

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
НОВОСИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

**СОВРЕМЕННАЯ РЕАЛЬНОСТЬ
В СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ
КОНТЕКСТЕ – 2022**

Сборник научных трудов

Под научной редакцией
кандидата психологических наук, профессора НГПУ
О. А. Белобрыкиной,
кандидата психологических наук, доцента НГПУ
М. И. Кошеновой

НОВОСИБИРСК 2022

УДК 316.6(082)+316.7(082)+159.97(082)
ББК 88.5я43+74.66я43+88.7я43
С568

Печатается по решению
Редакционно-издательского совета
ФГБОУ ВО «НГПУ»

Р е ц е н з е н т ы :

д-р пед. наук, проф. кафедры педагогики начального образования
и художественного развития ребенка Института детства
ФГБОУ ВО РГПУ им. А. И. Герцена

Е. К. Маранцман;

д-р психол. наук, проф., проф. кафедры общей психологии
и истории психологии ФГБОУ ВО «НГПУ»

Н. Я. Большунова

С568 **Современная реальность в социально-психологическом контексте – 2022** : сборник научных трудов / под научной редакцией О. А. Белобрыкиной, М. И. Кошеновой ; Министерство просвещения Российской Федерации, Новосибирский государственный педагогический университет. – Новосибирск : Изд-во НГПУ, 2022. – 318 с. – Текст : непосредственный.

ISBN 978-5-00104-851-0

В сборнике представлены материалы VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Новосибирск, 16–17 марта 2022 г.), посвященной осмыслению социально-психологических проблем современной реальности. Приведены результаты теоретических и прикладных исследований отечественных и зарубежных ученых, посвященных отдельным аспектам детерминации социального поведения человека, проблемам личностного выбора, рискам формирования девиаций и возможностей их предупреждения и коррекции. В разделе «Научный дебют» представлены результаты научно-исследовательской работы студентов-участников всероссийского конкурса с международным участием научных студенческих докладов «Актуальные проблемы современной реальности в социально-психологическом контексте: взгляд студента».

Адресован научным сотрудникам, преподавателям вузов, студентам, магистрантам, аспирантам, соискателям социально-гуманитарных и психологических факультетов вузов, специалистам социально-психологического, психолого-педагогического и социально-педагогического профилей профессиональной деятельности.

УДК 316.6(082)+316.7(082)+159.97(082)
ББК 88.5я43+74.66я43+88.7я43

ISBN 978-5-00104-851-0

© Оформление. ФГБОУ ВО «НГПУ», 2022

Е. С. Черкасова

*Новосибирск, Московская академия Следственного комитета
Российской Федерации*

К. А. Черкасов

Новосибирск, Новосибирский педагогический университет

**СОСТОЯНИЕ ТРЕВОГИ: АДДИКТИВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ,
ПРИЧИНЫ, ВОЗМОЖНОСТИ КОРРЕКЦИИ
И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ**

Статья посвящена рассмотрению аддиктивного компонента переживания состояния тревоги. Современная реальность характеризуется наличием множества психотравмирующих факторов для продуцирования состояния человека в форме тревоги в предвкушении неприятностей и возникновения самых пугающих событий. В течение трех последних лет это состояние «подпитывалось» развитием пандемии и ее последствий, в течение двух последних недель – ухудшением общеэкономической, социальной, политической ситуацией, связанной с проведением специальной военной операцией России на Украине.

Ключевые слова: тревога, неизвестность, неотчетливость, аддикция, состояние, страх, навязчивость.

E. S. Cherkasova

*Novosibirsk, Moscow Academy of the Investigative Committee
Russian Federation*

K. A. Cherkasov

Novosibirsk, Novosibirsk Pedagogical University

**ANXIETY STATE: ADDICTIVE COMPONENTS, CAUSES,
POSSIBILITIES FOR CORRECTION AND PSYCHOLOGICAL SUPPORT**

The article is devoted to the study of the addictive component of experiencing the state of anxiety. Modern reality has a lot of psycho-traumatic factors for producing a person's state in anticipation of troubles and the most frightening events. Over the past three years, this state has been “fueled” by the development of the pandemic and its consequences, over the past two weeks – by the deterioration of the general economic, social, and political situation associated with Russia's special military operation in Ukraine.

Keywords: anxiety, uncertainty, indistinctness, addiction, state, fear, obsession.

Актуальность изучения темы «тревоги» в современных условиях ни у кого не вызовет сомнения. На протяжении последних нескольких лет, а тем более

– недель, практически от каждого человека можно услышать слова обеспокоенности, озабоченности, переживаний, страха и иных отрицательных эмоций. Необходимо сформулировать базовое определение понятия «тревоги» и разобраться в классифицирующих признаках данного явления именно с позиции «состояния», тем самым выделив отличительные признаки. В научной литературе изначально фигурирует определение «чувства тревоги» как «краткосрочного и активно переживаемого человеком ощущения неопределенности, неясности, размытости перспектив будущего» [2, с. 43]. Нынешние социальные, экономические и политические реалии позволяют говорить о тревоге уже с позиции «состояния», выводя ее на уровень длительно существующего переживания страха, но связанного не столько с индивидуально-пугающей человека ситуацией, сколько с явлениями и проблемами в целом – в стране, мире, городе. Так, например, человек боится инфицирования коронавирусом, страшится тяжелого состояния, последствий заболевания. С целью предупреждения заболевания он предпринимает определенные усилия в виде прививки, ношения средств индивидуальной защиты, соблюдения социальной дистанции и тому подобного. При этом его состояние тревоги не проходит, оно либо перманентно возникает, либо никуда не исчезает, становясь базовым. Важно, что состояние тревоги является психической пролонгировано-устойчивой характеристикой, влияющей на общую активность человека.

Предлагаемый авторский вариант классификации «состояния тревоги» центрируется на обозначении основных черт, характеризующих данное состояние:

1. По эмоциональной окраске: отрицательное, возбуждающее.
2. По внешней выраженности: сильное и глубокое, относительно сильное и постоянное.
3. По степени осознанности: сознательное, так как индивид предпринимает усилия для достижения поставленной цели, например, меньше тревожиться, что-то делать, чтобы минимизировать опасность; что-то делать, чтобы больше получать информации, вызывающей тревогу.
4. По степени проявления: сочетанный характер психофизиологического проявления в виде учащенного сердцебиения и дыхания, психологического проявления – в виде страха, физиологического и химического проявления в форме гормонального «отклика» организма на пугающие мысли. Надпочечники вырабатывают адреналин, влияющий на работу всех внутренних органов и систем организма.
5. По длительности: от средней продолжительности до продолжительных переживаний.

На наш взгляд, уместно говорить об аддиктивном компоненте состояния тревоги, так как человек «назойливо желает» [1, с. 6] тревожиться. В ситуации логического объяснения, например, в рамках психологического консультирования, клиенту того, что нет объективных причин для его тревоги, зачастую психологи и психотерапевты сталкиваются с мощным сопротивлением клиента, который начинает очень настойчиво играть в психологическую игру: «да, нет», доказывая специалисту, что поводов для наличия у него тревоги более чем достаточно.

Еще одним аргументом в пользу формирования психической зависимости от тревоги, является тот факт, что любая аддикция меняет физиологическое состояние индивида. Тревога, как это было обозначено выше, делает это «на все сто процентов». Ее пагубное воздействие на организм не отрицается никем: ни медицинскими специалистами, ни психологами, ни психиатрами.

С точки зрения видового отнесения, по нашему мнению, «тревожная аддикция» является сочетанной: на химическом уровне – это адреналинозависимое поведение, но с важной разницей – индивид сам у себя максимально привыкает вызывать выработку гормонов, влияющих на весь организм. На поведенческом уровне может проявляться в разных формах и вариантах. Часть людей впадают в тревожную деятельность, например, по сценарию обсессивно-компульсивного расстройства: моют руки, поправляют маску на лице, проветривают помещения, смотрят тревожные новости, сознательно ищут причины «испугать себя» и получить «заветный» выброс адреналина. Другие же, наоборот, замирают, уходят в депрессивные состояния, не могут заставить себя проявлять хоть какую-то активность.

Что можно предпринять с позиции психологической помощи людям с «тревожной аддикцией»? При условии мотивированного обращения «тревожного» человека за психологической помощью, психологи могут: во-первых, заниматься психологическим образованием, в ходе которого объяснять клиенту причины подобного циклического состояния, динамику проявления, пагубное воздействие и тому подобное. Во-вторых, на когнитивном уровне представляется возможным научить клиента управлять своими мыслями, которые и «запускают» соответствующие химические реакции в организме. Обучение навыкам самостоятельной экологии мыслей – важный компонент психологического сопровождения. В-третьих, специалисты, обладающие соответствующей специализацией, могут использовать возможности гипнотерапии, которая «дает стойкий во времени результат. При помощи гипноза у большинства людей можно «стереть» тревогу навсегда» [3, с. 59]. Освободившееся психологическое про-

странство, также при помощи гипноза, возможно заполнить позитивным психологическим самочувствием, ощущением спокойствия и радости. Прямыми директивными внушениями можно задать установку о том, что чем больше человек будет пытаться ощутить тревогу, тем более спокойным и радостным он будет становиться. Так, например, гипнотехника «Летящая стрела» позволяет в рамках одного сеанса гипнотерапии избавить клиента от тревоги, сопровождающей его длительное время.

Способов и методов психологической работы с состоянием тревоги много. Специалисту-психологу, работающему с «тревожной аддикцией» необходимо понимать, что существует причинно-следственная связь в возникновении данного зависимого реагирования человека на окружающую действительность. Важно желание психолога помочь в предотвращении разрастания данного состояния клиента в психопатологическую конструкцию, работа с которой будет значительно сложнее и потребует привлечение специалистов психиатрического профиля. При построении психологической помощи самым важным компонентом, без которого успех крайне сомнителен, будет личная мотивация клиента жить радостно и счастливо, инвестируя в свое хорошее самочувствие время и силы.

Список литературы

1. Айвазова А. Е. Психологические аспекты зависимости. СПб.: Речь. 2003. 120 с.
2. Мэй Р. Смысл тревоги. М.: Институт общегуманитарных исследований. 2011. 513 с.
3. Хадсон Л. Скрипты и стратегии гипнотерапии с детьми от 5 до 15 лет. М.: Interpret. 2016. 258 с.

УДК 159.99

И. Н. Чурбакова

Новосибирск, Новосибирский государственный педагогический университет

НОМОФОБИЯ МАТЕРИ КАК ФАКТОР НАРУШЕНИЯ ПРИВЯЗАННОСТИ В РАННЕМ ДЕТСТВЕ

Представлены результаты анализа имеющихся теоретических и практических исследований по проблеме нарушения привязанности. В статье обоснована необходимость изучения феномена номофобии как одной из причин раннего нарушения привязанности.

Ключевые слова: номофобия, привязанность, реактивное нарушение привязанности.

**АДДИКТИВНЫЕ, ДЕВИАНТНЫЕ И ВИКТИМНЫЕ РЕАЛИЗАЦИИ
ЧЕЛОВЕКА В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ:
СОДЕРЖАНИЕ, ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ,
ВОЗМОЖНОСТИ ПРЕВЕНЦИИ И КОРРЕКЦИИ**

Дук В. Е. Противоправное поведение как вид девиантного поведения	177
Дук В. Е. Социальные и индивидуально-психологические факторы формирования противоправного поведения.....	183
Зонова А. Д. Психологические причины формирования суицидального поведения у подростков.....	191
Клепикова Н. М. Социально-психологические особенности юного материнства.....	196
Костригин А. А. «Моральная дефективность» как понятие советской педологии и детской криминологии.....	201
Кошенова М. И., Громова А. П. Психологический профиль лиц юношеского возраста, склонных к экстремистской деятельности	207
Кузнецова О. В. Дефицит родительской любви и внимания как причина девиантности подростков	214
Курденко А. Н. Специфика реализации буллинга в системе среднего профессионального образования.....	220
Макарова Д. Н., Веселкова Е. А. Клиническая картина жертв сексуального насилия.....	225
Мосягина Н. О. Сочувствие к себе у людей с разным уровнем созависимости.....	229
Руденская Ю. Е. Дисфункциональная компетентность родителя как проблема виктимологии семьи.....	234
Черкасова Е. С., Черкасов К. А. Состояние тревоги: аддиктивные компоненты, причины, возможности коррекции и психологического сопровождения.....	239
Чурбакова И. Н. Номофобия матери как фактор нарушения привязанности в раннем детстве.....	242
Шаманаева М. А., Белобрыкина О. А. Личностные особенности подростков, склонных к игровой компьютерной зависимости	246
Шейнов В. П., Карпиевич В. А. Цифровые зависимости и психологическое неблагополучие их жертв.....	251