы (рис. 1) от низких до высоких значений общего уровня алекситимии у студентов-юристов в возрасте от 18 лет до 22-х лет в составе 21 человека.



Рис. 1. Выраженность алекситимии у каждого студента-юриста

На основании данных представленной диаграммы, получились следующие результаты:

1. Высоким уровнем алекситимии обладает один студент-юрист (респондент № 3). Это означает, что респондент испытывает трудность в определении собственных эмоций и чувств, не способен дифференцировать собственные эмоции, у него возникают трудности в определении чувств окружающих людей, мышление носит «конкретный» характер – внешне-ориентированное мышление. Внешне-ориентированное мышление означает, что респондент фокусируется на внешних событиях, нежели на своих внутренних переживаниях, потому что не может распознать свои чувства, эмоции и переживания. Респонденту №3 свойственна бедность фантазий, воображение слабо развито, способность к эмпатии низкая.

2. Средним уровнем алекситимии обладают десять студентов-юристов (респонденты №2, №7, №9, №10, №12, №13, № 16, №18, №19, №20). Это пограничный уровень алекситимии, который означает, что респонденты не всегда могут правильно выразить свои чувства и эмоции, в полной мере отслеживать эмоции окружающих у них не всегда получается; имеют сниженную способность к эмпатии. Несмотря на это, респонденты не имеют глубоких трудностей в распознавании своих эмоциональных реакций и различении эмоций окружающих, что не мешает им быть адаптированными в социальной среде.

3. Низким уровнем алекситимии обладают также десять юристов (респонденты №1, №4, №5, №6, №8, №11, №14, №15, №17, №21). Эти респонденты способны отличить свои соматические ощущения от эмоциональных, способны разобраться в собственных чувствах и эмоциях, без труда будут отслеживать эмоции других людей. Респонденты могут правильно выразить свои чувства и эмоции. У них развитая эмпатия, высоко развитое воображение; способны понимать смысл переносных значений слов, метафор и пословиц.

По результатам второй методики «Тест эмоционального интеллекта, МЭИ» (М. А. Манойлова) у нас получились следующие результаты у студентов-юристов в возрасте от 18 лет до 22-х лет, которые мы представим в виде линейчатой диаграммы (рис. 2).

На основании представленной выше диаграммы мы можем сказать, что:

1. Высоким уровнем эмоционального интеллекта обладают 7 респондентов (испытуемые № 5, №6, №8, №15, №17, №20, №21). Высокий уровень эмоционального интеллекта предполагает то, что все формы эмоционального интеллекта респонденты активно интегративно проявляют во всех 4-х сферах: внутриличностный аспект (осознание своих чувств и эмоций), управление своими чувствами и эмоциями), межличностный аспект (осознание чувств и эмоций других людей, управление чувствами и эмоциями других людей).

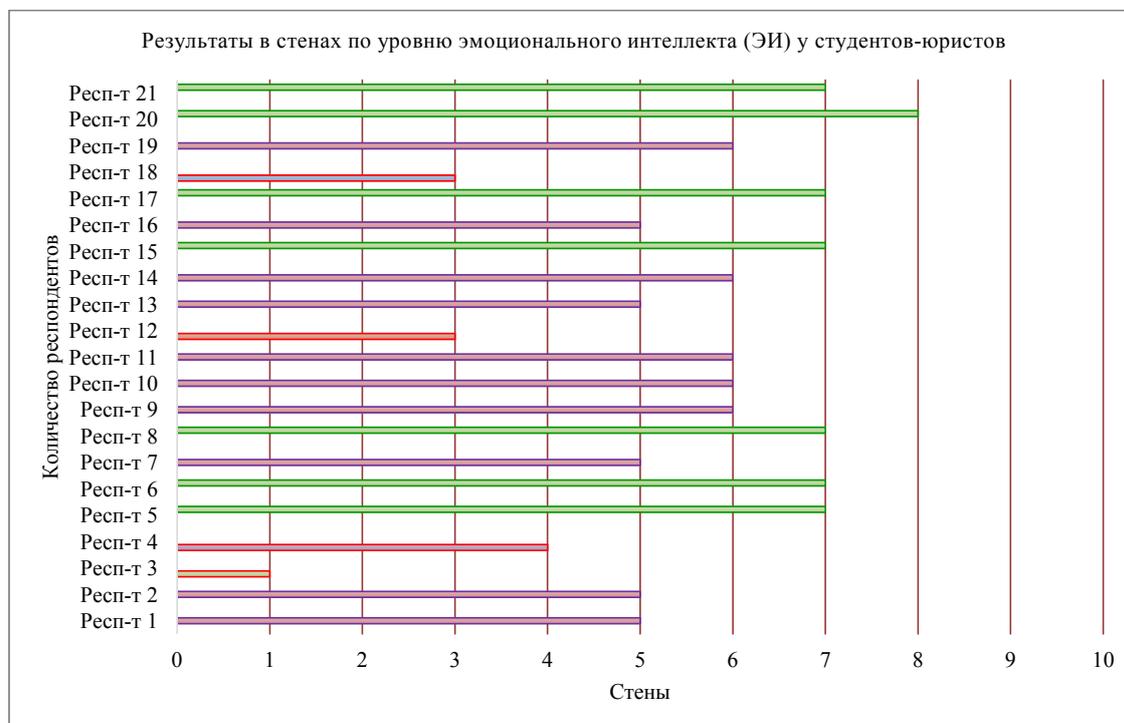


Рис. 2. Уровень ЭИ у студентов-юристов

2. Низким уровнем эмоционального интеллекта обладают 4 респондента (испытуемые № 3, №4, №12, №18). Данные респонденты характеризуются отсутствием мотивации достижения успеха в профессиональной деятельности, во взаимодействии и общении.

3. Средним уровнем эмоционального интеллекта обладают 10 респондентов (испытуемые № 1, №2, №7, №9, №10, №11, №13, №14, №16, №19). Респонденты характеризуются яркой выраженностью развития отдельных аспектов эмоционального интеллекта и низким уровнем развития других его компонентов. Таким испытуемым рекомендуется развить те стороны ЭИ, которые у них слабо развиты.

Помимо психодиагностического тестирования в своём исследовании мы применили математический метод – метод критерия корреляции Пирсона. Мы получили итоговое значение коэффициента корреляции, где  $r_{xy} = -0,69 \approx -0,7$ . На основании полученного значения по таблице Чеддока можно сказать, что эта корреляция обратной связи, так как коэффициент отрицательный; корреляция имеет высокую тесноту связи. Далее мы обратились к таблице критических значений коэффициента корреляции Пирсона и выяснили, что при объеме нашей исследуемой выборки, где  $n=21$  на уровне значимости  $p = 0,001 = r = 0,67$ . Наш получившийся коэффициент корреляции приближённо составил  $-0,7$ . А это значит, что корреляция значима на уровне при  $p = 0,001$ . Верна альтернативная гипотеза  $H_1$ : корреляция отличается от нуля на уровне значимости при  $p = 0,001$ .

Таким образом, мы сделали итоговый вывод: все получившиеся математические значения, позволяют нам заключить, что между уровнем алекситимии и уровнем эмоционального интеллекта (ЭИ) имеются существенные различия, а именно между этими переменными существует обратная взаимосвязь: чем ниже показатели алекситимии, тем выше показатели уровня развития эмоционального интеллекта у нашей исследуемой выборки в количестве 21 человека у студентов-юристов.

#### Список литературы

1. Зорина Н.Н. Структура эмоционального интеллекта в современной психологии // Методология современной психологии. 2021. № 13. С. 94-105.
2. Белашина Т.В. К вопросу об алекситимии и алекситимически подобных проявлениях личности // Социокультурные проблемы современной молодёжи: материалы междунар. научн.-практ. конф. Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2006. Ч. I. С. 234-242.
3. Искусных А.Ю. Алекситимия как психофизиологическая, педагогическая, медицинская проблема // Центральный научный вестник. Воронежский гос. мед. ун-т им. Н.Н. Бурденко. 2018. Т. 3. №17 (58). С. 11-12.
4. Брель Е.Ю. Проблема изучения алекситимии в психологических исследованиях // Вестник КемГУ. 2012. №3 (51). С. 173-176.
5. Манойлова М.А. Анализ исследований эмоционального интеллекта: история и современность; материалы XII Международных Александровских чтений. Псков, 2021. С. 118-121.

## ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК НА ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЛИЧНОСТИ

Киселёва Е.С., Орлова А.В.

*Морской государственный университет  
им. адм. Г.И. Невельского, Владивосток,  
e-mail: liza530867@icloud.com, orlova\_al@mail.ru*

Актуальность исследования сама по себе заключается в практической значимости, так как спорт как многогранное общественное явление служит сферой подготовки человека к трудовой деятельности, удовлетворение духовных запросов общества, а также одним из важных средств этического и эстетического воспитания. Исследователи по-разному относились к проблеме изучения психического состояния, поэтому не существует единого представления о том, что следует понимать под ним и какие базовые характеристики следует использовать для описания его особенностей и закономерностей. Но, несмотря на это, позиции различных отраслей психологии по проблеме психического состояния и соответствующие ему определения можно свести к одному из трех направлений.

В рамках первого направления психическое состояние рассматривается, как совокупность показателей психической сферы человека, характеризующих личность в данный момент времени [5, с.54].

Каждое психическое состояние имеют свою причину, которая заключается чаще всего в воздействии внешней среды. То есть любое состояние – это продукт включения субъекта в какой-либо род деятельности, в ходе которой оно формируется и активно преобразуется, оказывая при этом взаимное влияние на успешность данной деятельности [6].

В рамках второго направления психическое состояние рассматривается как фон, на котором разворачивается психическая деятельность, уровень и направленность психической активности личности. Такой подход связан с представлениями о функционировании мозга, совокупным проявлением которого является уровень активации центральной нервной системы. Это первая, объективная составляющая психического состояния. Вторая составляющая – это отношение человека к ситуации или предмету, который имеет для него важность, выражающееся в его переживаниях и чувствах [2].

В рамках третьего направления, психическое состояние рассматривается, как системная реакция психики человека на изменения условий [3].

Психическое состояние как результат целостной приспособительной реакции личности в ответ на изменения внешних и внутренних условий, направленной на достижение полезного результата, проявляется в переживаниях и сте-